



It's okay to ask! (Chinese version)

盡可主動詢問！

在赴約就診過程中得到最大收穫

我們希望您在健康護理和治療中發揮積極作用。下面列舉了一些實用的提示和問題以幫助您提問，確保您能在赴約就診過程中得到最大收益。

赴診之前

赴診前做一些準備工作是很有幫助的。下面的一些提示向您展示了動身前應做的幾件事。

- 寫下兩到三個最重要的問題。
- 列出或帶上您服用的藥品和藥片，包括維他命和營養保健品。
- 寫下症狀的各項細節——發作的時間、何種情形下症狀好轉或惡化等。
- 如有必要，可要求醫院或診所提供傳譯或溝通支援。
- 必要時，可以請朋友或家人陪同前往。

赴診時需要詢問的問題

盡可提出有關您的健康方面的問題。下面是一些可詢問的例子。

可能出錯的地方

遇到不明白之處，盡可發問。可以這麼說：

- 能不能跟您確認一下我理解得對不對？
- 您是說……？

如果需要請醫務人員再次解釋，不必覺得尷尬。您可以問：

- 我還不太明白，您可以再解釋一下嗎？

盡可請醫務人員寫下並解釋您不明白的詞語。自己記錄或請親友記錄都會有幫助。

關於診斷檢查

如果醫務人員建議您做檢查，您可以問：

- 這些檢查是針對甚麼的？
- 檢查涉及到哪些方面？
- 該怎樣為接受檢查做準備？
- 何時、怎樣能獲得檢查結果？
- 如果沒有得到檢查結果，應該與誰聯絡？

關於治療

您同樣可以詢問何種治療（如有）對您最為合適的問題。下面是一些例子：

- 有甚麼副作用／有風險嗎？
- 治療需要多長時間？
- 怎樣獲知治療是否有效？
- 療效如何？
- 還有別的治療方法嗎？
- 我需要怎樣做才會對治療有幫助？

接下來會怎樣

您或許希望知道如果將來出現狀況或問題可以與誰聯絡，或可以與哪些支援團體聯絡。可以問：

- 下一步該做甚麼？仍回到這裡來找您嗎？
- 如果病情惡化，我該與誰聯絡？
- 能給我一些書面資料嗎？
- 從哪裡能獲得更多資訊、支援或進一步的幫助？

若需獲取這份小冊子的更多拷貝，或需要此資訊的錄音版本、大字體版本及其他社區語言譯本，請來電索取，電話：**0131 244 2378**。

也可以從以下網站獲取：

- www.scotland.gov.uk
- www.nhs24.com
- www.hris.org.uk
- www.show.scot.nhs.uk



這份小冊子由蘇格蘭政府部門製作，並得到蘇格蘭消費者委員會 (Scottish Consumer Council) 項目之下的蘇格蘭健康權利諮詢計劃 (Health Rights Information Scotland) 的協助。

第1版
2008年2月