

Como deve ser o meu médico?

O médico de referência é responsável pelo gerenciamento da saúde, atuando de forma integrada e articulada com os demais profissionais de saúde envolvidos nesse processo, como forma de melhorar o seu tratamento e resolver os seus problemas, como também prevenir agravos e a evolução das patologias crônicas, bem como promover a saúde do público acompanhado.

O seu médico de referência deve conhecer e avaliar todo o seu histórico de saúde e doença, referenciando e contra referenciando aos especialistas quando necessário, fornecer orientações em saúde, solicitar e acompanhar os exames e elaborar um plano terapêutico junto a equipe multidisciplinar.

O olhar fragmentado, ou seja, quando vários profissionais médicos diferentes realizam seu acompanhamento, pode ocasionar um aumento do risco da realização de procedimentos desnecessários, por motivo de não conhecer o plano terapêutico estabelecido por outro profissional e pela não articulação das informações em saúde entre os médicos que assistem você.

Seu Plano de Saúde cuida de você.



Seu Plano de Saúde cuida de você.



Consultas Médicas

- 1)** Para que o diagnóstico seja o mais preciso possível, fale com clareza dos sintomas que apresenta;
- 2)** Tenha em mãos receitas médicas anteriores e lista de medicamentos em uso;
- 3)** Leve ao consultório médico somente as pessoas que serão atendidas ou seu cuidador/responsável. Isso ajudará a não gerar consultas adicionais sem necessidade. Além disso, evita exposição à possíveis doenças;
- 4)** Não mude de médico sem necessidade. Ouvir diagnósticos de diferentes profissionais pode confundi-lo, elevando também os custos do tratamento;
- 5)** Não tome medicamentos sem orientação médica, pois além de mascarar doenças, o uso de medicação incorreta pode trazer graves consequências;
- 6)** As recomendações médicas devem ser seguidas à risca e os medicamentos devem ser ingeridos na dose e horário certos.
- 7)** Deve-se ir ao pronto-socorro somente em situações de urgência. Ao procurar atendimento em pronto-socorro para consultas de rotina, você corre risco de contrair doenças típicas de ambientes hospitalares.

Exames

- 1)** Sempre que fizer exames médicos retire-os do laboratório e não deixe de levar à consulta, dando continuidade ao tratamento. Quanto mais tempo transcorrer entre a data do exame e o retorno à consulta, menos precisa será a avaliação;
- 2)** Procure esclarecer com o seu médico a necessidade e o objetivo de cada exame solicitado para o diagnóstico.
- 3)** Exames médicos são registros de como está a sua saúde. Quando for a uma consulta, leve-os consigo, pois eles podem auxiliar no diagnóstico;
- 4)** Os exames realizados em pronto-socorro ou durante uma internação hospitalar devem ser retirados ao final do atendimento, antes de deixar o hospital. Estes, fazem parte de seu histórico de saúde e deverão ser levados ao seu médico, que dará continuidade ao tratamento;
- 5)** Fazer muitos exames não significa cuidar da saúde! A indicação de exames de forma arbitrária pode gerar mais danos ao organismo. Exemplos disso, são o raio-x e a tomografia computadorizada, exames que, dependendo da frequência com que são realizados, podem aumentar consideravelmente o risco de certos tipos de câncer.