Задача врача – сохранить здоровье и жизнь пациента. Но подчас, защита необходима и доктору, речь идет о грубости и хамстве пациентов. Нельзя забывать о том, что люди в белых халатах испытывают невероятные нагрузки – физические, эмоциональные, психические. Если повезло найти «своего» врача, берегите его и по возможности, помогайте.

**ПЕРЕД ПОСЕЩЕНИЕМ ДОКТОРА**

* Запишитесь на прием через интернет (сайт госуслуг или [http://talon.zdrav74.ru](http://talon.zdrav74.ru/)), по телефону (**8 (351) 728-48-99**) или с помощью личного визита.
* Уточните, что нужно с собой взять, как подготовиться, можно ли есть (пить) перед сдачей анализов или осмотром, нужно ли взять с собой другие документы.
* Сформулируйте свои вопросы доктору, если боитесь забыть, запишите.
* Четко изложите суть вашей проблемы. Если уже по этому поводу вы уже обращались, расскажите, какие обследования проходили (результаты, даже не совсем свежие, можно взять с собой), вспомните, какое лечение было вам назначено, помогло ли оно.
* Приготовьтесь отвечать на неожиданные вопросы: о детских болезнях, здоровье родителей, родственников, о ваших привычках.
* Сосредоточьтесь на теме вашего визита. Не нужно рассказывать врачу весь свой жизненный путь – не тратьте время врача и свое.
* Не врите врачу и не скрывайте информацию. Это может навредить вашему лечению.
* Не стесняйтесь упоминать о каких-то неловких, по вашему мнению, подробностях заболевания, эта информация важна для доктора при постановке диагноза.
* При назначении лекарств уточните, насколько они дороги, спросите о более дешевых аналогах, уточните, у какого лекарства первостепенное значение, а у какого –вспомогательное. Так вам будет проще принять решение, исходя из своих финансовых возможностей.
* Узнайте, допустимы ли при вашем заболевании и назначенных препаратах физические нагрузки, разрешено ли употреблять алкоголь или лекарства, не связанные с этим заболеванием.
* Поинтересуйтесь, когда ждать улучшения самочувствия (при соблюдении всех назначений доктора), когда прийти на прием, и в каких случаях нужно незамедлительно обратиться за медицинской помощью.
* Не забывайте о личной гигиене перед визитом в больницу. Собираясь на прием, обязательно примите душ (если нет противопоказаний), наденьте чистое белье и носки. Резкими духами также не стоит злоупотреблять.
* Если перед визитом к врачу вам нельзя было завтракать, захватите с собой сок или маленькую шоколадку, упаковку орехов, чтобы перекусить после консультации.
* Поблагодарите врача и медицинскую сестру: самые простые добрые слова улучшат настроение медикам, а вам – подарят хорошее настроение от визита.