

## Comment préparer sa visite chez le médecin ?



La majorité des patients en sortant de chez leur médecin ne savent pas rendre le diagnostic posé, ni les explications fournies quant aux thérapeutiques proposées et se montrent alors mécontents du médecin. Les conséquences résultant de ces problèmes de communication se traduisent alors par des consultations répétées chez d'autres médecins, des médicaments non pris, des traitements arrêtés, des consultations en urgences inutiles, en résumé un coût de santé en hausse à payer par la communauté.

A la base de toute réussite d'un traitement il y a la relation de confiance qui doit exister entre le patient et le prestataire de soins.

La Patiente Verriedung asbl donne quelques conseils permettant au patient de contribuer à l'amélioration de la communication avec les prestataires de soins et par conséquent à la réussite de son traitement. Ces conseils visent surtout à mieux préparer le patient à une consultation chez un médecin.

### Pourquoi allez-vous consulter le médecin ?

Avant toute visite ou consultation médicale, vous devez vous poser cette question.

### Que devez-vous dire au médecin ?

Il est très important de lui dire tous les symptômes avec le plus de précision et si possible dans un ordre chronologique.

### Comment faire pour ne rien oublier ?

Notez vos questions sur un papier à emporter chez votre médecin.

#### Par exemple :

- Quels sont les symptômes ressentis ?
- Depuis quand ? Sont-ils permanents ou ponctuels, à un moment donné du jour ou de la nuit ?
- Soupçonnez-vous une relation entre ces symptômes et un événement, un aliment ou un médicament ?
- Quels médicaments avez-vous pris ou prenez-vous actuellement ?
- D'autres examens médicaux ont-ils été effectués récemment et peut-il y avoir un rapport entre ces examens et les symptômes ressentis ?
- Quelles sont les questions qui vous préoccupent et pourquoi ? (parce que vous avez lu par exemple quelque chose dans un magazine ou vu quelque chose à la télévision)

### IMPORTANT

Si vous vous rendez chez un médecin pour la première fois, n'oubliez pas de lui raconter vos antécédents médicaux. Vous pouvez vous noter également les épisodes médicaux (séjours hospitaliers, accidents, opérations, maladies, médicaments, allergies, grossesse ...) par ordre chronologique. Ceci vous permet de vous concentrer sur les questions essentielles pendant l'entretien avec le médecin.

### Que faut-il emporter chez votre médecin ?

- vos lunettes et/ou prothèses;
- le carnet de santé (s'il en existe un);
- le carnet de vaccination;
- les images radiologiques (ou CD, DVD);
- les rapports médicaux;
- les résultats d'analyses de laboratoire;
- la liste des médicaments que vous prenez;
- nom et spécialité d'autres médecins que vous consultez.

### Comment expliquer vos préoccupations au médecin ?

Même si le médecin dispose de peu de temps ou en donne l'impression, prenez votre temps (sans toutefois exagérer) pour bien formuler vos préoccupations et pour relever les points qui vous semblent importants.

### Que faire si vous ne comprenez pas les explications du médecin ?

Si le médecin expose un diagnostic, des examens complémentaires ou des propositions de thérapeutiques et que vous ne comprenez pas ou pas bien ce que le médecin vous dit, n'hésitez pas à poser des questions, il s'agit de votre santé !

D'autre part, si vos questions restent sans réponse, ceci peut provoquer des peurs inutiles et des idées fausses.

### Quelles questions pouvez-vous encore poser ?

- Quel est mon état ou problème de santé ?
- Les symptômes vont-ils disparaître définitivement/momentanément avec le traitement proposé ?
- Pendant combien de temps dois-je suivre le traitement ?
- Quels sont les examens complémentaires à effectuer ?
- Quels sont les risques éventuels ?
- A quoi dois-je faire attention quand je prends ces médicaments ?
- Peut-il y avoir des interactions avec d'autres médicaments que je prends actuellement ?
- Y a-t-il un ou plusieurs traitements alternatifs ?
- L'opération comporte-t-elle des risques ?
- Y a-t-il des thérapies alternatives ?
- etc.

### Que faire si les explications ne sont pas suffisantes ?

Après la visite/consultation chez le médecin, si vous vous posez encore des questions ou que des explications ne sont pas claires, vous pouvez soit noter vos questions pour pouvoir les poser à un autre médecin ou toute autre personne ou association ayant les compétences nécessaires !

**Il est important que vous ayez réponse à toutes vos questions !**

Notes personnelles:

---



---



---



---



---

N'hésitez pas à nous contacter pour plus de renseignements :

**Patiente Verriedung asbl**  
**18, rue Dicks - L- 1417 Luxembourg**  
**Tél : 49 14 57 1 – Fax : 49 14 58**  
**Email : [infos@patienteverriedung.lu](mailto:infos@patienteverriedung.lu)**  
**Internet : [www.patienteverriedung.lu](http://www.patienteverriedung.lu)**

**Consultations :**  
**tous les jours sur rendez-vous uniquement !**