



5大问题

在进行任何检查项目、治疗或手术之前，请向您的医生和医疗保健提供者提问

某些检查项目、治疗和手术提供的好处极少。在某些情况下，甚至可能会造成伤害。

用这5大问题来确保您最终得到适当的医疗——不过多也过少。

1

我确实需要做这项测试、治疗或医疗程序吗？

测试可能有助于您和您的医生或其他医护服务提供者找出问题。治疗（如药物）与医疗程序可能有助于解决问题。

2

风险有哪些？

此项测试或治疗会有副作用吗？（测试）结果不准确的可能性有多大？那会导致需要做更多测试、治疗或医疗程序吗？

3

有没有更简单、更安全的选择？

咨询了解是否有代替治疗的其他选择。改变生活方式可能是安全和有效的选择，如食用更加健康的食物或做更多运动。

4

如果我什么都不做，会有什么后果？

咨询了解如果不立即做测试、治疗或医疗程序，您的病情是否会恶化？

5

代价是什么？

可能造成经济上、情感上的损失，或浪费了您的时间。当对社区造成损失的时候，这个代价是否合理？或者是否有更便宜的选项？



欲知详情，请访问
choosingwisely.org.au



@ChooseWiselyAU
参与对话

由《消费者报告》撰写的材料改编而成。

Choosing Wisely Australia® 这一计划让临床学者、消费者和医疗保健利益攸关方就不必要的检查、治疗和手术展开重要的谈话。Choosing Wisely Australia由澳大利亚的医学院和社团领导，以及NPS MedicineWise提供支持，专注于高质量的保健。

在编写本信息时，我们在合理的谨慎程度下，尽可能为您提供准确的信息。本信息并不旨在代替医疗建议，您也不应该在管理或诊断某个病情的时候仅仅只依赖本信息。因依赖或使用本信息而造成的任何损失、破坏或伤害（包括疏忽在内），Choosing Wisely Australia® 不承担任何责任。完整免责声明，请访问：www.choosingwisely.org.au 阅读。



5大問題

在開始進行任何檢查項目、治療或手術之前，請向您的醫生和醫療保健提供者提問

某些檢查項目、治療和手術提供的好處極少。在某些情況下，甚至可能會造成傷害。

用這5個問題來確保您最終得到適當的醫療——不過多也不過少。

1

我確實需要做這項測試、治療或醫療程序嗎？

測試可能有助於您和您的醫生或其他醫護服務提供者找出問題。治療（如藥物）與醫療程序可能有助於解決問題。

2

風險有哪些？

此項測試或治療會有副作用嗎？（測試）結果不準確的可能性有多大？那會導致需要做更多測試、治療或醫療程序嗎？

3

有沒有更簡單、更安全的選擇？

諮詢了解是否有代替治療的其他選擇。改變生活方式可能是安全和有效的選擇，如食用更加健康的食物或做更多運動。

4

如果我什麼都不做，會有什麼後果？

諮詢了解如果不立即做測試、治療或醫療程序，您的病情是否會惡化？

5

代價是什麼？

可能造成經濟上、情感上的損失，或浪費了您的時間。當對社區造成損失的時候，這個代價是否合理？或者是否有更便宜的選項？



欲知詳情，請訪問
choosingwisely.org.au



@ChooseWiselyAU
參與對話

由《消費者報告》撰寫的材料改編而成。

Choosing Wisely Australia® 這套計劃讓臨床醫學者、消費者和醫療保健利益攸關方就不必要的檢查、治療和手術展開重要的談話。Choosing Wisely Australia由澳大利亞的醫學院和社團領導，以及NPS MedicineWise提供支持，專注於高質量的保健。

在編寫本信息時，我們在合理的謹慎程度下，盡可能為您提供準確的信息。本信息並不旨在代替醫療建議，您也不應該在管理或診斷某個病情的時候僅依賴本信息。因依賴或使用本信息而造成的任何損失、破壞或傷害（包括疏忽在內），Choosing Wisely Australia® 不承擔任何責任。完整免責申明，請訪問：
www.choosingwisely.org.au 閱讀。

我的医护权利

这是《澳大利亚医护权利章程》第二版。

这些权利适用于澳大利亚所有医护服务场所内的任何人士。

此《章程》规定了您本人或您所照顾的人在接受医护服务时可预期的待遇。

我有权：

使用

- 满足我要求的医护服务与治疗

安全

- 获得达到全国标准的安全优质的医护服务
- 在令我感到安全的环境下得到照顾

尊重

- 作为个体获得尊重，并不失尊严
- 我的文化、身份、信仰以及选择获得承认与尊重

合作伙伴关系

- 提问并参与坦诚布公的沟通
- 在我选择及能力所及的范围内，与我的医护服务提供者一起做决定
- 选择由谁参与计划与决策程序

信息

- 清楚了解有关本人病况、各种测试及治疗的潜在好处和风险的信息，以便我能在知情的情况下表示同意
- 获得有关服务内容、等待时间以及费用等的信息
- 在需要的时候能够获得协助，以帮助本人理解及使用医护信息
- 要求获得本人的健康资料
- 如果在医护过程中出现差错，我应被告知，并获得有关差错如何发生、对我有何影响以及正采取什么措施确保治疗安全等的信息

私隐

- 我的个人私隐受到尊重
- 我的个人资料与健康信息得到安全保密的处理

提出反馈意见

- 提供反馈意见或提出投诉，而不会影响我的待遇
- 我的顾虑获得透明及时的处理
- 分享我的体验并参与改善医护服务的质量



我的醫護權利

這是《澳大利亞醫護權利章程》第二版。

這些權利適用於澳大利亞所有醫護服務場所內的任何人士。

此《章程》規定了您本人或您所照顧的人在接受醫護服務時可預期的待遇。

我有權：

使用

- 滿足我要求的醫護服務與治療

安全

- 獲得達到全國標準的安全優質的醫護服務
- 在令我感到安全的環境下得到照顧

尊重

- 作為個體，獲得尊重，並不失尊嚴
- 我的文化、身份、信仰以及選擇獲得承認與尊重

合作夥伴關係

- 提問並參與坦誠佈公的溝通
- 在我選擇及能力所及的範圍內，與我的醫護服務提供者一起做決定
- 選擇由誰參與計劃與決策程序

信息

- 清楚瞭解有關本人病況、各種測試及治療的潛在好處和風險的信息，以便我能在知情的情況下表示同意
- 獲得有關服務內容、等待時間以及費用等的信息
- 在需要的時候能夠獲得協助，以幫助本人理解及使用醫護信息
- 要求獲得本人的健康資料
- 如果在醫護過程中出現差錯，我應被告知，並獲得有關差錯如何發生、對我有何影響以及正採取什麼措施確保治療安全等的信息

私隱

- 我的個人私隱受到尊重
- 我的個人資料與健康信息得到安全保密的處理

提出反饋意見

- 提供反饋意見或提出投訴，而不會影響我的待遇
- 我的顧慮獲得透明及時的處理
- 分享我的體驗並參與改善醫護服務的質素

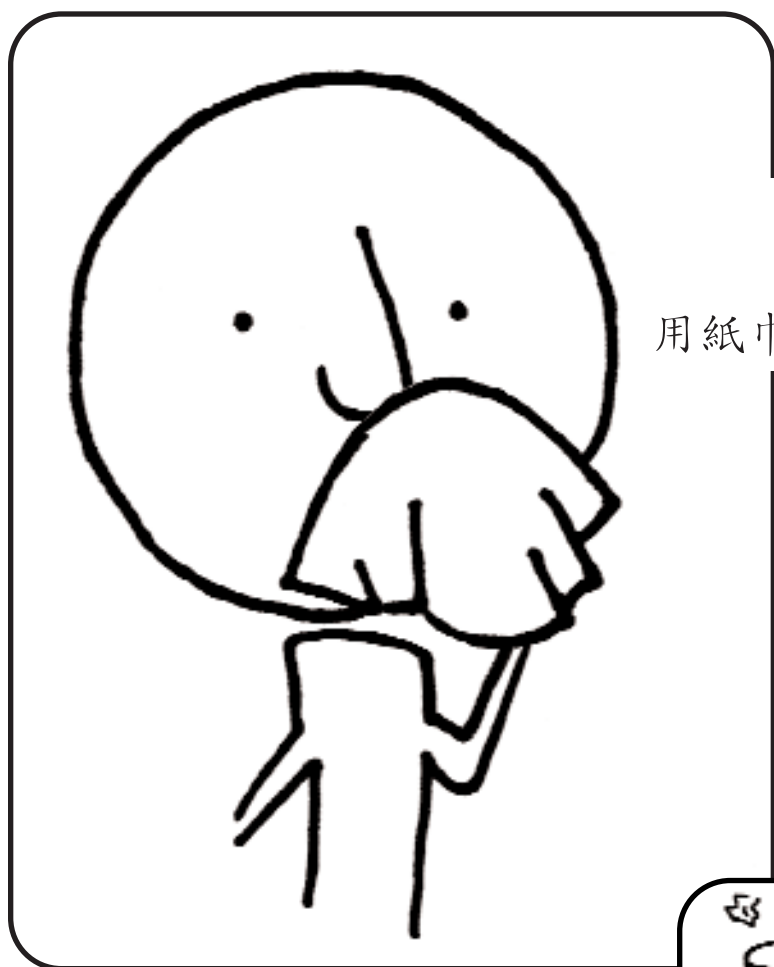


阻止使您和他人患病的細菌傳播！

咳嗽時

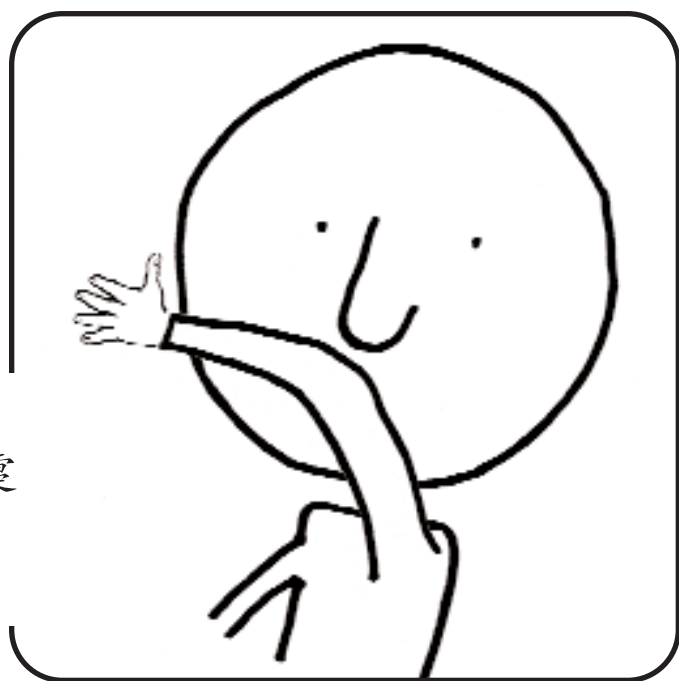
遮掩

口鼻

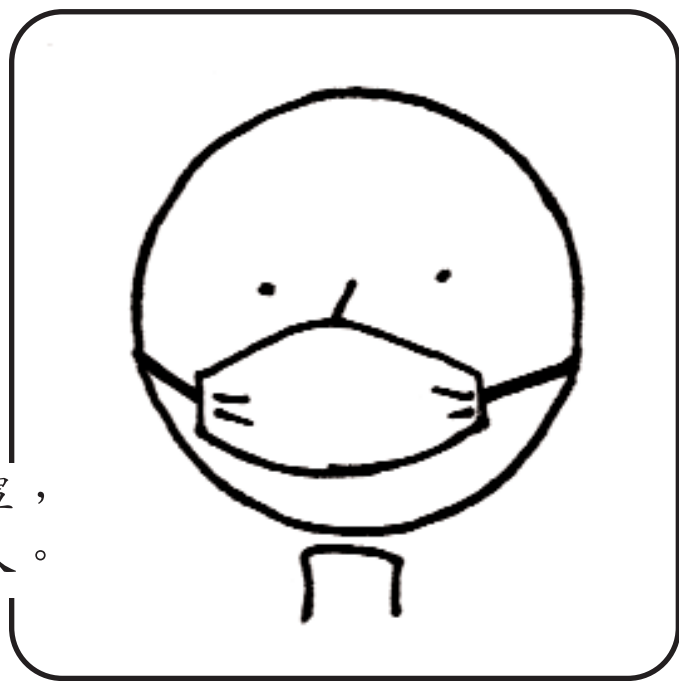


當您咳嗽或打噴嚏時，用紙巾遮掩口鼻；

或者咳嗽或打噴嚏到上衣袖中，而非到手上。



將用過的紙巾放入垃圾筒。



戴上口罩，保護他人。

咳嗽和打噴嚏後

洗手



請用肥皂或水洗手

或者用以酒精為主要成分的洗手液洗手



Minnesota Department of Health
717 SE Delaware Street
Minneapolis, MN 55414
612-676-5414 or 1-877-676-5414
www.health.state.mn.us



Minnesota
Antibiotic
Resistance
Collaborative

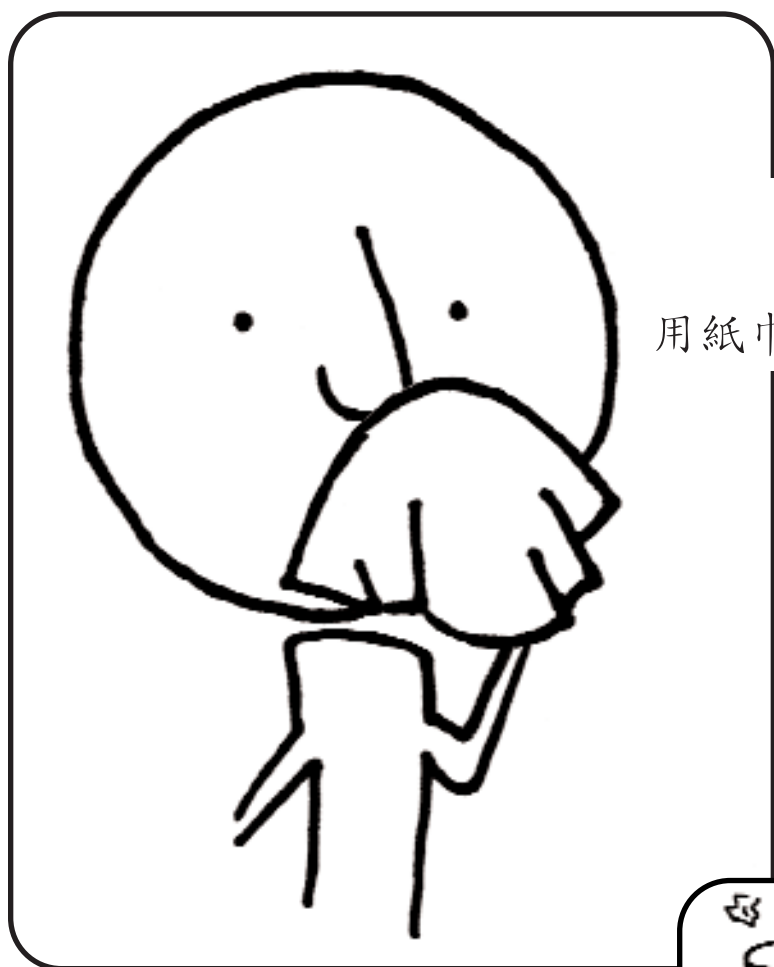


阻止使您和他人患病的細菌傳播！

咳嗽時

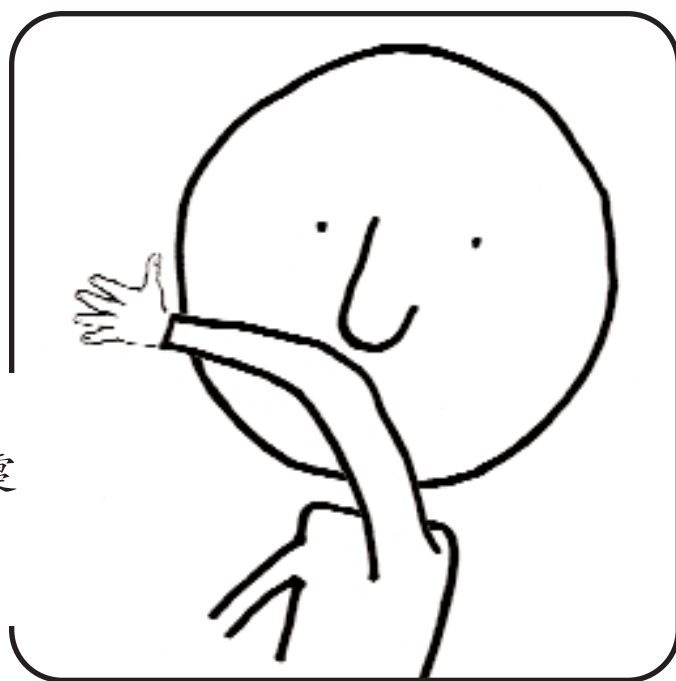
遮掩

口鼻。

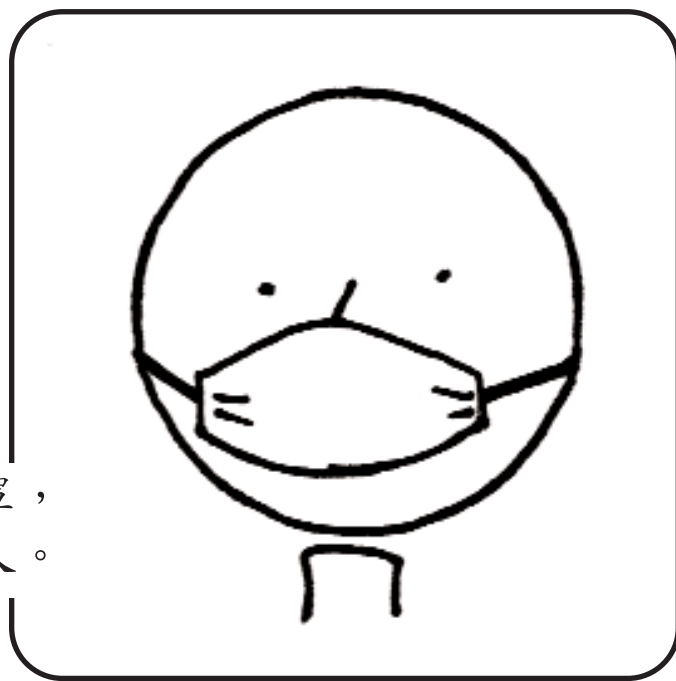


當您咳嗽或打噴嚏時，用紙巾遮掩口鼻；

或者咳嗽或打噴嚏到上衣袖中，而非到手上。



將用過的紙巾放入垃圾筒。



戴上口罩，保護他人。

咳嗽和打噴嚏後

洗手。



請用肥皂或水洗手

或者用以酒精為主要成分的洗手液洗手





Australian Government

**NATIONAL
BOWELCANCER**
SCREENING PROGRAM

結腸鏡檢查有多準確？

結腸鏡檢查非常準確，也是找出您為什麼會得到陽性檢查結果的最佳方法。在檢查過程中，仍然有輕微的機會錯過某些東西，所以即使沒有發現癌症或息肉，您也應該持續參加篩查，最好的方法是使用免費的全國腸癌篩查計劃檢測工具包。

有任何風險或副作用嗎？

可能會有一些副作用，但並不常見。您可能在做結腸鏡檢查準備時出現頭痛或嘔吐，或在結腸鏡檢查後出血。您可能對鎮靜有過敏反應，但這種情況很少見。極少數情況下，有人需要再回醫院。

在接受結腸鏡檢查之前，您應該與醫生討論這些風險。

我有什麼選擇？

您可以選擇在公立或私立醫院或診所進行結腸鏡檢查。如果是在公立設施內進行，這是免費的。如果是在私立設施內進行，您可能需要付費，具體費用取決於您的私人醫療保險額度。您可能還需要支付事前的腸道準備費用。

如果我有任何問題，可以聯繫誰？

請注意，本手冊僅供參考，您的醫生應該向您提供更多資訊。

如果您有任何疑問，請在結腸鏡檢查前諮詢您的醫生。

有關該計劃的更多資訊，請瀏覽
www.cancerscreening.gov.au/bowel

結腸鏡檢查 資訊 宣傳冊

www.cancerscreening.gov.au



如需了解有關中文資料，

請致電翻譯和口譯服務：13 14 50或瀏覽

www.cancerscreening.gov.au/translation

您最近進行了腸道篩查測試，在您的排便（糞便）中發現了血液。在糞便中發現血液的原因很多，大多數與癌症無關（少於5%），但最重要的是找到出血原因。請和您的醫生預約，討論您的檢查結果。您的醫生可能會建議進行第二次篩查，通常就是結腸鏡檢查。

什麼是結腸鏡檢查？

- 結腸鏡檢查是使用結腸鏡（內窺鏡）——一條狹窄的管道，尖端有一個“攝像頭”——通過肛門進入你的腸道。
- 它是檢查出血原因和摘除息肉的最佳方法。
- 息肉是附在腸壁上的小塊生長物。息肉在成人中很常見，通常無害，但有些可能會發展成癌症。
- 去除息肉可幫助預防癌症。如果醫生在檢查過程中發現息肉，通常會將其摘除。
- 醫生也可能採取腸樣本，用顯微鏡檢查是否有疾病跡象。
- 摘除息肉或採取樣本您不會有任何感覺。

結腸鏡檢查前要做什麼準備？

如果您有任何健康問題或有定期服藥，請在開始做結腸鏡檢查準備之前告訴醫生。他們可能會要求您在結腸鏡檢查前幾天暫停服用藥物。

結腸鏡檢查的腸道準備包括：

1. 飲食——醫生會告訴你結腸鏡檢查前幾天你有什麼能吃、什麼不能吃。
2. 藥物——您將取得一包腸道準備工具，裡面有說明應如何使用。您還需要服用一些幫助您上廁所排空腸道的藥物。
3. 液體——醫生會向您說明該如何防止脫水。

結腸鏡檢查如何進行？

首先，您服用少量鎮靜劑，讓您感到困倦和舒適。你甚至可能會睡著。當您躺下時，醫生會慢慢地將柔軟的內窺鏡插入您的肛門並進入腸道。內窺鏡的末端有一個小型攝像頭，讓醫生可以看到您的腸壁。

該過程大約需要20到45分鐘。

結腸鏡檢查後會發生什麼事？

檢查後，醫護人員將向您提供食物和飲料。醒來時，你可能會感到有點腹脹，但這只會持續約一個小時。在一些罕見的情況下你可能有少量出血，但這是正常的。

您通常可以在檢查當天回家。

由於鎮靜劑作用，您在結腸鏡檢查後的24小時內不應該進行以下任何活動：

- 開車；
- 獨自出行；
- 使用機器；
- 簽署法律文件；或
- 喝含酒精飲料。

結腸鏡檢查後，應該由朋友或家人陪伴你回家並陪伴你休息一段時間。第二天你應該會感覺好轉。



结肠镜检查准确度有多高？

结肠镜检查非常准确，是找出检查结果为何为阳性的最佳方式。在结肠镜检查过程中可能会有所遗漏，但几率很小。即使没有发现癌症或息肉，也应持续参加筛检，而最好的方法则是使用国家肠癌筛查计划免费提供的检测试剂盒。

有任何风险或副作用吗？

可能会有一些副作用，但并不常见。清肠准备可能会引起头痛或呕吐，结肠镜检查后也可能出血。有人可能对镇静剂有不良反应，但这种情况很少见。极少数情况下，有些人需要再度入院。

结肠镜检查前，应向医生咨询相关风险。

我有哪些选择？

您可选择在公立或私立医院或诊所进行结肠镜检查。如果是公立机构，则不需要支付费用。如果是私人机构，可能要根据您个人私人健康保险的情况支付相应费用。可能还需要支付清肠准备的费用。

如果有任何疑问，可以联系谁？

请注意，本手册仅具指南功能。更多信息，请向医生咨询。

如有任何问题，请在结肠镜检查前向医生咨询。

有关国家肠癌筛查计划的更多信息，请浏览
www.cancerscreening.gov.au/bowel

结肠镜检查 须知手册

www.cancerscreening.gov.au



如需了解中文相关信息，

请致电口笔译服务处：13 14 50或访问

www.cancerscreening.gov.au/translation

最近一次肠道筛查发现大便带血。其原因可能有很多，大多数与癌症无关（与癌症有关的比例不到5%），但查明原因十分必要。请与医生预约，讨论检查结果。医生可能会推荐再做一次筛查，通常是结肠镜检查。

什么是结肠镜检查？

- 结肠镜检查使用结肠镜（内窥镜），即顶端带有“摄像机”的窄管，通过肛门进入肠道。
- 结肠镜检查是找出出血原因和切除息肉的最佳方法。
- 息肉是附着在肠壁上的小块生长物。息肉在成年人中很常见，通常是无害的，但有些会发展成癌症。
- 切除息肉有助于预防癌症。如果医生在手术中发现息肉，通常会切除。
- 医生也可能会采集小块肠道样本，并用显微镜检查是否有疾病的迹象。
- 移除息肉或摘取样本时，不会有任何感觉。

做结肠镜检查，我要如何准备？

如果您有任何健康问题或正在服用常规药物，请在开始清肠准备前，咨询医生。医生可能会告知在做结肠镜检查前几天停止服用某些药物。

清肠准备包括：

1. 饮食——医生会告知在做结肠镜检查前几天能吃什么或不能吃什么。
2. 药物——检查前，会得到一个清肠准备包，上面有使用说明。此外，还要吃助泻清肠的药物。
3. 液体——医生会给出防止脱水的建议。

结肠镜检查如何进行？

首先，会对您施用少量镇静剂，让您感到困倦和舒适，您甚至可能会睡着。当您躺下的时候，医生会慢慢地将一个柔韧灵活的窥视镜从肛门插入肠道。内窥镜顶端有一个小摄像头，能让医生查看看到肠壁。

做内窥镜检查需要20到45分钟的时间。

结肠镜检查后会发生什么？

检查后，医院或诊所会给您一些吃的和喝的东西。醒来时，可能会感到有点腹胀，但只会持续一个小时左右。极少数情况下会少量出血，但属正常现象。

通常检查后当天就可回家。

由于镇静作用，结肠镜检查后24小时内，不应进行以下活动：

- 开车；
- 独自出行；
- 操作机械；
- 签署法律文件；或者
- 饮酒。

结肠镜检查后，您应在朋友或家人陪伴下返回家中并由他们陪您呆一段时间。第二天各种不适应该会更好转。

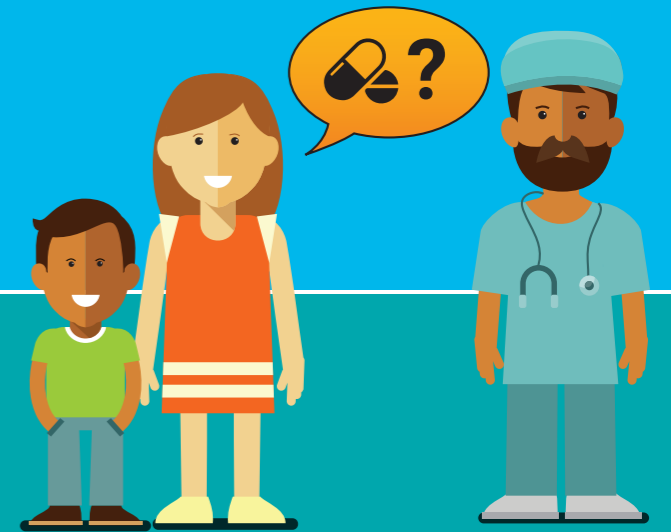
安全医疗保健最佳提示



关于您自己、您的家人或您关心之人的须知事项。

1 提问

您有权询问有关您的医疗保健的问题。



2 找寻有用信息

并非所有信息都可靠。咨询您的医生寻求指导。

3 了解风险和益处

在您进行检查和治疗之前了解相关信息。

4 列出您的所有药物

如果您需要更多关于您正在服用的药物的信息，请咨询您的医生或药剂师。



5 在您进行手术之前需确认细节

要求告知您的手术责任医生是谁及会发生什么。

6 咨询出院后的保健计划

要求提供一份您的治疗方案的书面概要，咨询在家中如何进行护理。

7 了解您的权利

作为患者，您有许多权利。请阅读指南以知晓自己的权利。

8 了解隐私

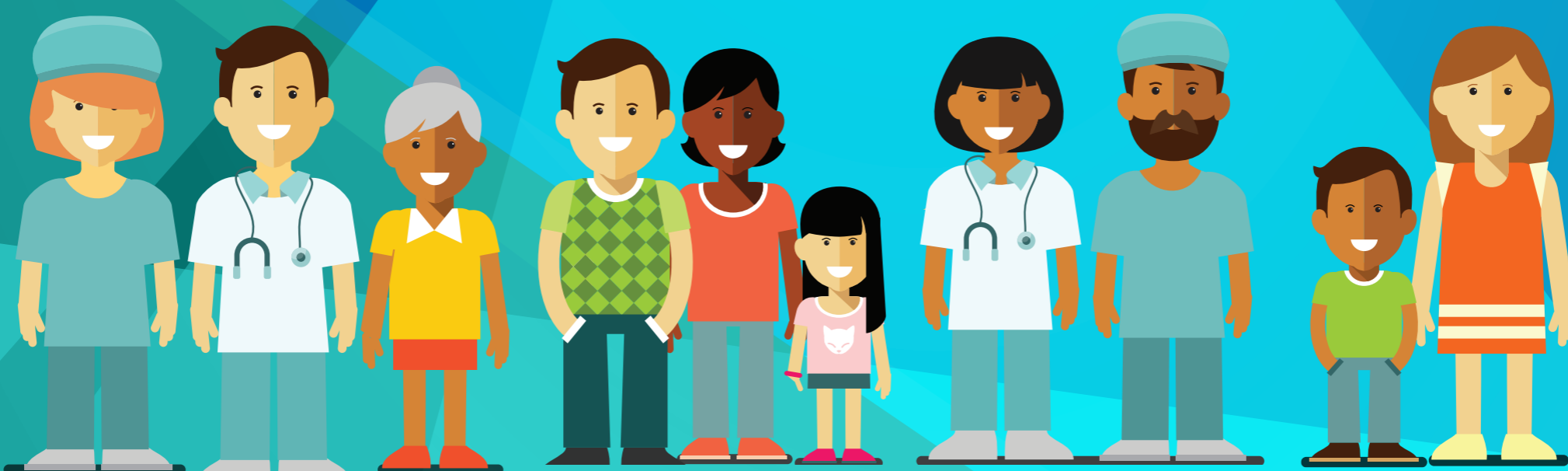
您的医疗信息将会保密。您可以查看自己的医疗记录。

9 给予反馈建议

反馈建议可以帮助健康专业人员改善服务质量。

免费下载本手册：
www.safetyandquality.gov.au/toptips

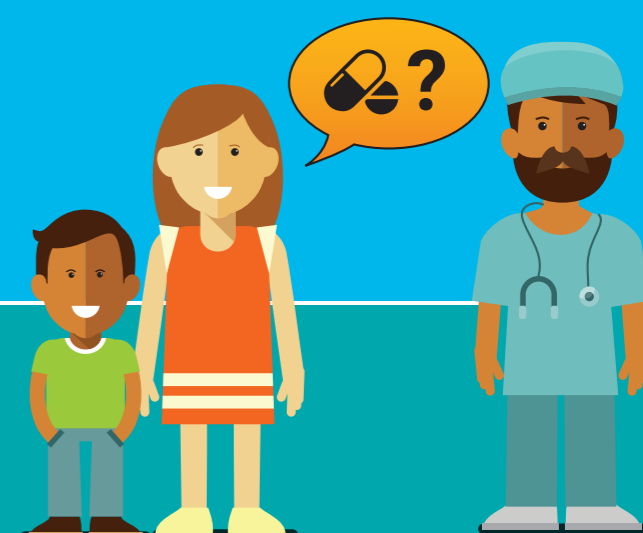
安全醫護的重要提示



為您本人及家人或受您照顧的人士著想，您需要瞭解的資訊。

1 提問

您有權就您的護理提出問題。



2 找到優質的資訊

並非全部的資訊均為可靠。請諮詢您的醫師，以獲得指導。

3 瞭解風險及益處

在接受檢查及治療之前，要清楚瞭解它們。

4 列出您所有的藥物

您若需獲得更多您所服用的藥物的相關資訊，請諮詢您的醫師或藥劑師。

5 請預先確認您的手術詳情

要求他們告知您：誰將為您執行醫療程序及該程序的過程。



6 詢問關於出院後應如何護理的事宜

要求他們提供關於治療及出院後續跟進的書面概要。

7 瞭解您的權利

作為患者，您有許多權利。請參閱我們的指引，以瞭解您有什麼權利。

8 瞭解隱私保護

您的醫療資料受到保密。您可以要求查閱您的醫療檔案。

9 提供反饋意見

反饋意見有助醫護專業人員查找需要改進的地方。

請於此處下載我們的免費手冊：
www.safetyandquality.gov.au/toptips