

PREPARANDO LA VISITA MÉDICA



El médico va a pasar a verme o tengo que venir de visita. Es el momento de preguntar todas mis dudas. Porque, ¿cuántas veces se me ha olvidado resolver alguna duda o contar algún síntoma?

Con el objetivo de que no se le olvide nada, le recomendamos:

Lleve anotado todo en un papel:

- **Motivo de la consulta**, si la ha pedido usted.
- Si la consulta es por alguna molestia, dolor,... debe saber que le preguntaran:
 - Cuándo han empezado los síntomas
 - Si los relaciona con alguna actividad
 - Que los empeora o qué mejora los síntomas
 - Características del dolor, localización.
- Haga una lista con la medicación y otros productos (herboristería, homeopatía...) que toma, y cuando los tom
- Prepare los resultados de las pruebas o visitas a otros profesionales que ha tenido desde la última visita
- Siempre debe recordar sus alergias, si las tiene.
- Tenga en cuenta si precisa de autorización de la Mutua Aseguradora, de modo que pueda pedirla con suficiente antelación y traerla el día de la visita.

Durante la visita:

- Si es una visita rutinaria de control, debe de explicar los cambios que ha experimentado durante este tiempo, tanto positivos, como negativos, y posible relación con situaciones, tratamientos...
- No dude, si no entiende alguna palabra que le dicen, en preguntar su significado. **Pida que se le explique de forma más sencilla si es necesario.**
- **Anote** lo que crea importante durante la conversación. Nos dicen tantas cosas que a veces se nos olvidan.
- Si está nervioso o tiene dificultades para expresarse o entender, le recomendamos que **no vaya solo a la visita.**
- Recuerde que si le prescriben un nuevo medicamento debe saber:
 - Cuando debe tomarlo
 - Durante cuánto tiempo
 - Qué dosis de cada medicamento tengo que tomar
 - Si puede seguir tomando su tratamiento anterior
 - Si tiene que tomar alguna precaución mientras lo toma: no tomar alcohol, no puede conducir, debe tomarlo a una determinada hora del día...
 - Efectos secundarios importantes

Recuerde que la información que facilita a los profesionales es confidencial.