



5 SORU

**HERHANGİ BİR TEST, TEDAVİ VEYA PROSEDÜRDEN
ÖNCE DOKTORUNUZA VEYA SAĞLIK BAKIMI
SAĞLAYAN KİŞİYE SORMANIZ GEREKİR**

Bazı testler, tedaviler ve prosedürler çok az yarar sağlar.

Ve bazı durumlarda zarara bile neden olabilirler.

Doğru miktarda bakım – ne çok fazlası, ne de çok azı - sağlandığından emin olmak için, aşağıdaki 5 soruyu sorun.

1

**BU TEST, TEDAVİ
VEYA PROSEDÜRE
GERÇEKTEN**

Testler size, doktorunuza veya diğer sağlık uzmanlarına sorunu belirlemede yardımcı olabilir.

2

İHTİYACIM VAR MI?

İlaç ve prosedür gibi tedaviler, sorunu tedavi etmekte yardımcı olabilir.

RİSKLERİ NELERDİR?

Testin veya tedavinin yan etkisi olacak mı? Sonuçların doğru olmama ihtimali var mı? Öyle olursa daha başka test, tedavi veya prosedür yapılmasına neden olabilir mi?

3

**DAHA KOLAY,
DAHA EMNİYETLİ
SEÇENEKLER VAR
MI?**

Faydası olabilecek başka tedavi seçenekleri olup olmadığını sorun. Daha sağlıklı beslenme veya daha fazla egzersiz yapma gibi yaşam stili değişiklikleri, daha emniyetli ve etkin seçenekler olabilir.

4

**HİÇ BİR ŞEY
YAPMAZSAM NE
OLUR?**

Testi, tedaviyi veya prosedürü hemen yaptırmazsanız, durumunuzun daha kötü – veya daha iyi – olup olmama ihtimalini sorun.

5

**MALİYETİ
NEDİR?**

Maliyeti maddi, manevi veya zamanınız olabilir. Maliyeti topluma malolacaksa, masrafına değer mi veya daha ucuz bir seçenek var mı?



Daha fazla bilgi için:
choosingwisely.org.au



Sohbete katılın
[@ChooseWiselyAU](https://twitter.com/ChooseWiselyAU)

Consumer Reports tarafından geliştirilen belgeden uyarlanmıştır.

Choosing Wisely Australia®, klinisyenler, tüketiciler ve sağlık hizmetleriyle ilgili herkesin, gereksiz test, tedavi ve prosedürler hakkında önemli konuşmaları başlatmaya olanak sağlayan bir girişimdir. Yüksek kaliteli bakım odaklandırılarak, Choosing Wisely Australia tıbbi kolejler, toplum ve dernekler liderliğindedir ve NPS MedicineWise tarafından yönlendirilir.

Hazırlanırken, doğru bilgi sağlanabilmesi için gerekli ilgi gösterilmiştir. Bu bilgiler tıbbi tavsiyelerin yerini alması amacıyla hazırlanmamıştır ve bir rahatsızlığı kontrol altına almak veya teşhis koymak için kullanılmamalıdır. Choosing Wisely Australia® bu bilgilere dayanmaktan veya kullanmaktan sonuçlanan herhangi bir kayıp, hasar veya yaralanma için tüm sorumlulukları (ihmalcilik dahil) tekzip eder, choosingwisely.org.au adresindeki tüm tekzip yayını okuyun.