

Informační materiály

Já a můj lékař

Nemoc nebo bolest nejsou normálními projevy stárnutí. Ve stáří můžeme být pomalejší, musíme se často smířit s oslabením zraku a sluchu, ale nemoci, které jsou léčitelné v mládí a středním věku, jsou léčitelné i ve stáří.

Věřte tomu, že lékaři chtějí svým pacientům poskytnout nejlepší možnou péči, ale aby to mohli udělat, potřebují také jejich pomoc.

Zkusíme Vám dát několik rad, jak můžete pomoci svému lékaři k tomu, aby on mohl lépe pomoci Vám.

Pokud jdete ke svému praktickému lékaři či jinému lékaři, u kterého jste zaregistrováni (stomatolog a gynekolog), odpadají Vám starosti s volbou lékaře (ledaže byste se rozhodli svého lékaře změnit, což je také možné, pokud tak nečiníte příliš často.

1. Přípravujete se na návštěvu

Dříve než se objednáte

- Přemýšlejte o tom, koho chcete navštívit. Rozhodněte se, zda dáte přednost lékaři nebo lékařce.
- Vyžádejte si v jejich ordinacích letáček, kde by měla být uvedena jména lékařů, jejich kvalifikace a služby, které poskytují.
- Poznejte svá práva. I u nás by měl být respektován kodex "Práva pacientů".

Poté, co se objednáte

- Přemýšlejte o tom, co chcete říci. Udělejte si poznámky a použijte je při své návštěvě.
- Přemýšlejte o tom, zda-li byste chtěli vzít sebou přítele, nebo příbuzného, abyste nebyli sami. Když k lékaři přijdete, upozorněte také sestru a představte toho, kdo Vás doprovází.
- Jestliže máte pocit, že by Vám pomohlo si dělat poznámky během návštěvy u lékaře, abyste nic nezapomněli, vezměte si tužku a papír. Jestliže si poznámky z nějakého důvodu dělat nemůžete, požádejte lékaře nebo sestru, aby Vám důležité věci napsali na lísteček.
- Jestliže se z nějakého důvodu nemůžete dostavit k lékaři, zavolejte mu a omluvte se. Zbude tak čas na jiného pacienta, který by musel déle čekat.
- Jestliže máte pocit, že byste návštěvu u lékaře nezvládli, praktický lékař či jeho sestra Vás navštíví a zařídí vše potřebné včetně eventuálního předání do další péče.

2. Návštěva lékaře – získajte co nejvíce informací

- Zkuste nebát se lékařů. Nemáte přece důvod. Ačkoliv znají hodně o nemoci, vzpomeňte si, že Vy víte hodně o svém vlastním zdraví. Myslete na ně jako na partnery ve Vaší péči.
- Pokud hůře slyšíte, upozorněte na to lékaře včas. Rád Vám vše zřetelně vysvětlí. Je to jednodušší, než vše znova opakovat.
- Zbytečně nespěchejte a vysvětlíte lékaři podrobně, co Vás trápí.
- Neodbíhejte od svého problému, šetřete lékařův čas.
- Poznámky, které jste si připravili, skutečně využijte – jinak by byly zbytečné.
- Naslouchejte pečlivě všem otázkám, které lékař pokládá.
- Ujistěte se, že rozumíte tomu, co Vám říká lékař. Pokud si nejste jisti, že dobře rozumíte, zkuste to vyjádřit vlastními slovy.

3 .Vaše návštěva – léčebný plán

- Poté, co Vás lékař vyslechl a vyšetřil, sdělí Vám svůj názor na Vaše eventuální onemocnění a navrhne Vám, jak Vás bude léčit.
- Nezapomínejte, že se jedná vždy o návrh nikoli o rozkaz.
- Každé rozhodování o zdraví neseme také my sami, a proto je dobré, když se podrobně seznámíme s navrhovaným léčebným postupem – nebojte se lékaře zeptat.
- Je důležité, abyste také věděli, že i lékař, ke kterému máte důvěru, znáte jej nebo Vám byl doporučen, nemusí vždy zaujmout to nejsprávnější stanovisko. Lékaři se mohou také mýlit. Když se budete rozhodovat o závažném zákroku (například náhrada kloubů a podobně), kdy není třeba se rozhodovat ihned, a Vám se návrh Vašeho lékaře příliš nezamlouvá, poraďte se s jiným lékařem, vše prodiskutujte se svými blízkými. Na to vše máte samozřejmě nejen právo, ale je to rozumnější, než později někoho vinit.

Když potřebujete nějaký lék, zjistěte si:

- Kolik vás bude stát
- Nač ten lék je
- Jak byste jej měli užívat
- Jaké může mít vedlejší účinky
- Co dělat, když lék doberete

Znáte svá práva?

- Každý má právo na zdravotní péči hrazenou ze všeobecného zdravotního pojištění.
- U praktického lékaře, gynekologa a stomatologa je třeba se zaregistrovat.
- Změnit registrujícího lékaře můžete 1x za 3 měsíce.
- Praktický lékař by měl ve spolupráci s Vámi koordinovat veškeré zdravotní služby, které potřebujete.
- Každé dva roky máte nárok na preventivní vyšetření.
- Pokud potřebujete ošetřování v domácnosti, může Vám lékař doporučit a předepsat domácí ošetrovatelskou péči.
- Jestliže nemůžete najít lékaře či ošetrovatelskou službu, obraťte se na zdravotního radu, který je vedoucím zdravotního referátu Vašeho okresního (v Praze obvodního) úřadu. Na něj se můžete obracet také se stížnostmi či náměty. Pamatujte však, že žijeme

v občanské společnosti. Máme možnost jako občané mnoho věcí řešit – a nemusíme si potom jenom stěžovat. Pro zdravotního radu i pro Vás je jistě příjemnější než řešení stížnosti, pokud budete konstruktivně diskutovat o možnostech zlepšení zdravotní péče ve Vašem okolí.

Tento informační materiál byl vydán za laskavé podpory Ministerstva zdravotnictví ČR GEMA 2002.

PDF dokument vytvořen 10-03-2004