



# Consultation médicale

S'investir activement dans la prise de décision

## Le concept en bref

Les patient·es souhaitent prendre part activement à leur traitement et être impliqué·es dans les prises de décision concernant leur santé. Préparez-vous à vos consultations médicales: vous en profiterez directement et votre médecin vous en sera reconnaissant·e.

Votre médecin est certes votre interlocuteur ou interlocutrice de référence en matière de santé et de maladie, mais personne ne connaît votre corps et votre état d'esprit mieux que vous. Il s'agit de réunir toutes ces compétences. La consultation chez votre médecin devrait être conçue de manière à pouvoir donner lieu à un échange constructif.

Les informations médicales ne doivent pas occulter vos besoins ni vos attentes vis-à-vis du traitement. Ainsi, le personnel soignant pourra adapter la thérapie à votre situation individuelle. Si votre médecin vous prescrit par exemple deux séances de physiothérapie hebdomadaires, il faut que vous puissiez vous y rendre.

Vous devez aussi pouvoir appliquer les mesures médicales que votre médecin vous prescrit. Plus le plan de traitement sera adapté à votre situation, plus les chances de réussite seront grandes.

## Nos conseils pratiques

Pour qu'un dialogue constructif entre votre médecin et vous soit possible, vous devez vous préparer aux consultations.

Voici quelques points de repère pour vous aider dans votre démarche:

- En guise de préparation, lisez le mémento «Consultation médicale», puis mettez vos questions ainsi que toute information pertinente par écrit.
- Pendant l'entretien, n'hésitez pas à demander des explications, des clarifications et assurez-vous que l'objectif du traitement est clair.
- Afin d'éviter les malentendus, récapitulez les propos de votre médecin avec vos propres mots.
- Assurez-vous de bien connaître les avantages et les inconvénients des différentes thérapies qui vous sont proposées.
- Prenez des notes. Elles vous seront utiles lorsque vous devrez faire des choix par la suite.
- À la fin de la consultation, prenez le temps de vous assurer que vous avez bien transmis toutes les informations importantes à votre médecin.
- La prise en considération des informations médicales et le choix de suivre l'une ou l'autre thérapie peuvent prendre du temps. Ne vous décidez pas à la hâte. Réfléchissez aux questions suivantes:
  - Quelles sont mes attentes par rapport au traitement?
  - Que dois-je faire exactement?
  - Comment et pourquoi dois-je le faire?



## Pour en savoir plus

Pour préparer votre consultation chez votre médecin, lisez le memento «Consultation médicale» disponible dans notre Boussole santé.

Pour toute autre question, n'hésitez pas à nous écrire à [boussolesante@concordia.ch](mailto:boussolesante@concordia.ch).

## Notes

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---