

سوال 5

قبل از اینکه داکتر یا متخصص ارائه دهنده خدمات صبحی تست،
معالجه یا عملی انجام دهند باید از آنها پرسان کنید.



بعضی از تست ها، معالجات و عمل ها منفعت کم دارند. و در بعضی موارد حتی ممکن است باعث آسیب شوند.

از 5 سوال استفاده کنید تا مطمئن شوید که در نهایت مراقبت مناسبی خواهید داشت - نه مراقبت بسیار زیاد و نه مراقبت بسیار کم.

1

تست ها ممکن است به شما و داکترتان یا سایر ارائه دهندگان مراقبت های صبحی کمک کند تا مشکل مشخص شود. معالجات مانند دواها و عمل ها ممکن است به درمان مشکل کمک کنند.

**آیا من واقعا
به این تست،
معالجه یا عمل
ضرورت دارم؟**

2

آیا تست یا معالجه عوارض جانبی خواهد داشت؟ چقدر ممکن است نتایجی که دقیق نیستند دریافت کنیم؟ آیا این می تواند منجر به تست بیشتر، معالجات اضافی یا عمل دیگری شود؟

**خطرهائیش
چه است؟**

3

پرسان کنید که آیا انتخاب دیگری برای معالجه که کمک کند وجود دارد. تغییر روش زندگی، مانند خوردن غذاهای سالم تر یا ورزش بیشتر می تواند انتخاب بی خطر و موثر باشد.

**آیا انتخابهای
ساده تر و ایمن تری
وجود دارند؟**

4

پرسان کنید که اگر تست، معالجه یا عمل را فوراً انجام ندهید، ممکن است وضعیت شما بدتر یا بهتر شود.

**اگر هیچ یک
از این کارها را
نکنم چه می شود؟**

5

مصارف می تواند مالی، عاطفی یا مصارف وقت شما باشد. اگر برای جامعه مصارف دارد، آیا مصارف معقول است یا جایگزین ارزان تری وجود دارد؟

**چقدر
مصارف دارد؟**

اقتباس شده از موارد تهیه شده توسط راپور های مصرف کننده (Consumer Reports). دارای لایسنس از موسسه ABIM Foundation.

Choosing Wisely Australia® یک ابتکار عمل است که داکترها، مصرف کنندگان و افراد مسلکی صبحی را قادر می کند که در مورد تست ها، معالجات و عمل های ضروری به گفتمان بپردازند. با تمرکز بر مراقبت با کیفیت بالا، Choosing Wisely Australia توسط کالج ها، جوامع و انجمن های طبی استرالیا رهبری می شود و توسط NPS MedicineWise تسهیل می شود.

دقت معقولی برای ارائه معلومات دقیق در زمان تهیه این معلومات انجام شده است. این معلومات به عنوان جایگزینی برای مشوره های طبی در نظر گرفته نشده است و نباید به طور انحصاری برای مدیریت یا تشخیص تکلیف طبی به آنها اعتماد کرد. Choosing Wisely Australia® هیچ مسئولیت (از جمله سهل انگاری) در قبال هرگونه ضرر، آسیب یا صدمه ناشی از اتکا یا استفاده از این معلومات را نمی پذیرد. معلومات سلب مسئولیت کامل را در وب سایت choosingwisely.org.au بخوانید



برای کسب معلومات بیشتر به

این وب سایت مراجعه کنید:

choosingwisely.org.au



به گفتگو بپیوندید

@ChooseWiselyAU