

فوائد مراجعة طبيب عام ثابت

فوائد مراجعة طبيب عام ثابت وعيادة منتظمة

- سيكوّن طبيبك فهمًا لاحتياجاتك الصحية والعوامل الأخرى التي قد تؤثر على صحتك.
- عندما يكون لديك ثقة بطبيبك يمكنك التحدّث معه بصراحة والشعور بأنه يُساندك.
- سيتمكّن طبيبك العام من مراجعة تاريخك الصحي عند تقييم أعراضك ووضع خطة مناسبة للرعاية الصحية.
- يمكن لطبيبك تنظيم الرعاية التي تحصل عليها إذا كنت تتلقّى عدّة خدمات صحية.
- يستطيع طبيبك العام مساعدتك في الحفاظ على صحتك من خلال الفحوصات الدورية وإعطاء اللقاحات والنصائح المتعلقة بالنظام الغذائي والرياضة ونمط الحياة الصحي.

كيف أجد طبيب عام؟

يمكنك العثور على طبيب عام أو عيادة طب عام في منطقتك عن طريق دليل الخدمات الصحية الوطني - Health Direct:
healthdirect.gov.au/australian-health-services
كما قد يكون من المفيد أيضًا استشارة الأصدقاء وأفراد العائلة ومقدّمي الرعاية الصحية الآخرين.

من هو الطبيب العام (GP)؟

الطبيب العام (ويُعرف أيضًا باسم طبيب العائلة أو الطبيب المحلي) هو طبيب مُدرّب على تقييم الحالات الصحية بمختلف أنواعها وتقديم الرعاية الصحية للأشخاص من مختلف الأعمار.

غالبًا ما يكون الطبيب العام هو أول شخص تتحدّث إليه عندما تشعر بتوجّع أو عندما تكون قلقًا على صحتك. قد يطرح عليك الطبيب العام أسئلة، ويفحصك جسديًا، أو يُحيلك لإجراء فحوصات (كفحوصات الدم أو الأشعة السينية) لعلاج المشاكل الصحية التي تثير قلقك.

وهذا سيساعد الطبيب العام على وضع خطة للتعامل مع مشاكلك الصحية، وقد تشمل الخطة ما يلي:

- تقديم نصائح أو استشارات مُحدّدة
- وصف الأدوية
- الإحالة إلى أطباء مُختصين أو إلى المستشفى أو إلى معالجين آخرين (كالمعالج النفسي أو المعالج الطبيعي أو أخصائي التغذية أو أخصائي تثقيف مرضى السكري)





ما هي الخطوات التالية؟

عندما تجد طبيباً عاماً أو عيادة تناسب احتياجاتك، احجز موعداً معهم. من الأفضل أن يكون أول موعد لك ليس لحالة طارئة، بحيث يمكنك التحدّث عن رعايتك والتأكد من أنك تشعر بالراحة مع الطبيب والعيادة عند الزيارات المستقبلية.

عند خروجك من المستشفى أو أي خدمة صحية أخرى، أحضر الرسالة التي حصلت عليها من المستشفى أو الخدمة وأي معلومات صحية أخرى إلى موعدك مع الطبيب.

يُرجى الاحتفاظ بتفاصيل الاتصال بطبيبك المُعتاد معك وتقديمها عند الذهاب إلى أي مستشفى.

قد تؤثر العوامل التالية في البحث عن طبيب عام وعيادة مناسبة لك:

- ساعات عمل العيادة: هل تقدّم العيادة مواعيد خارج ساعات الدوام أو في عطلة نهاية الأسبوع؟
- هل يمكنك الحصول على الرعاية عندما لا يكون طبيبك المُعتاد موجوداً أو إذا كنت بحاجة إلى الرعاية خارج ساعات العمل؟ هل يوجد أطباء آخرون في العيادة يوفرّون الرعاية بدلاً من طبيبك المُعتاد؟ هل توجد ترتيبات للرعاية خارج ساعات الدوام؟
- ما هي مدّة الاستشارة العادية (الموعد)؟ هل تتوفر مواعيد أطول إذا لزم الأمر؟ هل يقوم الطبيب بزيارات منزلية؟ هل تتوفر مواعيد عاجلة؟
- سياسة الدفع في العيادة: ما هي تكلفة الاستشارة؟ هل يغطي نظام مديكير (Medicare) كامل التكلفة (bulk-billing) أم هناك مبلغ أو فارق يُدفع من قِبَل المريض؟
- مجالات الخبرة أو الاهتمام: يخضع بعض الأطباء لتدريب إضافي في مجالاتٍ مختلفة مثل صحة المرأة/صحة الرجل، أو الصحة النفسية، أو الصحة الجنسية، أو رعاية المُصابين بأمراض مُزمنة.
- اللغات المُتحدّث بها.
- هل يسهل عليك الوصول إلى العيادة؟ أو هل هي قريبة من وسائل النقل العام؟

St Vincent's Hospital Melbourne
PO Box 2900 Fitzroy, VIC 3065 Australia
(03) 9231 2211 www.svhm.org.au

