

5 سوال

که از داکتر یا تهیه کننده خدمات صحتی خو پیش ازیکه کدام تست،
تداوی یا عملیات یا معاینه ره انجام بیدین پورسان کنین



بعضی از تستها، تداوی ها و عملیات یا معاینه ها کم فایده دیره. و د بعضی وقتا، اونا شاید حتی ضرر بیرسننه.

از 5 سوال استفاده کنین تا مطمئن شوین که از شمو درست مراقبت شونه – نه غدرزیاد و نه غدرکم.

1

تست کیدو شاید داکتر یا تهیه کننده خدمات صحتی شمو ره کمک کنه که مشکل ره پیدا کنه. تداوی ها مثل دواپی، و عملیات یا معاینه شاید بلده تداوی کمک کنه.

**آیا مه واقعا
نیاز د ای تست،**

**تداوی یا
عملیات یا معاینه دیروم؟**

2

آیا کدم تاثیرات منفی بخاطر تست یا تداوی پیدا موشه؟ احتمال ازیکه نتیجه درست نگیری چیز استه؟ آیا ای باعث موشه که معاینه اضافه، تداوی اضافی یا کدم عملیات یا معاینه دیگه ره انجام بیدی؟

**خطرای شی
چیز استه؟**

3

پورسان کنین که اگه کدام چاره دیگه بلدی تداوی استه که کار بیدیه. تغییرات آوردو د طریقه زندگی کیدو، مثل نان سالم خوردو یا انجام دیدون ورزش زیادتر، میتنه که راه محفوظ و موثر باشه.

**آیا کدام
تداوی ساده تر،
بی خطر تر استه؟**

4

پورسان کنین وضعیت از شمو بدتر خواد شد – یا بهتر – اگه شمو تست، تداوی یا عملیات یا معاینه ره امیالی چابوک انجام ندین؟

**اگه مه هیچ
کار نکنوم
چیز کار موشه؟**

5

هزینه میتنه که اقتصادی، عاطفی یا قیمت وقت شیم باشه. د جای که قیمت د سر اجتماع تمام موشه، آیا قیمت معقول استه یا کدم تداوی ارزان تر دیگه استه؟

**مصرف شی
چیقدر موشه؟**

ای مواد جور شده از راپور مشتری (Consumer Reports) استه. زیر نظر لیسانس که از ABIM Foundation گرفته شده.
Choosing Wisely Australia یک ابتکار استه که بلدی داکتر، مریضا و سهامدارای خدمات صحتی فرصت میدیه که یک گفتگوی مهم ره د باره تست، تداوی و عملیات یا معاینای غیر ضروری شروع کنن. با توجه د سر مراقبت با کیفیت بالا،
Choosing Wisely Australia ره کالج صحتی استرالیا، اجتماع و ارگانا رهبری مونه و NPS MedicineWise پیش موبره.

بلده مهیا کیدون معلومات دقیق د وقت جور کیدو توجه خاص دیده شده. ای معلومات جای مشوره صحتی ره نمیکره و نباید به تنهایی بلده مدیریت یا تشخیص یک ناچوری روی شی حساب شونه.
Choosing Wisely Australia تمام مسئولیت (بشمول غفلت) ره بخاطر کدم ضرر، نقصان یا جراحت که بخاطر استفاده ازی معلومات پیش پایه د گردون خو نمیکره. معلومات مکمل د باره سلب مسئولیت ره د choosingwisely.org.au بخوانین.



بلدی معلومات غدرتر د
choosingwisely.org.au

سریزین



د گفتگو شامل شوین

@ChooseWiselyAU