

NA **TEME ZA RAZGOVOR** NA IDUĆEM PREGLEDU

5 savjeta za kvalitetniji razgovor

s Vašim liječnikom reumatologom

1 BUDITE KONKRETNI OKO SVOJIH CILJEVA

Prvo razmislite o tome na koje sve načine RA utječe na Vaš život i o konkretnim izazovima s kojima se svakodnevno suočavate. **Što biste najviše željeli moći raditi?**

Na primjer:

- Jeste li odgajateljica u vrtiću koja želi moći sjediti na podu s djecom?
- Jeste li roditelj koji se želi osjećati dovoljno dobro da odlazi na sportska natjecanja svog djeteta?
- Želite li moći samostalno obavljati kućanske poslove i nositi namirnice?

**U IDUĆIM TJEDNIMA/MJESECIMA NAJVIŠE ŽELIM POSTIĆI
(CILJ O KOJEM ŽELIM RAZGOVARATI S REUMATOLOGOM):**

2 PROCIJENITE SVOJE TRENUTNO STANJE

Uvijek recite svom reumatologu kako se osjećate. U redu je priznati da se osjećate loše, no jednako je važno reći ako se osjećate dobro ili bolje nego prije.



Moje trenutno stanje

3 OCIJENITE SVOJ TRENUTNI REŽIM LIJEČENJA

Razmislite kako biste ocijenili svoj trenutni režim liječenja. Važno je reći pomaže li Vam lijek koji primete, isto kao što je važno razgovarati o stvarima koje Vas brinu.



Moj trenutni režim liječenja

Važno je otvoreno iznijeti mišljenje o režimu liječenja, čak i ako Vam je teško razgovarati o onome zbog čega ste zabrinuti.

Primjerice, ako imate nuspojave ili Vam je teško pridržavati se režima liječenja, važno je da to kažete svom liječniku reumatologu.

MOJA PITANJA ILI KOMENTARI:

4 BILJEŽITE SVOJE SIMPTOME

Vaše stanje na dan liječničkog pregleda možda neće dobro predstavljati kako ste se osjećali i tijekom nekih drugih dana od prethodnog pregleda. Osim češćih simptoma kao što su bol, ukočenost i umor, nemojte zaboraviti spomenuti ako ste imali temperaturu, gubitak apetita ili poteškoće u obavljanju različitih aktivnosti. Razmislite o protekla tri mjeseca i zapišite kako ste se osjećali:

SIMPTOMI

(KOJI SIMPTOMI SU SE JAVLJALI):

UČESTALOST

(KOLIKO ČESTO SU SE JAVLJALI SIMPTOMI):

TRAJANJE (KOLIKO DUGO SU TRAJALI SIMPTOMI):

5 POSTAVLJAJTE PITANJA

Ako postoji još nešto što ne razumijete ili su Vam potrebne dodatne informacije, nemojte se ustručavati pitati. Zapišite svoja pitanja ovdje, da ih ne biste zaboravili:

MOJA PITANJA: