

Tu si medicul tau

Pe parcursul dezvoltării infecției, persoanele HIV-pozitiv sânt dintre toate grupurile de pacienți, probabil sânt cei mai inclinați a menține un contact frecvent cu medicul lor. Relația care o stabilești cu medicul tau este una dintre cele mai importante pe care le ai după diagnostic.

Diferiți medici pot atrage diferite clase de pacienți: unii medici recomandă terapii agresive, în timp ce alții sânt mai receptivi în cazul în care un vrei să începi tratamentul sau să folosești o serie de strategii complementare, pe lângă îngrijitul convențional al HIV-ului.

Este foarte important să găsești tipul de medic cel mai adecvat pentru tine. Prietenii tăi ti-ar putea recomanda un medic adecvat dar consolidarea relației cu el sau ea va avea nevoie de un timp. S-ar putea să nu te înțelegi cu medicul tau. O bună autoestima și un bun control asupra medicamentelor tale este esențial pentru a stabili o relație de încredere cu medicul tau.

Medici eficienți

Este esențial ca medicul tau să aibă bine dezvoltate abilitățile sale interpersonale, și mulți le au. Nivelul de cunoștință al medicului tau de asemenea este foarte important. Un medic eficient trebuie să se deranjeze să-ți explice lucrurile, să fie atent la problemele tale personale, să știe să asculte și să fie capabil să-ți ofere o serie de opinii.

Totii pacienții au nevoie ca medicii să fie deschiși, exacti, comunicativi și clari când el sau ea nu știu răspunsurile la întrebări.

Pacienți eficienți

Pentru a fi un pacient eficient ar fi benefic să te implici în îngrijirea ta personală ceea ce depinde de tipul de persoană ce ești.

Unele persoane vor să dețină un rol mai activ în îngrijirea sănătății sale și să aibă ideile clare în ceea ce privește tipurile de tratamente ce doresc sau nu să urmeze, altele sânt mai dispuse de a căuta orientarea în medicul lor.

A fi preparat pentru consultări este o responsabilitate împartită. Pune întrebări până-ți lamurești dubiile. Dacă crezi că ai putea uita ceva ce medicul tau îți pune în timpul consultației, este recomandabil să iei notițe de tot ce consideri important. Astfel dacă crezi că pe parcursul consultației e posibil să nu îți aminești nelămuririle care ai vrea să

le clarifici este recomandabil să-ți notezi cu timp înainte. De astfel merita să-ți amintești că dacă asisti la o consultație fără programare e posibil să nu găsești medicul tau obișnuit.

Participare și asociere

Pe parcursul dezvoltării relației probabil vor exista anumite probleme asupra cărora tu și medicul tau nu sunteți de acord. De asta este important să înveți să știi să faci față acestor situații. Dacă începi să te simți incomod din cauza neînțelegerilor cu medicul tau poți invita un alt pacient să te ajute în a-ți comunica sentimentele.

În cazuri de incomoditate cu medicul tau poate ar fi necesar să formalizezi o plângere asupra acestui fapt și să scrii o scrisoare la directorul centrului tau de sănătate (dacă dorești sfaturi poți să suni la următoarele numere: gTt 934 582 641 și Medicina tropical 934 412 997). Dacă deja nu te simți în largul tău și decizi să nu continui cu vizitele la medicul tau, asta nu este un motiv suficient pentru a fi nevoit să te schimbi de centru, majoritatea acestora permit schimbarea de medic.

E important să fi sincer cu medicul în legătură cu oricare risc posibil la care ai putea fi expus, ca practicile sexuale nesigure sau uzul de alcool și droguri care ar putea afecta sănătatea ta pe termen lung. Cunoașterea faptelor îl poate ajuta pe medic să considere care ar fi tratamentul cel mai adecvat pentru tine. Dar oricum dacă nu te simți capabil de ai încrede anumite probleme poate exista alți profesioniști în centru cu care ai putea discuta mai deschis.

A păstra contactul cu același medic poate fi extrem de dificil pentru că de obicei sânt foarte ocupați și personalul se schimbă constant. Aduți aminte că timpul tău nu este mai valoros ca al său. Dacă vezi că accesul la medicul tau este dificil atunci discută cu el sau ea o manieră de a îmbunătăți situația. Poți să păstrezi contactul cu medicul tau prin intermediul unei scurte convorbiri telefonice sau a formulării întrebării ta prin poșta lui electronică. Cunoașterea funcțiilor restului de personal din centrul de tratament te va ajuta să nu pierzi timpul medicului când alt profesional te poate ajuta și-ți poate proporționa resurse adiționale de ajutor.