



5 questions à poser à votre médecin.

La meilleure relation entre le patient et le médecin est celle de partenaires.

C'est pourquoi préparez-vous toujours à parler de votre santé lors d'une consultation médicale et assurez-vous d'avoir obtenu des réponses aux cinq questions suivantes.

1. *Ya-t-il plusieurs traitements possibles ?*

Il existe presque toujours plusieurs possibilités de traitement ou thérapie. Parlez de toutes les options avec votre médecin. En discutant avec lui, vous pourrez déterminer laquelle de ces possibilités vous convient le mieux et est la plus adaptée à vos besoins.

2. *Quels sont les opportunités et les risques du traitement recommandé ?*

Renseignez-vous sur le bénéfice du traitement recommandé, mais aussi sur le préjudice qui peut en résulter. Plus vous en savez sur un traitement, mieux vous pourrez décider de ce qui est important pour vous ou connaîtrez les effets secondaires possibles à escompter.

3. *Quelle est l'ampleur des opportunités et des risques ?*

Vous ne devez pas uniquement connaître les opportunités et les risques d'un traitement. Vous devez également savoir quelle est la probabilité pour qu'ils surviennent. Demandez des explications correspondantes à votre médecin, et lors de l'entretien, évaluez l'influence que le traitement peut avoir sur votre état de santé et votre vie en général.

4. *Que se passera-t-il si je ne fais rien ?*

Parfois, on peut attendre. Et certaines douleurs disparaissent d'elles-mêmes ou ne sont pas soulagées par le traitement. Si vous ne voulez pas d'un traitement médical ou que vous préférez attendre, discutez des conséquences avec votre médecin.

5. *Que puis-je faire moi-même pour ma santé ?*

La responsabilité de sa santé ne se délègue pas facilement. La rapidité avec laquelle vous guérirez dépend aussi de vous. Demandez donc ce que vous pouvez faire très concrètement pour avoir une influence positive sur votre santé. Même dans le cas des maladies chroniques, vous pouvez contribuer à ralentir, voire empêcher la progression.

**Plus n'est pas toujours plus.
Décidons ensemble.**

smarter medicine – Choosing Wisely Switzerland
c/o Société Suisse de Médecine Interne Générale (SSMIG)
Monbijoustrasse 43, Case postale, 3001 Berne
Téléhone +41 31 370 40 00, Fax +41 31 370 40 19
smartermedicine@sgaim.ch

www.smartermedicine.ch

Vidéo explicative

Découvrez en quelques secondes les objectifs de smarter medicine:
www.smartermedicine.ch/video

