

5가지 질문

테스트, 치료 혹은 시술을 받기 이전에
의사나 기타 의료 제공자에게 물어 보기

일부 테스트, 치료 및 시술은 이득이 거의 없습니다. 어떤 경우에는
해롭기까지 합니다.

5가지 질문을 이용하여 너무 과하지도 부족하지도 않은 적당한 양의 케어를
받도록 하십시오.

1

이 테스트, 치료 또는 시술이 정말 저에게 필요한건가요? 테스트는 여러분과 여러분 의사/의료 서비스 제공자가 문제를 파악하는데 도움을 줄 수 있습니다. 치료 (약품 등)와 시술은 문제를 해결하는데 도움을 줄 수 있습니다.

2

어떤 위험성이 있는가? 테스트나 치료에 부작용이 있을까요? 정확하지 않은 테스트 결과가 나올 가능성도 있나요? 그렇게 되면 더많은 테스트나 추가 치료나 다른 시술을 하게 될까요?

3

좀더 단순하고 안전한 옵션이 있는가? 효과가 있을 수 있는 대안적인 방법이 있는지 문의해 보세요. 건강에 더좋은 식단으로 바꾸거나, 운동을 더많이 하는 등 라이프스타일을 바꿔보는 것도 안전하고 효과적인 방법이 될 수 있습니다.

4

내가 아무것도 하지 않을 경우 어떻게 되는가? 테스트, 치료나 시술을 곧바로 하지 않을 경우 여러분의 상태가 더 나빠질 - 또는 더 좋아질- 가능성도 있는지 문의해 보세요.

5

비용은 어떻게 되는가? 비용은 재정적, 정서적 혹은 시간 소요가 될 수 있습니다. 지역사회에 대한 비용이 있을 경우, 그 비용은 적절한가, 혹은 좀더 저렴한 대안은 없는가를 고려해 봅니다.


더 자세한 정보를 위한 사이트
choosingwisely.org.au


대화 참여
[@ChooseWiselyAU](https://twitter.com/ChooseWiselyAU)

Consumer Reports에서 개발한 자료에서 채택.

Choosing Wisely Australia®는 임상, 고객 및 의료 관계자들이 불필요한 테스트, 치료 및 시술에 대한 중요한 대화를 시작하도록 하는 장치입니다. 질적인 케어에 초점을 둔 Choosing Wisely Australia®는 호주 의대 및 의료 협회가 주관하고 있으며 NPS MedicineWise가 지원합니다.

발간 시에 정확한 정보 제공을 위해 적절한 주의를 기울였습니다. 이 정보의 목적은 의료 조언을 대체하는 것이 아니며, 질병 관리 혹은 진단을 위해 전적으로 이에 의존해서는 안 됩니다. Choosing Wisely Australia®는 이 정보에 의존하거나 이 정보를 이용함으로써 초래된 어떠한 손실, 손상 혹은 부상에 대해 어떠한 책임 (과실 포함)도 지지 않습니다. www.choosingwisely.org.au에서 면제조항 전문을 읽어보십시오.