

1 SEA ESPECÍFICO AL HABLAR DE SUS OBJETIVOS

Comience por pensar de qué manera influye en su vida la artritis reumatoide (RA) y qué dificultades específicas del día a día enfrenta.

¿Qué es lo que más quiere ser capaz de hacer?

Por ejemplo:

- ¿Es un maestro o maestra de jardín de infantes que quiere poder sentarse en el suelo con sus alumnos?
- ¿Es un padre o madre que quiere sentirse lo suficientemente bien como para ir a los eventos deportivos de sus hijos?
- ¿Quiere poder hacer mandados y cargar las compras por su cuenta?

LO QUE MÁS QUIERO LOGRAR EN LAS PRÓXIMAS SEMANAS/MESES (EL OBJETIVO QUE QUIERO COMUNICARLE A MI REUMATÓLOGO):

2 EVALÚE SU BIENESTAR ACTUAL

Recuerde siempre decirle a su reumatólogo cómo se siente. Si no se siente bien, está bien decirlo, pero contarle si se siente bien o mejor que antes es igual de importante.



Bienestar actual

3 EVALÚE SU TRATAMIENTO ACTUAL

Evalúe cómo se siente con su tratamiento actual. Compartir si los medicamentos lo están ayudando es tan importante como compartir sus preocupaciones.



Tratamiento actual

Es importante que hable sobre su tratamiento, incluso si le resulta difícil hablar de sus preocupaciones.

Por ejemplo, si tiene efectos secundarios o dificultades para seguir el tratamiento, es importante que su médico lo sepa.

MIS PREGUNTAS O COMENTARIOS:

4 REGISTRE SUS SÍNTOMAS

Es posible que lo que sienta el día de su cita no refleje cómo se ha sentido en otros momentos desde su última visita. Además de los síntomas más comunes, como el dolor, la rigidez y la fatiga, no olvide mencionar si ha tenido fiebre, pérdida de apetito o dificultades para realizar sus actividades. Piense en los últimos 3 meses y escriba lo que sintió:

SÍNTOMAS (QUÉ SINTIÓ):

FRECUENCIA (CON QUÉ FRECUENCIA TUVO LOS SÍNTOMAS):

DURACIÓN (CUÁNTO TIEMPO DURARON):

5 HAGA PREGUNTAS

Si hay algo que no entiende o si necesita información sobre algo, no dude en preguntar. Escriba las preguntas para no olvidarse.

MIS PREGUNTAS: