

# 5가지 질문

테스트, 치료 혹은 시술을 받기 이전에  
의사나 기타 의료 제공자에게 물어 보기

일부 테스트, 치료 및 시술은 이득이 거의 없습니다. 어떤 경우에는  
해롭기까지 합니다.

5가지 질문을 이용하여 너무 과하지도 부족하지도 않은 적당한 양의 케어를  
받도록 하십시오.

1

이 테스트, 치료 또는 시술이 정말 저에게 필요한건가요? 테스트는 여러분과 여러분 의사/의료 서비스 제공자가 문제를 파악하는데 도움을 줄 수 있습니다. 치료 (약품 등)와 시술은 문제를 해결하는데 도움을 줄 수 있습니다.

2

어떤 위험성이 있는가? 테스트나 치료에 부작용이 있을까요? 정확하지 않은 테스트 결과가 나올 가능성도 있나요? 그렇게 되면 더많은 테스트나 추가 치료나 다른 시술을 하게 될까요?

3

좀더 단순하고 안전한 옵션이 있는가? 효과가 있을 수 있는 대안적인 방법이 있는지 문의해 보세요. 건강에 더좋은 식단으로 바꾸거나, 운동을 더많이 하는 등 라이프스타일을 바꿔보는 것도 안전하고 효과적인 방법이 될 수 있습니다.

4

내가 아무것도 하지 않을 경우 어떻게 되는가? 테스트, 치료나 시술을 곧바로 하지 않을 경우 여러분의 상태가 더 나빠질 - 또는 더 좋아질- 가능성도 있는지 문의해 보세요.

5

비용은 어떻게 되는가? 비용은 재정적, 정서적 혹은 시간 소요가 될 수 있습니다. 지역사회에 대한 비용이 있을 경우, 그 비용은 적절한가, 혹은 좀더 저렴한 대안은 없는가를 고려해 봅니다.

  
더 자세한 정보를 위한 사이트  
[choosingwisely.org.au](http://choosingwisely.org.au)

  
대화 참여  
[@ChooseWiselyAU](https://twitter.com/ChooseWiselyAU)

Consumer Reports에서 개발한 자료에서 채택.

Choosing Wisely Australia®는 임상, 고객 및 의료 관계자들이 불필요한 테스트, 치료 및 시술에 대한 중요한 대화를 시작하도록 하는 장치입니다. 질적인 케어에 초점을 둔 Choosing Wisely Australia®는 호주 의대 및 의료 협회가 주관하고 있으며 NPS MedicineWise가 지원합니다.

발간 시에 정확한 정보 제공을 위해 적절한 주의를 기울였습니다. 이 정보의 목적은 의료 조언을 대체하는 것이 아니며, 질병 관리 혹은 진단을 위해 전적으로 이에 의존해서는 안 됩니다. Choosing Wisely Australia®는 이 정보에 의존하거나 이 정보를 이용함으로써 초래된 어떠한 손실, 손상 혹은 부상에 대해 어떠한 책임 (과실 포함)도 지지 않습니다. [www.choosingwisely.org.au](http://www.choosingwisely.org.au)에서 면제조항 전문을 읽어보십시오.

# 나의 의료 서비스 권리

## 호주 의료 서비스 권리 헌장의 두 번째 개정판입니다.

이 권리는 호주에서 의료 서비스가 제공되는 모든 곳에서 모든 사람에게 적용됩니다.

이 헌장은 여러분 혹은 여러분이 돌보는 사람이 의료 서비스를 받는 동안 기대할 수 있는 사항들을 담고 있습니다.

## 나는 아래의 권리를 가집니다:

### 이용

- 나의 필요를 충족하는 의료 서비스와 치료를 받을 권리

### 안전

- 전국 표준에 부합하는 안전하고 수준 높은 의료 서비스를 받을 권리
- 내가 안전하다고 느끼는 환경에서 의료 서비스를 받을 권리

### 존중

- 개인으로서 그리고 존중 받고 사려 깊은 치료를 받을 권리
- 나의 문화, 정체성, 신념과 선택이 인정되고 존중 받을 권리

### 협력

- 질문을 할 수 있고 공개되고 솔직한 의사소통 과정에 참여할 권리
- 내가 선택하고 내가 할 수 있는 부분까지 나의 의료 서비스 제공자와 함께 결정할 권리
- 계획 및 의사 결정과정에 있어 내가 원하는 사람들을 포함시킬 권리

### 정보

- 내가 정보에 기반한 동의를 할 수 있도록 나의 상태, 다양한 테스트와 치료법에 따른 가능한 혜택 및 위험에 대한 분명한 정보를 받을 권리
- 서비스, 대기 시간과 비용에 대한 정보를 받을 권리
- 내가 건강 정보를 이해하고 이용하는데 도움이 되도록, 내가 필요할 때, 지원을 받을 권리
- 나의 건강 정보를 볼 수 있도록 요청할 권리
- 내가 의료 서비스를 받는 동안 무엇이 잘못되었다면, 그것이 어떻게 일어났는지, 어떻게 나에게 영향이 끼칠지 그리고 서비스가 안전하게 진행되는 상황에 대해 정보를 받을 권리

### 개인 정보

- 나의 개인 정보에 대해 존중 받을 권리
- 나와 나의 건강에 관한 정보가 안전하게 보관되고 비밀이 유지되도록 할 권리

### 의견 제공

- 의견을 제시하거나 불평불만을 제기한다고 하여 내가 받는 치료 방식에 영향을 받지 않을 권리
- 내가 우려하는 점에 대하여 투명하고 시기 적절하게 의사 표현할 수 있는 권리
- 의료 서비스의 질과 보건 서비스를 향상시키기 위해 나의 경험을 공유하고 참여할 권리



2019년 7월 발행

# 기침은 가리고 합니다.

기침이나 재채기는 항상 팔을 안쪽으로 굽히고 하거나 티슈에 하고, 티슈는 쓰레기통에 바로 버립니다. 그 후엔, 최소한 20 초간 비누와 물로 손을 씻습니다.

**우리 함께 확산을 막고 건강을 유지합니다.**

코로나바이러스 (COVID-19)에 관한 더 자세한 정보는 [health.gov.au](http://health.gov.au)를 방문하십시오.



# 여러분 자신과 가족들을 보호하세요

기침과 재채기는 가리고 하세요



1

기침 또는 재채기를 할 때 여러분의 입과 코를 휴지로 가리세요.

사용한 휴지는 쓰레기통에 버리세요.

2



휴지가 없다면, 기침이나 재채기를 손에 하지 말고 옷 소매 위쪽 또는 팔꿈치 안쪽에 대고 하세요.



3

손을 비누와 흐르는 물로 씻으세요. 일회용 종이타월 또는 손 건조기로 손을 구석구석 말리세요.

4



세균 없는 건강한 상태를 유지하세요

## 대장 내시경 검사(Colonoscopy)는 어느 정도 정확한가요?

대장내시경 검사는 매우 정확하며 귀하의 검사 결과가 양성으로 나온 이유를 찾을 수 있는 최선의 방법입니다. 검사 중에 놓칠 수 있는 확률이 여전히 조금은 있습니다. 암이나 용종이 발견되지 않더라도 선별 검사를 계속해야 하며 최선의 방법은 무료 국내 대장암 검사 프로그램 (National Bowel Cancer Screening Program) 테스트 키트입니다.

## 위험이나 부작용이 있나요?

몇 가지 부작용이 있을 수도 있지만 흔하지는 않습니다. 대장 비우기로 인한 두통이나 구토, 또는 대장 내시경 검사 후 출혈이 있을 수 있습니다. 진정제에 거부반응이 있을 수도 있지만 드문 일입니다. 아주 드물게 일부 사람들은 병원에 다시 가야 합니다.

대장 내시경 검사 이전에 이러한 위험들에 대해 의사와 상의해야 합니다.

## 어떤 옵션이 있나요?

대장경 검사를 받기 위해서는 공립이나 사립 병원 혹은 클리닉 중 선택할 수 있습니다. 공립 시설인 경우 무료입니다. 민간 시설인 경우는 귀하의 개인 의료 보험에 따라 지불해야 할 수도 있습니다. 또한 대장 비우기 비용을 지불해야 될 수도 있습니다.

## 문의 사항이 있으면 누구에게 연락할 수 있나요?

이 책자는 안내서로 제공되며 여러분의 의사가 더 많은 정보를 제공할 것입니다.

문의 사항이 있으시면 대장 내시경 검사를 받기 전에 의사와 상의하십시오.

프로그램에 대한 자세한 내용은

[www.cancerscreening.gov.au/bowel](http://www.cancerscreening.gov.au/bowel)을 참조하십시오.



**NATIONAL  
BOWELCANCER**  
SCREENING PROGRAM

# 대장 내시경 검사 정보 책자

[www.cancerscreening.gov.au](http://www.cancerscreening.gov.au)



한국어로 된 정보를 원하시면  
통번역 서비스 13 14 50에 전화하시거나  
웹사이트 [www.cancerscreening.gov.au/](http://www.cancerscreening.gov.au/)  
translation를 방문하십시오

최근 귀하의 장 검사에서 대변에 피가 발견되었습니다. 피가 발견된 이유는 여러 가지가 있고 대부분이 암과 (5% 미만) 연관이 없지만 그 원인이 무엇인지 알아내는 것은 중요합니다. 예약을 하여 결과에 대해 의사와 상의 하십시오. 의사는 두 번째 검사를 권장 할 수 있는데 주로 대장내시경 검사입니다.

## 대장 내시경 검사란 무엇인가요?

- 대장 내시경 검사는 대장관찰 (관찰경)을 포함하는데, '비디오 카메라'가 있는 좁은 튜브를 항문을 통해서 장으로 들어가게 합니다.
- 이것은 출혈의 원인을 확인하고 용종을 제거하는 최선의 방법입니다.
- 용종은 창자 벽에 붙어 있는 작은 혹입니다. 이는 성인에게서 흔히 발생하며 대개 무해하지만 일부는 암으로 진전될 수 있습니다.
- 용종 제거는 암 예방에 도움이 될 수 있습니다. 의사가 대장 내시경 검사 중에 용종을 발견하면 대개 이를 제거합니다.
- 의사는 질병의 징후 여부 파악을 위해 현미경으로 관찰할 수 있도록 장의 작은 표본을 채취할 수도 있습니다.
- 용종이나 표본이 제거 시 아무 느낌도 없을 것입니다.

## 대장 내시경 검사를 어떻게 준비하나요?

건강 문제가 있거나 정기적으로 약을 복용하고 있으면 대장 비우기를 시작하기 전에 의사와 상의하십시오. 의사가 대장 내시경 검사 전 며칠 동안 약을 복용하지 말라고 지시 할 수도 있습니다.

대장 비우기에는 다음사항을 포함합니다:

1. 식사 - 의사가 대장 내시경 검사 전 며칠 동안 먹을 수 있는 것과 먹을 수 없는 것을 알려줄 것입니다.
2. 약 - 사용 방법에 대한 지침이 포함된 대장 비우기 키트가 제공됩니다. 또한 장을 비우는 약을 복용하면 화장실에 가게 됩니다.
3. 수분 - 의사는 수분 유지를 위한 지침을 줄 것입니다.

## 대장 내시경 검사는 어떻게 실시되나요?

첫째로, 귀하가 졸리고 편안함을 느끼도록 가벼운 진정제를 맞게 됩니다. 잠이 들 수도 있습니다. 누워있는 동안, 의사는 유연한 관찰경을 천천히 항문을 통해 장으로 삽입합니다. 관찰경에는 의사가 장의 벽을 볼 수 있도록 하는 작은 카메라가 있습니다.

검사는 약 20분 내지 45분이 소요될 것입니다.

## 대장 내시경 검사 후 절차는 어떻게 되나요?

검사가 끝나면 음식과 음료를 받게 될 것입니다. 잠에서 깨어났을 때 조금 거북함을 느낄 수도 있지만, 한 시간 정도만 지속될 것입니다. 아주 드물게 소량의 혈액이 나올 수도 있지만 이는 정상입니다.

일반적으로 검사를 받은 당일에 집에 갈 수 있습니다.

진정제를 맞았기 때문에 대장 내시경 검사 후 24 시간 동안 다음과 같은 일을 해서는 안됩니다.

- 차 운전
- 혼자 이동
- 기계류 사용
- 법적 서류 서명, 또는
- 음주.

대장 내시경 검사 후에 친구나 가족이 귀하를 집에 데려다 주어야 합니다. 다음날에는 몸 상태가 나아질 것입니다.

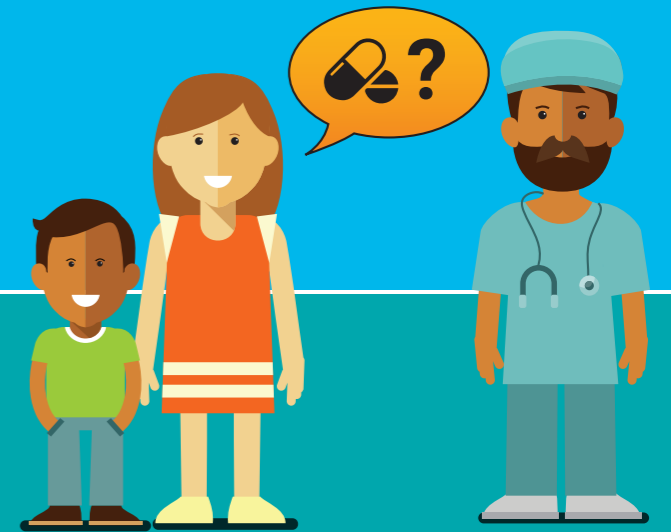
# 안전한 의료서비스를 위한 유용정보



여러분 자신, 여러분의 가족 또는 여러분이 돌보는 누군가를 위해 알아두셔야 할 정보.

## 1 질문을 하세요

여러분은 여러분이 받는 의료서비스에 대해 질문할 권리가 있습니다.



## 2 좋은 정보를 찾으세요

모든 정보가 믿을만한 것은 아닙니다. 여러분의 의사에게 조언해 달라고 요청하세요.

## 3 위험과 혜택들을 알아두세요

여러분이 받게 될 검사 및 치료에 대해 미리 알아두세요.

## 4 여러분이 복용중인 모든 의약품들의 목록을 작성하세요

여러분이 복용하는 의약품에 대해 더 자세한 정보가 필요한 경우, 여러분의 의사 또는 약사에게 문의하세요.



## 5 여러분이 받게 될 수술에 대한 세부정보를 미리 확인하세요

누가 여러분의 수술을 담당하게 되고, 수술은 어떻게 진행되는지 알려달라고 요청하세요.

## 6 퇴원 후 관리방법에 대해 문의하세요

퇴원 후 여러분이 받을 치료 및 발생할 상황에 대해 서면으로 요약해달라고 요청하세요.

## 7 여러분의 권리를 알아두세요

여러분은 환자로서 몇 가지 권리들을 가지고 있습니다. 이 권리들이 무엇인지 알아보시려면 저희가 제공하는 안내서를 읽어보세요.

## 8 개인정보보호정책을 알아두세요

여러분의 의료정보는 기밀로 유지됩니다. 여러분은 본인의 의료기록 열람을 요청할 수 있습니다.

## 9 의견을 주세요

여러분의 의견은 전문의료인들이 개선이 가능한 부분들을 파악할 수 있도록 도와줍니다.

무료 정보책자를 다운받으실 곳:  
[www.safetyandquality.gov.au/toptips](http://www.safetyandquality.gov.au/toptips)