



MASWALI 5

YA KUULIZA DAKTARI WAKO AU MTOA HUDUMA MWINGINE WA AFYA KABLA YA KUPATA KIPIMO, MATIBABU AU UTARATIBU WOWOTE

Baadhi ya vipimo, matibabu na upasuaji mdogo au vipimo vikuu vinavyohitaji maandalizi kadhaa hutoa faida kidogo. Na katika hali nyingine, zinaweza hata kusababisha madhara.



Tumia maswali 5 hayo kuhakikisha unaishia na kiasi sahihi cha huduma - sio sana na sio kidogo sana.

1

JE, KWA KWELI NAHITAJI KIPIMO HIKI, MATIBABU HAYA AU UTARATIBU HUU WA KUTIBIWA?

Vipimo vinaweza kukusaidia wewe na daktari wako au mtoa huduma mwingine wa afya kuamua shida. Matibabu, kama vile dawa, na taratibu za kutibiwa zinaweza kusaidia kuitibu.

2

HATARI NI NINI?

Je, kutakuwa na madhara kwa kipimo au matibabu? Ni nafasi gani za kupata matokeo ambayo si sahihi? Je, hiyo ingeweza kusababisha upimaji zaidi, matibabu ya ziada au upasuaji mdogo au vipimo vikuu vinavyohitaji maandalizi kadhaa mwingine?

3

JE, KUNA CHAGUZI RAHISI NA SALAMA ZAIDI?

Uliza kama kuna uchaguzi mbadala wa matibabu ambayo yanaweza kufanya kazi. Mabadiliko ya maisha, kama vile kula vyakula vyenye afya au kufanya mazoezi zaidi, vinaweza kuwa uchaguzi salama na bora.

4

NINI KITATOKEA IKIWA SITAFANYA CHOCHOTE?

Uliza kama hali yako inaweza kuwa mbaya zaidi - au nzuri zaidi - kama hupati kipimo, matibabu au taratibu za kutibu mara moja.

5

GHARAMA NI NINI?

Gharama zinaweza kuwa za kifedha, kihisia au gharama za muda wako. Ambapo kuna gharama kwa jumuiya, je, gharama ni nzuri au kuna mbadala ya bei rahisi?



Kupata maelezo zaidi tembelea
choosingwisely.org.au



Jiunge na mazungumzo kwenye
[@ChooseWiselyAU](https://twitter.com/ChooseWiselyAU)

Imetokana na nyenzo zilizotengenezwa na Ripoti za Watumiaji. Chini ya leseni kutoka ABIM Foundation.

Choosing Wisely Australia® ni mpango unaowezesha wataalamu wa afya, watumiaji na wadau wa huduma za afya kuanza mazungumzo muhimu kuhusu vipimo, matibabu na upasuaji mdogo au vipimo vikuu vinavyohitaji maandalizi kadhaa ambazo si lazima. Kwa kuzingatia utunzaji wa hali ya juu, Choosing Wisely Australia inaongozwa na chuo, vyama na shirikisho za kimatibabu za Australia, na kuwezesha na NPS MedicineWise.

Uangalifu wa kutosha unachukuliwa ili kutoa habari sahihi wakati wa kutengeneza. Habari hii haikusudiwa kama mbadala wa ushauri wa kimatibabu na habari hii isitegemewe tu ili kusimamia au kutambua maradhi. Choosing Wisely Australia® inakataa dhima yote (ikiwa ni pamoja na uzembe) kwa hasara yoyote, uharibifu au jeraha lolote kutokana na kutegemea au kutumia habari hii. Soma kanusho kamili kwenye choosingwisely.org.au.