

與醫務人員密切配合

Working with your healthcare team (Chinese)

有許多不同專業的醫務人員能夠幫助您控制關節炎。這份資料列出了各種醫務人員的工作範圍和聯絡方式，而且建議您在就診時如何獲得最大益處。

全科醫生（GP，當地醫生）

全科醫生通常是為您負責醫療保健的主要人員。無論是關節炎還是任何其他健康問題，如果有什麼擔憂，首先應當去找全科醫生。全科醫生會幫助您全面安排全身的醫療保健，包括在必要時介紹您去看專科醫生。全科醫生可能還會配備一位實習護士。實習護士會為您提供資訊，並在您的醫療護理過程中與其他醫務人員協調。

專科醫生

全科醫生可能會介紹您去看合適的專科醫生。這位專科醫生可以由全科醫生推薦，或者由您按自己的願望選擇。大多數的專科醫生在公立醫院或私人診所看病。如果他們的工作不屬於公立醫院系統，在您就診時或許會收取診金，不過從國民保健部門（Medicare）可以退回部分或大部分診金。在預約時請核對可能收取的費用。如果對費用有疑問，請和全科醫生商量。

- **風濕病專科醫生：**風濕病專科醫生專門進行關節、肌肉、骨骼疾病的診斷和藥物治療。如果引起症狀的原因不詳。或者某種關節炎需要由專科醫生處理，那麼就有可能介紹您去看風濕病專科醫生。

詳細的情況（包括如何找風濕病專科醫生），可以與澳大利亞風濕病學協會聯絡，請撥打 (02) 9256 5458，或者訪問 www.rheumatology.org.au。

輔助保健專業人士

下列的保健專業人士也可能幫您控制關節炎：

- **營養師**是食物和營養方面的專家。他們提出有關健康飲食、減肥、病人（如糖尿病）食譜等方面的建議。如果需要找營養師，可以聯絡澳大利亞營養師協會。請撥打 (02) 6282 9555，或利用下列網站“查找營養師”服務：www.daa.asn.au。
- **職業治療師（OT）**可以幫助您根據身體狀況或病情對日常生活進行調整。他們會為您示範日常生活中諸如煮飯、淋浴等活動的簡便方法，建議您使用一些實用的輔助用品和器材。如果要找職業治療師，請訪問澳大利亞職業治療師協會網站：www.ausot.com.au，或在黃頁中“職業治療師”部分查找。
- **藥劑師**是藥品方面（包括處方藥和非處方藥）的專家，可以幫助您瞭解藥品知識，知道如何安全、恰當地使用藥物。

聯絡您當地的關節炎辦事處：

1800 011 041 www.arthritisaustralia.com.au

- **理療師**會提出關於鍛煉、姿勢、鎮痛方法等方面的建議，也能通過治療使關節和肌肉柔韌靈活。如果需要找理療師，請訪問澳大利亞理療協會網站：www.physiotherapy.asn.au，或在黃頁“理療師”部分查找。
- **足病醫生(podiatrist)**專門處理影響足部的疾病。如果您在足部、腿部和脊柱下部有關節炎，足病醫生能幫助解決鞋襪、指甲護理和踝足矯形器(orthoses)等方面的問題。如果需要找足病醫生，請訪問澳大利亞足病醫生委員會的網站：www.apodc.com.au，或在黃頁“足醫”部分查找。
- **心理醫生**可以教您如何處理因關節炎而產生的不良情緒，也可以教您有助於控制疼痛的一些技巧。如果需要找心理醫生，可以聯絡澳大利亞心理學協會。請撥打 1800 333 497，或訪問：www.psychology.org.au。
- 考慮讓家人或朋友陪您一起去，以免有些話聽不明白。
- 如果有不懂的地方，應該請醫生或專業醫務人員解釋清楚。
- 有什麼問題儘管問，特別是有關療效、副作用及治療費用的問題，一定要問清楚。
- 如果您需要時間考慮，或者要和與家人商量，請告訴醫生或專業醫務人員。
- 重要的資料或指示要記下來。
- 請醫生或專業醫務人員告訴您到那裡獲取關於您的病情或治療方案的詳細資料。

如要索取關於關節炎的其他資料單張，請聯絡當地的關節炎防治機構。

做好準備

為了在醫生或其他醫務人員診病時得到最大收穫，一定要做好準備。一些建議：

- 如果您理解英語有困難，在預約時請要求安排口譯員。
- 在就診之前，想好要問的問題，把問題記下來。
- 就診時記得帶齊跟病情有關的全部x光片及其他檢查。

醫務人員能夠幫助您控制關節炎。您應該學會與醫務人員有效地配合。

© 澳洲關節炎協會 2007年，2012年2月復核。來源：可向您當地的關節炎辦事處索取用於編寫本單張的參考資料的完整列表。

The Australian General Practice Network, Australian Physiotherapy Association, Australian Practice Nurses Association, Pharmaceutical Society of Australia 及 Royal Australian College of General Practitioners 在編製本資料單張時提供協助。澳洲政府提供撥款，支持這項計劃。

您當地的關節炎辦事處具備給予關節炎患者的資訊，並提供教育和支援。

免費電話 1800 011 041 www.arthritisaustralia.com.au

免責聲明：本單張由澳洲關節炎出版，只作提供資訊的用途，不可代替醫療建議。