



# 5 CÂU HỎI

## ĐỂ HỎI BÁC SĨ HOẶC CƠ QUAN CHĂM SÓC Y TẾ KHÁC TRƯỚC KHI QUÝ VỊ ĐI THỬ NGHIỆM, CHỮA TRỊ HOẶC LÀM THỦ THUẬT NÀO

Một số thử nghiệm, chữa trị và thủ thuật chỉ có lợi ích chút đỉnh. Và trong một số trường hợp, các việc này còn có thể gây tổn hại.

Hãy dùng 5 câu hỏi này để đảm bảo quý vị nhận được mức chăm sóc vừa đủ — không quá nhiều mà cũng không quá ít.

1

### TÔI CÓ THẬT SỰ CẦN ĐẾN THỬ NGHIỆM HOẶC THỦ THUẬT NÀY HAY KHÔNG?

Các cuộc thử nghiệm có thể giúp quý vị và bác sĩ hoặc các chuyên viên y tế khác xác định được vấn đề. Các thủ thuật có thể giúp trong việc chữa trị.

2

### CÓ NHỮNG NGUY CƠ GÌ?

Sẽ có các tác dụng phụ không? Xác suất của việc nhận được kết quả không chính xác là bao nhiêu? Điều đó có thể dẫn tới thử nghiệm thêm hoặc một thủ thuật khác nữa không?

3

### CÓ CÁC CHỌN LỰA ĐƠN GIẢN HƠN, AN TOÀN HƠN KHÔNG?

Đôi khi tất cả những điều quý vị cần làm chỉ là thực hiện các thay đổi về lối sống, chẳng hạn như dùng thực phẩm lành mạnh hơn hoặc tập thể dục nhiều hơn.

4

### ĐIỀU GÌ XẢY RA NẾU TÔI KHÔNG LÀM GÌ CẢ?

Hỏi xem bệnh trạng của quý vị có thể trở nên tệ hơn – hoặc khá hơn – nếu quý vị không làm thử nghiệm hoặc thủ thuật ngay.

5

### CÁC TỔN PHÍ GỒM NHỮNG GÌ?

Các tổn phí có thể là tài chánh, hao tổn tinh thần hoặc tổn thời gian. Khi có tổn kém đối với cộng đồng, tổn kém đó có hợp lý hoặc có cách nào khác rẻ hơn không?

Muốn biết thêm thông tin, viếng trang mạng  
**choosingwisely.org.au**

Tham gia bàn luận tại  
**@ChooseWiselyAU**

Lấy từ tài liệu do tổ chức Consumer Reports soạn thảo.

Choosing Wisely Australia® là một sáng kiến nhằm giúp các chuyên viên trạm xá, người tiêu thụ và các giới liên quan về y tế để bắt đầu các cuộc thảo luận quan trọng về các thử nghiệm, chữa trị và thủ thuật không cần thiết. Với sự chú trọng đến việc chăm sóc chất lượng cao, Choosing Wisely Australia được các hội đoàn và trường đại học y khoa của Úc chỉ đạo và được NPS MedicineWise tạo điều kiện để hoạt động.

Có sự thận trọng hợp lý để cung ứng thông tin chính xác vào lúc soạn tài liệu này. Thông tin này không nhằm để thay thế lời khuyên y tế và không nên chỉ dựa vào thông tin này để lo liệu hoặc chẩn đoán một bệnh trạng. Choosing Wisely Australia® không nhận bất kỳ trách nhiệm nào (kể cả vì sự chênh mảng) đối với bất cứ mất mát, thiệt hại hoặc thương tích nào do việc dựa vào hoặc sử dụng thông tin này. Hãy đọc toàn bộ bản giải trừ trách nhiệm tại [www.choosingwisely.org.au](http://www.choosingwisely.org.au)