



## Poser la question, c'est y répondre !

### Avant votre rendez-vous

Préconiser la sécurité de vos soins de santé. Personne ne connaît votre corps ou votre situation mieux que vous.

Assurez-vous d'obtenir les meilleurs soins possibles en étant un membre actif de votre équipe soignante. Être un membre actif signifie que vous devez être préparé et prêt à poser des questions. Le fait de poser des questions sur vos diagnostics, vos traitements et vos médicaments peut améliorer la qualité, la sécurité et l'efficacité de vos soins de santé.

Prendre les mesures nécessaires pour vous préparer à vos rendez-vous médicaux vous aidera à tirer le meilleur parti du temps que vous passerez avec votre médecin et l'équipe soignante.

### Préparez vos questions

Les visites chez le médecin sont habituellement assez courtes. Préparez-vous à votre rendez-vous en réfléchissant à ce que vous voulez faire lors de votre prochaine visite.

Est-ce que vous voulez :

- parler d'un problème de santé ?
- obtenir un médicament ou faire modifier une ordonnance ?
- passer des examens médicaux ?
- discuter d'une chirurgie ou d'autres possibilités de traitement ?

Écrivez vos questions pour les apporter à votre rendez-vous. Les réponses peuvent vous aider à prendre des décisions éclairées, à recevoir des soins de qualité supérieure et à vous sentir mieux par rapport à votre santé.

### Le saviez-vous ?

Les patients qui posent des questions et qui jouent un rôle actif sont plus satisfaits de leurs soins et constatent une plus grande amélioration de leur état de santé que les patients qui ne le font pas.



### Autres conseils pratiques

Les étapes suivantes vous aideront aussi à vous préparer à votre rendez-vous :

- Demandez à quelqu'un de vous accompagner à votre rendez-vous pour vous aider à comprendre et à vous souvenir des réponses à vos questions.
- Créez un historique médical qui comprenne votre état de santé actuel et vos chirurgies ou maladies passées, ainsi que tous vos médicaments. Apportez-le à votre rendez-vous.
- Soyez au courant de l'historique médical de votre famille, tel que l'état de santé de vos parents.
- Apportez tous vos médicaments à votre rendez-vous.