

MON carnet pratique

Pour INTERAGIR

Avec MON professionnel de la santé.

Je me prépare pour mon rendez-vous...



- J'ai la liste de tous mes médicaments à jour;
- J'identifie mes besoins;
- Je note mes symptômes et les inquiétudes liés à mon état de santé;
- Je prépare ma liste de questions à poser;
- Je demande à un proche de m'accompagner.

...parce que j'ai le droit de participer aux décisions qui affectent mon état de santé et de bien-être!

Je participe activement à la rencontre :

- J'exprime mes besoins;
- Je partage toutes mes inquiétudes et décris mes symptômes;
- Je pose mes questions;
- J'écoute attentivement les directives de mon professionnel ainsi que toutes les informations concernant mon état de santé;
- Je reformule l'information pour m'assurer de l'avoir bien comprise;
- Je note les informations et recommandations reçues dans mon carnet.

N'hésitez pas à préciser vos craintes si vous ressentez de la confusion face aux informations données.

Renseignements importants

Mes médicaments :

Mes allergies/intolérances/contre-indications :

Une interaction efficace repose sur le climat de confiance qui s'installe entre le patient et son professionnel.

Je m'occupe de ma santé!

- Je vais chercher mon ordonnance;
- Je prends mes prochains rendez-vous et les inscris à l'agenda;
- Je suis les recommandations et prends les médicaments prescrits;
- Je note les changements liés à ma condition;
- Je prépare ma prochaine rencontre avec mon professionnel.

Ce carnet pratique vous est offert par le comité des usagers du CSSS du Lac-des-Deux-Montagnes dans le cadre de la Semaine des droits des usagers, édition 2013.



pour nous joindre : 450 472-0013, poste 6351

MON carnet pratique

Professionnel :

Date :

Coordonnées :

Téléphone :

Besoins/symptômes/inquiétudes :

Questions :

Informations du professionnel :

Suivis à faire :

Prochain rendez-vous :