

health

Commission for  
Hospital Improvement

## الحديث إلى طبيبك

الاستفادة القصوى من حوارك مع  
طبيبك، أو ممرضتك أو الأخصائي  
الصحي



### Australian Charter of Healthcare Rights in Victoria

[www.health.vic.gov.au/patientcharter](http://www.health.vic.gov.au/patientcharter)  
The Australian Charter of Healthcare Rights وصف لحقوق الناس  
الذين يستخدمون نظام الرعاية الصحية الأسترالي.

### Office of the Health Services Commissioner

[www.health.vic.gov.au/hsc](http://www.health.vic.gov.au/hsc)  
1800 136 066

يساعد Health Services Commissioner الناس على حل أي مخاوف  
لديهم عن علاجهم الموصوف من قبل مقدمي خدمات صحية.



,Authorised and published by the Victorian Government

.Lonsdale St, Melbourne. Print managed by Finsbury Green 50

Except where otherwise indicated, the images in this publication show models  
and illustrative settings only, and do not necessarily depict actual services,

.facilities or recipients of services

(Department of Health, February 2013 (1212005 ©

To receive this publication in an accessible format please email

[commission@health.vic.gov.au](mailto:commission@health.vic.gov.au)

## معلومات مفيدة



### Better Health Channel

معلومات صحية موثوقة للمستهلك  
[www.betterhealth.vic.gov.au](http://www.betterhealth.vic.gov.au)

### Medicines Line

1300 633 424  
الاثنين إلى الجمعة، من الساعة 9 صباحاً حتى 5 مساءً  
[www.nps.org.au](http://www.nps.org.au)  
بإمكانك الحديث إلى ممرضة مسجلة متمرس.

### NURSE-ON-CALL

[www.health.vic.gov.au/nurseoncall](http://www.health.vic.gov.au/nurseoncall)  
1300 60 60 24  
خدمة هاتفية تقدم مشورة صحية مباشرة من قبل ممرضة مسجلة متمرس،  
على مدار 24 ساعة في اليوم، سبعة أيام في الأسبوع.

### Australian Health Practitioner Regulation Agency (AHPRA)

[www.ahpra.gov.au](http://www.ahpra.gov.au)  
يحتوي موقع AHPRA الإلكتروني على معلومات حول مسؤوليات  
الأخصائيين الصحيين.

عبارة "الحديث إلى" تعني أن تكون صريحاً في تقديم المعلومات وعدم الصمت عندما لا تفهم شيئاً ما أو تعتقد "أنه ليس على ما يرام كما ينبغي". الحوار الجيد هو حوار يتم فيه الاتفاق على خطة تشتمل على مخاوفك، وطموحاتك وقيمك.

## الاستعداد لزيارة طبيبك

عندما تتصل هاتفياً لحجز موعد (أو عندما تزور المستشفى لأول مرة)، أخبر موظف/موظفة الاستقبال بأنك بحاجة إلى مترجم، وسوف يجهزوا لك مترجماً. فالمترجم المعتمد بإمكانه مساعدتك أنت وطبيبك على فهم بعضك البعض بوضوح.



- إذا كنت بحاجة بشكلي خاص إلى طبيب إما رجل أو امرأة أخبر موظف/موظفة الاستقبال عند حجزك للموعد أو عند وصولك للمستشفى.
- استخدم مفكرة لتكتب فيها أسباب زيارتك وأي أسئلة لديك قبل وصولك للمستشفى.
- بإمكانك جلب شخص آخر معك إذا أردت. فبإمكان أحد الأصدقاء أو أحد أفراد العائلة مؤاساتك، أو أن يتحدث بالنيابة عنك إذا أردت ويمكنه أن يتذكر أشياء هامة أنت تنساها.
- تذكر أن تلبس ملابساً سهلة خلعها.

### ما تأخذه معك

- قلم ومفكرة – استخدم نفس المفكرة لجميع المقابلات.
- قائمة بجميع أدويةك.
- بطاقة ميديكير خاصتك.
- نظارات و/أو سماعات الأذن إذا كنت تستخدمها.



## أثناء زيارتك –

### تبادل المعلومات مع طبيبك

كن مستعداً للنقاش. فالمعلومات التي تعطيها عن نفسك، ومخاوفك ووضعك ذات أهمية. سوف يكون من دواعي سرور طبيبك أن تتحدث عن كل شيء.

### أخبر طبيبك عن

- أعراضك ومنذ متى تشعر بها.
- مخاوفك والأشياء التي تعتقد أنها غير طبيعية. لا تفترض أنها طبيعية.
- المقابلات الطبية والعلاجات التي خضعت لها منذ آخر مقابلة لك (كزيارات لقسم الطوارئ، وزيارات لأخصائيين صحيين وأطباء آخرين).
- جميع الأدوية (بما في ذلك الأدوية التي تصرف بدون وصفات طبية)، والفيتامينات أو العلاجات العشبية التي قد تكون تتعاطاها من قبل أو بدأتها للتو.

### ما يمكنك فعله أيضاً

- اطلب من طبيبك نسخة مطبوعة عن وصفاتك الطبية إذا تم تغيير أدويةك.
- اسأل طبيبك عما يمكنك فعله لتفادي الاعياء مرة أخرى وليس عما يُحسن حالتك هذه المرة فقط.

إذا كنت في المستشفى، فبإمكانك دائماً أن تسأل لم أعطيت لك الأدوية، أو تسأل عن الجرعات، وما إذا كانت ثمة بدائل أخرى.

## أثناء زيارتك –

### اتخاذ القرارات مع طبيبك

#### أكد فهمك

اطلب من طبيبك أن يشرح:

- أي علاجات يقترحها
- أي علاجات أخرى متوفرة
- كيف سيساعدك العلاج وما إذا كانت ثمة أية مخاطر أو آثار جانبية
- عدد المرات التي يجب عليك اتخاذ قرار بشأن العلاج.

أعد قول نصائح الطبيب أو تعليماته. فقولك لها مرة أخرى بكلماتك سوف يؤكد فهمك لكل شيء. وإذا لم تفهم، فلن يمانع الطبيب من شرح كل شيء مرة أخرى.

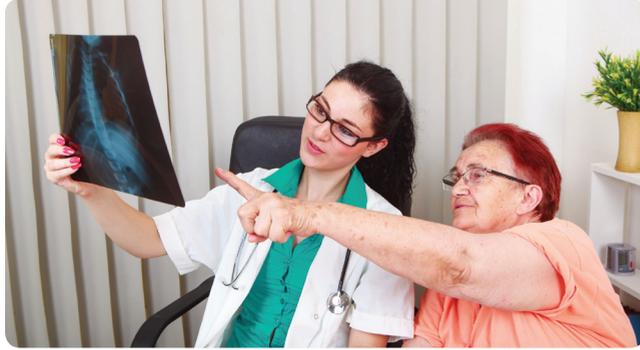
#### فكر في خياراتك

أخبر الطبيب بأفضلياتك. مثلاً، قد ترغب في التفكير في خيارات أخرى بدلاً عن عملية جراحية. وإذا علم الطبيب بذلك، فيمكنه إحالتك إلى الأخصائي المناسب أو مناقشة الأسباب إذا لم تكن ثمة خيارات أخرى.

تذكر، إذا لم تزل غير متأكد من التشخيص أو العلاج، فبإمكانك مقابلة طبيب آخر. فقد يكون الرأي الثاني هو إحالتك إلى أخصائي آخر أو قد يعني مقابلتك لطبيب عام GP آخر. وإذا قررت الحصول على رأي آخر فمن الأهمية الحصول عليه.

إذا كنت تعرف أن النصائح أو العلاج المقترح لا يناسب حالتك، أخبر الطبيب بالأسباب.

## ما يجب أن تفعله بعد ذلك...



- تابع نتائج الاختبارات. اعرف بمن يجب أن تتصل ومتى.
- احجز لأية مقابلات أخرى أخبروك بأنك بحاجة إليها.
- إذا أردت الحصول على نسخة عن نتائج اختبارتك، اطلبها.
- من حقك الحصول عليها. وإذا احتجت للمساعدة على فهم النتائج، اطلب أن يشرحوها لك.
- إذا نسيت كيف تتعاطى أدويةك أو علاجك، بإمكانك أن تسأل الصيدلاني. فقد يتصل بالطبيب ليتأكد من أية معلومات غير واضحة.
- إذا كنت بحاجة لطرح أي أسئلة بعد زيارتك، اتصل مرة أخرى بالعيادة أو بالمستشفى.

### هل أنت بصدد إخراجك من المستشفى؟

قبل أن تغادر المستشفى، تأكد من أنك تعرف ما يجب عليك القيام به عند عودتك إلى البيت. اكتب التعليمات في مفكرتك أو اسأل طبيبك. وعندما تكون في البيت احجز موعداً لمقابلة طبيبك العام GP لمتابعة أية أدوية أو علاجات وصفت لك.