FAQ RAK
WSPIERAMY CHORYCH

Karta dla osoby towarzyszącej

Idziesz z kimś na badanie lub wizytę? Twoja rola: żeby pacjent mógł po prostu być pacjentem.

Towarzyszę (imię): _____ Wizyta / badanie: _____ Data i godz.: _____

1 Dzień wcześniej – ustalcie razem

to pacjent decyduje, ile chce, żebyś mówił/a

- ☐ Zapytaj: „Chcesz, żebym był/a w gabinecie, czy czekał/a pod drzwiami?" – obie odpowiedzi są w porządku.
- ☐ Spiszcie razem 3–5 pytań, na które pacjent naprawdę chce znać odpowiedź (miejsce niżej).
- ☐ Sprawdź dojazd, parking, piętro, numer gabinetu i czy badanie wymaga bycia na czczo lub odstawienia leków.
- ☐ Zapytaj: „Czy mogę dopytywać lekarza, czy wolisz pytać sam/a?"
- ☐ Ustalcie, czego pacjent NIE chce dziś usłyszeć (np. rokowanie, statystyki) – powiesz to lekarzowi na początku.
- ☐ Przygotuj: dokumenty i wyniki (segregator), listę leków, wodę, przekąskę na po badaniu, ładowarkę, coś do czytania.

Pytania pacjenta na dziś:

1. _____
2. _____
3. _____

2 W gabinecie – trzy zadania

wybierz, co dziś bierzesz na siebie

Notatnik ☐

Zapisuj słowo w słowo: nazwy badań, leków, dawki, terminy, nazwiska. Nie interpretuj – notuj. Poproś: „Czy mogę to nagrać na telefon?" – wielu lekarzy się zgadza.

Pytający ☐

Pilnuj listy pytań pacjenta. Gdy coś jest niejasne: „Czy może pan/pani powiedzieć to prościej?", „Co to oznacza w praktyce?", „Co będzie następnym krokiem?"

Strażnik ☐

Dokumenty na wierzchu, skierowania odebrane, pieczątki i podpisy sprawdzone, następny termin zapisany, numer telefonu do poradni zdobyty. Pilnuj też czasu i chusteczek.

Zasada: mów do lekarza razem z pacjentem, nie zamiast niego. Gdy pacjent zaczyna odpowiadać – milknij. Swoje zdanie o leczeniu zostaw na rozmowę po wyjściu.

3 Notatki z wizyty

wypełnij w gabinecie – pacjent zapamięta mniej, niż mu się wydaje

Lekarz / placówka: _____ **Tel. do poradni / rejestracji:** _____

Co usłyszeliśmy (wynik, rozpoznanie, etap) – słowami lekarza:

Co dalej – badania, skierowania, konsultacje (kto zleca, gdzie, do kiedy):

Leki i zalecenia (nazwa, dawka, jak długo):

Następny termin / kiedy dzwonić / kiedy wynik:

Pytania, które zostały bez odpowiedzi (zapytamy następnym razem lub w POZ):

4 Po wyjściu z gabinetu

- ☐ Najpierw zapytaj, jak się pacjent czuje – dopiero potem omów notatki.
- ☐ Wpiszcie terminy do jednego kalendarza (telefon pacjenta), ustalcie, kto przypomina.
- ☐ Nie tłumacz wyniku po swojemu ani nie szukaj go w internecie na głos – jeśli coś niejasne, zapiszcie pytanie do lekarza.
- ☐ Przeczytajcie notatki razem, póki pamięć świeża; dopiszcie, co pominęłaś/eś.
- ☐ Zrób zdjęcia nowych dokumentów; oryginały do segregatora.
- ☐ Zapytaj: „Czego teraz potrzebujesz – rozmowy, ciszy, czegoś do jedzenia?" – i zrób to.

Warto wiedzieć

Pacjent ma prawo do obecności osoby bliskiej podczas wizyty i badania (ustawa o prawach pacjenta, art. 21) – lekarz może odmówić tylko ze względów bezpieczeństwa lub epidemicznych. Jeśli pacjent chce, żebyś był/a obecny/a, nie potrzebujesz upoważnienia. Upoważnienie jest potrzebne dopiero wtedy, gdy masz odbierać wyniki lub informacje bez pacjenta.