

Чек-лист для приёма терапевта

ЧЕК-ЛИСТ

За неделю до приёма

Собрать данные

- Собрать медицинскую карту или выписки
- Найти анализы и исследования за 6–12 месяцев
- Собрать заключения других специалистов
- Начать дневник давления/глюкозы, если актуально
- Записать хронологию главной жалобы



ЧЕК-ЛИСТ

За 1 день до приёма

Список и формулировки

- Сформулировать главную жалобу в 3–4 предложениях
- Составить полный список лекарств с дозами
- Записать 3–5 главных вопросов
- Подготовить паспорт, полис, СНИЛС
- Подтвердить запись в клинике



ЧЕК-ЛИСТ

В день визита

Если назначен забор крови – натощак

- Натощак, если планируется сдача крови
- Воду пить можно
- Принять обычные лекарства (если врач не сказал иначе)
- Взять все документы
- Прийти в клинику за 10 минут до приёма



ЧЕК-ЛИСТ

После приёма

Реализовать назначения

- Перечитать записи врача
- Записать в календарь: контрольный визит, сроки сдачи анализов
- Сфотографировать рецепты
- Купить назначенные препараты
- Начать лечение с указанного дня
- Сохранить заключение в папку

Документы – стандартный набор



ЧЕК-ЛИСТ

Что взять с собой

- Паспорт
- Полис ОМС
- СНИЛС
- Медицинская карта или выписки
- Все анализы крови и мочи за последний год
- ЭКГ за последний год
- Флюорография
- Заключение узких специалистов
- Выписки после стационаров
- Список всех лекарств с дозами
- Дневник давления/глюкозы/веса, если ведёте
- Список аллергий
- Ручка и блокнот или заметки в телефоне



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 терапевту

- 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.

