

「進到診間時常常腦筋一片空白，到底要跟醫生說什麼？」、「醫師為什麼不幫我排檢查呢，該換間醫院嗎？」、「手術前到底要問清楚哪些題？」…這些都是民眾就醫時常見的困惑。

利用「**醫病三通**」小技巧，就醫時與醫師溝通更順暢，減少因溝通不良而產生的認知落差。

醫病三通：

一、「說得通」：5 點不漏說病情

就醫前可事先準備小抄，掌握五項重點：

- (1) 哪裡不舒服
- (2) 不舒服症狀有多久

(3) 症狀在什麼情況會變嚴重、什麼情況會減輕

- (4) 症狀是否有變化
- (5) 過去病史

由一位熟知病人狀況的「關鍵家屬」陪同就醫，有助於幫助醫師了解病人情況。要前往不同院所就醫時，建議民眾攜帶過往的就醫資料，例如門診紀錄、病歷摘要、檢查報告等，幫助醫師診斷參考。

二、「問得通」：就醫三問

許多病人常千頭萬緒不知從何問起，或是不知如何把資訊帶回家與



家人討論，面對這種情況，建議民眾至少要問 3 個問題：

- (1) 我有哪些治療選擇？
- (2) 這些選擇的優點跟風險是什麼？
- (3) 我可以在哪裡得到幫助，才能做最合適的選擇？

三、「心意通」：醫病共享決策

醫病共享決策（SDM）是「以病人為中心」、為促進醫病相互尊重與溝通所提供的策略，強調醫師與病人都是專家，在現有的實證醫療前提下，結合雙方的想法，共同做出最佳決策，讓病人在符合自己的期待下得到更好的醫

醫病共享決策三步驟



(圖文摘自衛生福利部)
 如對護理指導有問題請洽詢
 中山醫療社團法人中山醫院
 地址：臺北市仁愛路四段 112 巷 11 號
 電話：(02)2708-1166 #1399

108.12 制 114.07 檢

現代醫療，傳統照顧