



## Pronti per l'appuntamento con il medico Lista di controllo da compilare e portare all'appuntamento

Le domande della guida La aiutano a considerare i punti essenziali. L'elenco non è esaustivo, perché ogni persona e ogni trattamento sono diversi da qualsiasi altro. Annoti le informazioni e le domande che ritiene più importanti e che desidera fornire o, rispettivamente, rivolgere al medico.

### Le mie informazioni per il medico

Come mi sento attualmente (dal punto di vista fisico e psichico)?



---

---

Quali sono i disturbi per i quali sono oggi nello studio medico? Quando e come si manifestano?



---

---

Non ho più assunto i medicinali prescritti? Se sì, per quale motivo? Prendo altri medicinali o integratori alimentari?



---

---

---

La mia vita quotidiana è cambiata in qualcosa (stile di vita e abitudini alimentari, situazione professionale o privata)? Sono preoccupato per qualcosa?



---

---

Ho ricominciato a fumare oppure ho smesso di praticare sport?



---

---

Ulteriori informazioni per il mio medico



---

---

---

## Le mie domande al medico

Desidero avere maggiori informazioni sulla mia malattia (influsso sulla qualità di vita e sull'aspettativa di vita media, decorso stabile o progressivo, misure speciali ecc.).



---

---

Desidero avere maggiori informazioni sul trattamento (medicamenti, interventi, impianti, possibili alternative ecc.).



---

---

Come posso contribuire personalmente alla mia guarigione adottando uno stile di vita sano? Dove trovo un gruppo del cuore nella mia regione?



---

---

Che cosa devo considerare in caso di soggiorno in montagna o quando programmo le ferie?



Ho un problema personale (depressione, ansia, conflitto coniugale, mobbing sul posto di lavoro, sovraccarico psichico per l'assistenza a famigliari, problemi finanziari o sessuali ecc.).



Nel corso dell'ultima visita medica non ho compreso bene qualcosa oppure ho avuto l'impressione di essere stato mal interpretato.



Ulteriori domande al mio medico



### **Da portare alla visita medica (se disponibili):**

- elenco dei medicinali (deve essere aggiornato)
- libretto della pressione arteriosa
- libretto dell'anticoagulazione (tessera di Quick/INR)
- diario del cuore
- libretto del pacemaker

Ulteriori esemplari della lista di controllo «Pronti per l'appuntamento con il medico» possono essere ordinati presso la Fondazione Svizzera di Cardiologia o scaricati al sito [www.swissheart.ch/publicazioni](http://www.swissheart.ch/publicazioni).



# Fondazione Svizzera di Cardiologia

*Con impegno contro le cardiopatie e l'ictus cerebrale*

## Suggerimenti per l'appuntamento con il medico

**Segua i suggerimenti seguenti per diventare il partner ideale nel colloquio medico-paziente:**

- Si prepari alla visita medica e annoti le osservazioni sulla Sua malattia e i Suoi disturbi.
- Porti con sé una lista di controllo con le informazioni e le domande che ritiene più importanti, affinché la questione principale non Le venga in mente solo al momento di uscire dallo studio medico.
- Si esprima in modo chiaro e senza divagare.
- Fornisca informazioni con sincerità, anche se qualcosa Le risulta gravoso (non solo fisicamente) o Le crea apprensione.
- Chieda di nuovo, qualora non abbia compreso qualcosa.
- Abbia il coraggio di porre anche domande che trova spiacevoli.
- Informi il medico, se non vuole o non può seguire una terapia concordata o assumere determinati medicinali. Oppure se assume altri preparati acquistati autonomamente, se segue terapie alternative (omeopatia, medicina tradizionale cinese ecc.) o se ha ripreso a fumare.
- In caso di problemi comunicazionali, malintesi o conflitti, si rivolga al Suo medico per un colloquio.