



# 聰明就醫6要素

## 珍惜健保WeCanDo

### 1 觀察病症的情形

#### 觀察身體警訊判斷是否需就醫



- ▶ 嚴重性：異常的身體數值(體溫、血壓等)、症狀惡化現象(傷口擴大、疼痛增加等)
- ▶ 持續性：症狀持續且未消退(高燒不退、血流不止等)

### 3 病症表述用口訣

#### 能用口訣完整告知醫生病情



- ▶ 口訣A「**那**不**就**好說**了**」：  
哪**裡**不適、不**適**感受、不**適**多**久**、  
怎麼變**好**、**說**出疑慮、**了**解治療
- ▶ 口訣B「**十**拿**九**穩」：  
健康狀況與**病**史、病徵在**哪**、  
病徵有多**久**、有疑慮主動**詢**問

### 5 正確用藥愛健保

#### 遵照醫囑服藥、不浪費醫療資源



- ▶ 聽專業指示用藥
- ▶ 不多拿、不囤積，做到不浪費就能節省健保資源



### 2 優先選擇一家醫

#### 固定先到一家附近基層診所就醫

- ▶ 就近診所好方便
- ▶ 固定醫師最安心



### 4 合理期待最和諧

#### 對醫療抱持合理期待，配合並感謝專業人士

- ▶ 合理期待醫療
- ▶ 信任醫護專業



### 6 如期回診要記牢

#### 遵照醫囑如期回診，不延誤病症治療

- ▶ 回診是為了確認疾病治療進度
- ▶ 延誤回診可能造成病情惡化風險

