



5 கேள்விகள்

ஏதேனும் சோதனை, சிகிச்சை அல்லது நடைமுறை ஒன்றைப் பெறுவதற்கு முன் உங்கள் மருத்துவரிடம் அல்லது மற்றைய சுகாதாரப் பராமரிப்பு வழங்குனரிடம் கேட்கப்படவேண்டியவை

சில சோதனை, சிகிச்சை மற்றும் நடைமுறை மிகச்சிறிய அளவு நன்மையையே தரும். அத்துடன் சில சந்தர்ப்பங்களில், அவை தீங்கிளைக்கக்கூடும்.



5 கேள்விகளைப் பயன்படுத்துவதன் மூலம், இறுதியில் சரியான அளவு பராமரிப்பு - மிக அதிகமற்றது மற்றும் மிகக் குறைவானது அல்லாத பராமரிப்பு, கிடைக்கிறாதா என உறுதிப்படுத்திக்கொள்ளுங்கள்

1

எனக்கு உண்மையிலேயே இந்த சோதனை, சிகிச்சை அல்லது நடைமுறை தேவையா?

உங்களுக்கும் உங்கள் மருத்துவர் அல்லது பிற சுகாதாரப் பராமரிப்பு வழங்குநருக்கும் பிரச்சனையைத் தீர்மானிக்க சோதனைகள் உதவும். மருந்துகள் மற்றும் நடைமுறைகள் போன்ற சிகிச்சைகள் அதனைக் குணமாக்க உதவுலாம்

2

ஆபத்துக்கள் எவை?

சோதனை அல்லது சிகிச்சையால் பக்க விளைவுகள் ஏற்படுமா? துல்லியமற்ற முடிவுகள் கிடைப்பதற்கான வாய்ப்புகள் என்ன? இது மேலதிக சோதனை, மேலதிக சிகிச்சைகள் அல்லது வேறு நடைமுறைக்கு வழிவகுக்குமா?

3

எளிமையான, பாதுகாப்பான வழிகள் உள்ளனவா?

சிகிச்சைக்கு பதிலாக பலனளிக்கும் மாற்று வழிகள் உள்ளனவா எனக் கேளுங்கள். ஆரோக்கியமான உணவுகளை உண்பது அல்லது அதிக உடற்பயிற்சி செய்வது போன்ற வாழ்க்கை முறை மாற்றங்கள் பாதுகாப்பான மற்றும் பயனுள்ள வழிகளாக அமையலாம்.

4

நான் எதுவும் செய்யாவிட்டால் என்ன நடக்கும்?

நீங்கள் உடனடியாகச் சோதனை, சிகிச்சை அல்லது நடைமுறை ஒன்றைப் பெறவில்லை என்றால், உங்கள் நிலை மோசமாகுமா - அல்லது தேறுமா என்று கேளுங்கள்.

5

என்னென்ன செலவுகள்?

நீங்கள் செலவிடுவது உங்கள் பணமாக, உணர்ச்சியாக அல்லது உங்கள் நேரமாக இருக்கலாம். சமூகத்திற்குச் ஒரு செலவு ஏற்படும்போது, அச்செலவு நியாயமானதா அல்லது மலிவானதோர் மாற்றீடு உள்ளதா?



மேலும் தகவலுக்குப் பார்வையிடவும்
choosingwisely.org.au



உரையாடலில் கலந்துகொள்ளுங்கள்
@ChooseWiselyAU

நுகர்வோர் அறிக்கைகள் மூலம் உருவாக்கப்பட்ட உள்ளடக்கத்தின் தழுவல். ABIM அறக்கட்டளையின் உரிமத்தின் அடிப்படையில்

Choosing Wisely Australia® என்பது தேவையற்ற சோதனைகள், சிகிச்சைகள் மற்றும் நடைமுறைகள் பற்றிய முக்கியமான உரையாடல்களைத் தொடங்க மருத்துவர்கள், நுகர்வோர் மற்றும் சுகாதாரப் பங்குதாரர்களுக்கு உதவும் ஒரு முயற்சியாகும். உயர்தர பராமரிப்பில் கவனம் செலுத்துவதன் மூலம், Choosing Wisely Australia ஆஸ்திரேலியாவின் மருத்துவக் கல்லூரிகள், சங்கங்கள் மற்றும் கழகங்களால் வழிநடத்தப்படுகிறது, மேலும் NPS MedicineWise அதற்கு வசதிசெய்கிறது.

உருவாக்கத்தின் போது துல்லியமான தகவலை வழங்குவதற்கு நியாயமான கவனிப்பு எடுக்கப்படுகிறது. இந்தத் தகவல் மருத்துவ ஆலோசனைக்கு மாற்றாகக்கொள்ளப்படவில்லை, மேலும் மருத்துவ நிலையை நிர்வகிப்பதற்கு அல்லது கண்டறிவதற்கு முற்றுமுழுதாக இத்தகவலை நம்பியிருக்கக்கலாகாது. இந்தத் தகவலைச் சார்ந்திருப்பதால் அல்லது பயன்படுத்துவதால் ஏற்படும் இழப்பு, சேதம் அல்லது காயம் ஆகியவற்றுக்கான அனைத்துப் பொறுப்பையும்(அலட்சியம் உட்பட) Choosing Wisely Australia® துறக்கின்றது. மழுமையான பொறுப்புத்தலை choosingwisely.org.au வலைத்தளத்தில் வாசியங்கள்.