

Чек-лист для приёма медицинского генетика

ЧЕК-ЛИСТ

За 2 недели до приёма

Собрать семейную историю

- Расспросить родителей о болезнях в семье
- Узнать о братьях, сёстрах, тётях, дядях
- Расспросить о бабушках и дедушках
- Записать все заболевания с возрастом постановки диагноза
- Узнать причины смерти умерших родственников



ЧЕК-ЛИСТ

За неделю до приёма

Построить родословную

- Нарисовать схему на 3 поколения
- Отметить все известные болезни
- Выделить повторяющиеся паттерны (например, ранний рак)
- Собрать прошлые выписки родственников, если есть доступ
- Найти свои медицинские документы



ЧЕК-ЛИСТ

За 1 день до приёма

Подготовиться к разговору

- Сформулировать ваш запрос: зачем идёте к генетику
- Записать 5–7 главных вопросов
- Подготовить паспорт, полис, документы
- Если идёте за ребёнком – взять его карту и фото
- Подтвердить запись в клинике



ЧЕК-ЛИСТ

В день визита

Взять всё полезное

- Родословная – на бумаге или в телефоне
- Все медицинские документы свои и родственников
- Прошлые результаты генетических тестов
- Блокнот и ручка для записи
- Прийти за 15 минут – разговор долгий и важно настроиться
- По возможности – прийти с близким человеком



ЧЕК-ЛИСТ

После приёма

Обдумать решения

- Перечитать рекомендации генетика
- Не принимать решение о тесте «на горячую голову» — дайте себе время
- Обсудить с близкими, если это касается семьи
- Уточнить сроки готовности результатов
- Записать дату повторной консультации для интерпретации
- При необходимости — найти психологическую поддержку

Документы — стандартный набор



ЧЕК-ЛИСТ

Что взять с собой

- Паспорт
- Полис ОМС (для госучреждений)
- СНИЛС
- Медицинская карта или выписки
- Родословная (на 3 поколения)
- Выписки и заключения родственников с известными диагнозами
- Результаты уже сделанных генетических тестов
- Выписки после госпитализаций
- Результаты скрининга беременности (если актуально)
- Обменная карта беременной (если актуально)
- Для ребёнка – медкарта, выписки, фотографии
- Ручка и блокнот



Как пользоваться чек-листом

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

Что ещё полезно на приёме медицинскому генетику

- 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.

