

## بعد زيارتك لمكتب الطبيب

1. التوقيع على إذن للمراكز الطبية الاخرى بإرسال السجلات الطبية إلى الطبيب.
2. حدد الموعد القادم.
3. استلم أي أدوية موصوفة أو معاد تعبئتها في الصيدلية.
4. اطلب المساعدة من مكتب الطبيب الذي تتعامل معه في أي إحالات طبية. -إذا احتجت إلى موافقة من التأمين، فاطلب رقم للاتصال التأمين إذا لم يكن هناك أخبار في غضون أسبوع واحد. -اطلب مترجمًا وقدم المساعدة في تحديد موعد عند الحاجة.
5. اتصل بمكتب الطبيب إذا رفض التأمين ان يغطي الدواء أو الفحص أو الإحالة التي تحتاج إليها. -اسأل لماذا تم رفضه وما إذا كانت هناك خيارات أخرى. -إن لم يكن الأمر كذلك، استعين بمكتب الطبيب او محامي لاستئناف رفض التغطية.
6. احفظ بالمعلومات الطبية في مكان آمن.



## الخطوات المتوجب اتباعها قبل، اثناء، او بعد زياره عياده الطبيب

## قبل زيارتك لمكتب الطبيب

1. أحضر قائمة أسئلة للطبيب -حدد المشاكل الثلاث الأكثر أهمية. -مواعيد الطبيب قصيرة. قم بإجراء مزيد من المواعيد اذا لزم الامر.
2. أحضر قائمة بجميع العاملين بالمجال الطبي الآخرين الذين رأيتهم استخدامهم (يمكنك استخدام: "My Medical Log"). مثل: أطباء، مستشارين، عيادات، مستشفيات، غرف طوارئ، أو رعاية عاجلة.
3. أحضر جميع الأدوية والوثائق الهامة. -البطاقة الزرقاء, بطاقة التأمين الصحي AHCCS , البطاقة الشخصية لولاية اريزونا -جميع الأدوية (بما في ذلك الوصفات الطبية أو الادوية بالاعشاب الطبيعية أو الفيتامينات أو الادوية المنزلية)
4. أحضر أحد أفراد العائلة، أو صديق موثوق به، أو موظف الخدمة الاجتماعية إلى الموعد إذا كنت ترغب -او اذا كنت تحتاج إليه للمساعدة في فهم حالتك الصحية والتحدث عنها ولتتذكر ما يقوله الطبيب.

## أثناء زيارتك لمكتب الطبيب

1. اطلب مترجم محترف عند الحاجة. لا تستخدم أحد أفراد العائلة.
2. شارك بنشاط في زيارتك: -لا تستمع فحسب - اطرح أسئلة حول خطة صحتك وعلاج. -دون ملاحظات لمساعدتك في التذكر. -كن صادقًا بشأن الأشياء التي تشعر بها: جسديا وعقليًا وعاطفيا. -لا تقول فقط ما تعتقد أن الطبيب يرغب في سماعه. -اطرح أسئلة إذا لم تفهم شيئًا ما.
3. اسأل متى يجب أن تعود إلى موعد المتابعة أو موعد للعناية الوقائية



COLLEGE OF MEDICINE TUCSON

Family & Community  
Medicine

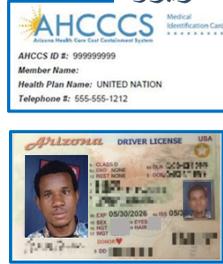
Tucson Family Advocacy Program  
Medical Legal Partnership for Health

## قبل زيارة مكتب الطبيب

1. أحضر قائمة أسئلة للطبيب،  
أحضر أيضا قائمة بجميع العاملين بالمجال الطبي الآخرين  
الذين رأيتهم استخدامهم.



2. أحضر جميع الأدوية والوثائق الهامة، أيضا احضر البطاقة  
الزرقاء، و بطاقة التامين الصحي AHCCS، مع البطاقة الشخصية  
لولاية اريزونا



3. أحضر أحد أفراد العائلة، أو صديق موثوق به، أو موظف  
الخدمة الاجتماعية إلى الموعد إذا كنت ترغب.



## خلال زيارة مكتب الطبيب

1. اطلب مترجم محترف عند الحاجة.



2. اطرح أسئلة، دَوِّن ملاحظات، اسأل اذا كنت  
بحاجة لتحاليل او مراجعه طبيب اخصائي.



3. اسأل عن الموعد القادم، وحاول حجز وتثبيت  
الموعد للمرة القادمة.



## بعد زيارة مكتب الطبيب

1. استلم أي أدوية موصوفة أو معاد تعبئتها في  
الصيدلية



2. اتصل بمكتب الطبيب إذا لم يكن التأمين يغطي الدواء أو  
الفحص أو الإحالة التي تحتاج إليها.



3. احتفظ بالمعلومات الطبية الخاصة بك في مكان آمن.

