



# Школа Пациента

Национальный Образцово-показательный  
Гинекологический Центр UWMC



## Визит в Поликлинику

*Для эмигрантов, незнакомых с системой  
здравоохранения США.*

Понимание особенностей системы здравоохранения другой страны и посещение врача может оказаться довольно сложной задачей. Даже, если Вы хорошо говорите по-английски или пользуетесь услугами переводчика, у Вас могут возникнуть трудности. Например, Вы и Ваш врач можете по разному подходить к вопросам, касающимся здоровья. Возможно, что система записи на приём к врачу в Америке сильно отличается от той, к которой Вы привыкли в своей стране. Следующие ниже советы могут помочь Вам во время Вашего визита в поликлинику.

### До Визита

#### *Узнайте:*

- Каким автобусным маршрутом можно добраться до поликлиники.
- На какой остановке Вам следует сойти.
- Время Вашего приёма у врача.
- Что нужно иметь с собой.
- Где запарковать автомобиль, если Вы за рулём или, если Вас кто-то привезет.

#### *Сообщите:*

- Будет ли Вас сопровождать друг или член семьи.
- Нуждаетесь ли Вы в услугах переводчика.

### Подготовьтесь к Своему Визиту

Составьте список жалоб и вопросов.

- Подумайте о том, что Вы сделали для того, чтобы чувствовать себя лучше. Запишите это тоже и возьмите свои записи с собой на приём к врачу.
- Позаботьтесь о том, чтобы привести с собой друга или члена семьи, если они могут помочь Вам объясниться с врачом.

### Во Время Визита

- Придите заранее. Если Вы опоздаете Ваш визит может быть очень коротким.
- Расскажите своему врачу о себе. Будьте откровенны, воспользуйтесь тем списком, который Вы принесли с собой.
- Сообщите врачу о всех принимаемых Вами лекарствах и травах, которыми Вы пользуетесь для поддержания своего здоровья.
- Сообщите своему врачу о том, какие пищевые добавки или продукты специальной диеты Вы используете, а также употребляете ли Вы табачные изделия, алкоголь или какие-либо другие наркотические средства.
- Если у Вас имеются опасения или Вас что-то тревожит, Вашему врачу будет намного легче помочь Вам, если Вы расскажете ему об этом.
- Говорить о своих личных секретах бывает нелегко, но если у Вас имеются вопросы или проблемы, Ваш врач постарается помочь Вам.

### Коротко о Вашем Враче

Врачи так называемого Западного направления в медицине считают, что гораздо важнее разобраться в самом пациенте, нежели в его жалобах на здоровье и их симптомах. Ваш врач, конечно, спросит Вас о Ваших конкретных жалобах и испытываемых Вами симптомах, но он также может спросить [не тревожит ли Вас что-то] и о Вашем внутреннем состоянии, и о [том, какое у Вас настроение ] Вашем настроении.

Он также может задать Вам некоторые вопросы, касающиеся Вашей семьи и той помощи, которую Вы от неё получаете. Он может даже спросить Вас о Вашем материальном благополучии. Делает он это не из простого любопытства. Он стремится найти и предложить Вам такие методы лечения, которые будут целесообразны с медицинской точки зрения. Они хотят, чтобы их советы были для Вас полезными, чтобы Вы смогли ими воспользоваться и, чтобы для Вас это было не обременительно ни с финансовой точки зрения, ни с точки зрения разницы в наших и Ваших традициях, обычаях и культурах.

Чем больше информации Вы сообщите о себе, тем больше средств для помощи будет у Вашего врача.

Ваш врач должен сформулировать свои рекомендации и предложения настолько доходчиво, чтобы Вы поняли, что именно от Вас требуется, и на каком основании делается то или иное предложение. Иногда врачи полагают, что они достаточно ясно всё объяснили, но Вы, тем не менее, не смогли их понять. Не стесняйтесь! Задавайте вопросы!

## Инструкции Врача

- Убедитесь в том, что все Ваши жалобы и вопросы были рассмотрены и, что Ваш врач объяснил Вам, что конкретно он или она собирается по этому поводу предпринять.
- Повторите врачу выданные Вам инструкции, чтобы убедиться в том, что Вы всё правильно поняли.
- Если Вы или кто-либо из членов Вашей семьи умеете читать по-английски, попросите Вашего врача дать Вам инструкции в письменном виде. Трудно запомнить всё, о чём говорилось во время Вашего визита.

## Куда Звонить

Когда Вы записываетесь на свой следующий приём у врача и находитесь у стойки регистратуры, спросите:

- По какому телефону Вам следует звонить в рабочее время, если у Вас появилась проблема или возникла необходимость спросить о чём-то?
- По какому телефону Вам следует звонить в нерабочее время?

**Номера Телефонов:**

**В Рабочее Время:**

---

---

**В Нерабочее Время:**

---

---

**Врач:**

---

---

**Часы Приёма:**

---

---

## Для Заметок

### Вопросы ?

Звоните: 206-598-5500

Мы придаём Вашим вопросам большое значение. Если у Вас появятся вопросы или возникнут проблемы, звоните в поликлинику.

Медицинский персонал UWMC всегда охотно придёт к Вам на помощь в любое время.

Гинекологический Центр:  
(206) 598-5500

---

---

---

---

UNIVERSITY OF WASHINGTON  
**MEDICAL CENTER**  
UW Medicine

**Women's Health Care Center**

Box 354765

1959 NE Pacific St. Seattle, WA 98195  
206-598-5500



# **Your Clinic Visit**

*For immigrant women and others new to the U.S. medical system*

**Learning about health care and seeing a doctor in a new country can be difficult. Even if you can speak English well or have an interpreter it might be hard. You and your doctor may have different words or ideas about health and illness. The steps you need to take to see the doctor may be different than in your native country. These tips may help you with your visit.**

## **Before Your Visit**

### *Ask them:*

- What bus is near the office?
- At what bus stop do I get off the bus?
- When should I come?
- What should I bring?
- Where to park, if you are driving or someone will drive you to your visit.

### *Tell them:*

- If you are bringing a friend or family member with you.
- You will need an interpreter and to please make the arrangements.

## **Get Ready for Your Visit**

Make a list of your questions or concerns.

- Think about what you have already done to try to feel better. Make notes about this too, and take them with you to your visit.
- Plan to bring a friend or family member if they can help you explain.

## **At Your Visit**

- Arrive early. If you come late your visit may be very short.
- Tell your story to your provider. Be honest and use the list you brought.
- Tell your provider all the medicines and herbs you use for your health.
- Tell your provider about any use of food supplements, special foods, tobacco, alcohol or other drugs or substances.
- If you have fears and worries, it will help your provider care for you if you can share them.
- Talking about private or sensitive topics can be hard, but if you have questions or concerns, she or he will try to help you.

## **About Your Provider**

Western providers learn that it is important to understand more about the patient than just their physical symptoms or concerns. They will probably ask you about your physical concerns and symptoms, but they may also ask you about how you feel and your mood.

They may also ask you some questions about your family and possible help they may provide. They may even ask you about your finances. They do not do this to pry. They want to make suggestions for your care that makes sense medically. They also want the suggestions they make to be ones you could follow, and that are possible financially and culturally.

The more information you can share, the better prepared your provider will be.

When your provider makes suggestions, it is important that you feel these are explained so you can understand what she or he wants you to do and why the suggestion is made. Sometimes providers think they have explained, but you may not understand. Go ahead and ask questions!

## Get Instructions from Your Provider

Make certain that your questions and concerns are mentioned and that your provider explains how she or he will approach your concerns.

- Repeat instructions back to your provider to be certain you understand.
- If you can read or someone in your home reads English, have your provider write instructions. It is hard to remember everything from a visit.

## Know the Right Phone Number

When you schedule your visit or at registration, ask:

- During the day, what phone number do I call if I have a problem or a question?
- If the office is closed, what phone number do I call?

**Phone Numbers:**

**Daytime:**

---

---

**When Closed:**

---

---

**Provider:**

---

---

**Clinic Hours:**

---

---

## Questions?

Call 206-598-5500

Your questions are important. Call your doctor or health care provider if you have questions or concerns. UWMC Clinic staff are also available to help at any time.

Women's Health Care Center:  
206-598-5500

---

---

---

---

## Notes

UNIVERSITY OF WASHINGTON  
**MEDICAL CENTER**  
UW Medicine

**Women's Health Care Center**  
Box 354765  
1959 N.E. Pacific St. Seattle, WA 98195  
206-598-5500