

Чек-лист для приёма пульмонолога

ЧЕК-ЛИСТ

За неделю до приёма

Наблюдение и документы

- Начать дневник симптомов: кашель, одышка, мокрота, время появления
- Собрать предыдущие рентгены, флюорографии, КТ – со снимками, не только описаниями
- Собрать данные спирометрии, если делали
- Записать стаж курения (сколько лет, сколько сигарет в день)
- Вспомнить контакт с пылью, химией, животными, плесенью дома и на работе



ЧЕК-ЛИСТ

За 1 день до приёма

Логистика и подготовка

- Подтвердить запись
- Уточнить, нужно ли прекратить принимать ингаляторы перед возможной спирометрией
- Избежать тяжёлых физических нагрузок
- Написать 3–5 главных вопросов врачу
- Положить ингалятор в сумку (если пользуетесь)



ЧЕК-ЛИСТ

В день визита

Перед выходом из дома

- Не курить минимум за 2 часа
- Не есть тяжёлую пищу за 1–2 часа (если планируется спирометрия)
- Не пить кофе и крепкий чай перед ФВД
- Взять паспорт, полис, СНИЛС
- Взять все снимки лёгких и заключения
- Взять ингаляторы и спейсер
- Взять список лекарств и дневник симптомов
- Одежду – свободную, не стягивающую грудную клетку
- Прийти за 15 минут до приёма



ЧЕК-ЛИСТ

Что фиксировать в дневнике симптомов

Базовая форма

- Частота и характер кашля (утром, ночью, днём)
- Есть ли мокрота, её количество и цвет
- Одышка: при каких нагрузках возникает
- Эпизоды свистящего дыхания
- Использование ингалятора экстренной помощи (сколько раз в день)
- ПСВ по пикфлоуметру утром и вечером, если есть
- Температура тела, если менялась
- Сон – просыпаетесь ли от кашля или удушья



ЧЕК-ЛИСТ

После приёма

Зафиксировать договорённости

- Перечитать записи врача, уточнить непонятное
- Разобраться с техникой использования ингалятора – при необходимости пересмотреть инструкцию
- Записать в календарь дату повторного приёма и анализов
- Записать условия подготовки к исследованиям (спирометрия, КТ)
- Продолжить дневник симптомов и пикфлоуметрию
- Обсудить с семьёй изменения в быту, если врач их рекомендовал

Как пользоваться чек-листом

Распечатайте страницу или сохраните в телефон перед визитом. В день приёма пройдите 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 пульмонологу

- Подготовка: что сделать до визита – развёрнутая инструкция онлайн-версия



- 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.

Распечатано с сайта gotovkvrachu.ru

