

چک‌لیست آمادگی برای ویزیت پزشک در منزل

همین ۱۰ مورد را قبل از رسیدن پزشک آماده کنید تا ویزیت کوتاه‌تر، دقیق‌تر و مؤثرتر شود — به‌روز ۱۴۰۴

۱) مدارک و سوابق بیمار

☐ دفترچه، اپ یا برگه‌های آزمایش و تصویربرداری قبلی (حداقل ۶ ماه اخیر)

☐ فهرست کامل داروهای مصرفی با دوز: نام دارو، مقدار، ساعت مصرف

☐ سوابق بیمارستانی، گزارش عمل جراحی، خلاصه ترخیص‌های اخیر

☐ کارت بیمه و مدارک هویتی بیمار

☐ سابقه حساسیت دارویی و واکنش‌های قبلی (مکتوب)

۲) ثبت علائم در روزهای قبل از ویزیت

چه چیزی را ثبت کنیم؟	مثال	چرا مهم است؟
علامت اصلی	سرفه، تب، درد، سرگیجه — شدت و ساعت	الگوی روزانه، تشخیص را سریع می‌کند
فشار خون / قند	صبح ناشتا و عصر، با ساعت	پزشک بدون تکرار آزمایش تصمیم می‌گیرد
خواب و اشتها	ساعت خواب، بیداری شبانه، میزان غذا	در سالمندان اغلب اولین علامت است
داروهای مصرف‌شده	چه چیزی کمک کرد، چه چیزی نه	تنظیم درمان بدون آزمون و خطا

۳) آماده‌سازی محیط و پرسش‌ها

☐ فضای کافی کنار بیمار برای معاینه (نور خوب، صندلی یا تخت دسترسی‌پذیر)

☐ فهرست سؤالات مهم به ترتیب اولویت (حداکثر ۵ مورد)

☐ حضور یک همراه آگاه که داروها و سابقه را بلد است

☐ خاموش کردن تلویزیون و کم کردن سر و صدا برای شنیدن قلب و ریه

☐ شارژر و گوشی برای یادداشت دستورهای پزشک

نکته: ویزیت در منزل معمولاً ۲۰ تا ۳۰ دقیقه است. اگر علائم را از قبل نوشته باشید، هیچ نکته‌ای از قلم نمی‌افتد و احتمال ویزیت تکراری به‌شدت کم می‌شود.

رزرو ویزیت پزشک عمومی و متخصص در منزل — کرج و البرز

0764 767 0912

هیلا هلت — پزشک در منزل، بدون ترافیک و نوبت‌های طولانی