

Чек-лист для приёма аллерголога

ЧЕК-ЛИСТ

За неделю до приёма

Чтобы подготовить организм к диагностике

- Уточнить у лечащего врача, нужно ли отменять антигистаминные препараты
- Начать дневник симптомов: дата, время, что появилось, после чего
- Обновить список всех принимаемых лекарств и БАДов
- Собрать старые выписки, анализы, заключения других специалистов



ЧЕК-ЛИСТ

За 1 день до приёма

Финальные штрихи

- Подтвердить запись по телефону или в приложении клиники
- Не наносить кремы и лосьоны на предплечья (если возможны кожные пробы)
- Сфотографировать сыпь и другие видимые проявления
- Распечатать или записать список вопросов врачу
- Положить в сумку паспорт, полис ОМС, СНИЛС, документы



ЧЕК-ЛИСТ

В день визита

Что проверить перед выходом

- Плотно позавтракать, если только анализы не планируются натоцак
- Взять питьевую воду
- Надеть одежду с коротким рукавом или легко снимаемую
- Выйти из дома заранее – быть в клинике за 15 минут
- Взять с собой дневник симптомов и список вопросов
- Если идёте с ребёнком – взять игрушку, перекус, сменную одежду



ЧЕК-ЛИСТ

После приёма

Чтобы не потерять информацию

- Перечитать записи врача, уточнить непонятные формулировки
- Проверить даты назначенных анализов и условия подготовки к ним
- Сохранить фото или скан рецептов и назначений
- Записать в календарь дату следующего визита
- Продолжить вести дневник симптомов

Документы – стандартный набор



ЧЕК-ЛИСТ

Что взять с собой

- Паспорт
- Полис ОМС (для госучреждений)
- СНИЛС
- Медицинская карта или выписки из неё
- Результаты анализов за последний год
- Заключение других специалистов по теме
- Снимки и описания (при наличии)
- Список лекарств, которые вы принимаете
- Ручка и блокнот (или заметки в телефоне)

Как пользоваться чек-листом

Распечатайте страницу или сохраните в телефон перед визитом. При приёме пройдитесь по пунктам и отметьте, что готово. Если чего-то не хватает — это не повод отменять визит, но лучше сказать об этом врачу при приёме, чтобы сэкономить время врача.



Что ещё полезно на приёме аллергологу

- Подготовка: что сделать до визита — развёрнутая инструкция.
- Какие анализы могут назначить — чтобы не удивляться направлениям.
- 10–15 вопросов, которые стоит задать — для тех, кто боится забыть главное.

Дисклеймер

Чек-лист справочный: точные требования могут отличаться в разных клиниках. Финальный список — за вашим врачом.

