

למקד לרופא את הבעיה, ממתי זה כואב, באיזה תנוחה, מה העיסוק ואורך חיך, מה בוצע עד עתה ללא הועיל ועוד.

#### שאלות:

1. לבקש הערכת מצב עכשווית לגבי מצב הבריאות הנוכחי על פי הממצאים שהבאת.
  2. האם הממצאים האובייקטיביים (בדיקות מעבדה, צילומים) ומצדיקים את האבחנה, האם עליך לעבור בדיקות והדמיות נוספות ( MRI / מיפוי ועוד).
  3. האם יש פרוש אחר לממצאים? מהו? האם יתכן שמקור הכאב הוא בגב? איך ניתן לבדוק זאת?
  4. מה הטיפול המומלץ לבעיה? חסרונות ויתרונות של כל טיפול:
    - נעל מיוחדות/ מדרסים או אביזר תומך לברכיים/ירכיים – איזה סוג
    - זריקות לברך/ירך – איזה סוג, היכן מבוצע ועוד.
    - טיפול תומך בכאבים במגוון דרכים ממסג', טיפול חשמלי, דיקור ועוד.
    - חיזוק שרירים עוטפי הברך/ירך, פיזיותרפיה. (לציין מה בוצע עד כה ויעילות)
    - טיפול תרופתי .
    - טכנולוגיות מתקדמות כמו טיפול E.S.W.T – גלי הלם – לשמוע את דעתו על כך.
  5. האם יש המלצה לתזונה מיוחדת, תוספים, אורך חיים מומלץ, הימנעות מפעילות גופנית מסוימת?
  6. האם בעיה זו יכולה לחלוף מעצמה? איך ניתן להאיץ זאת? מה הסיכונים בכך שזה לא מטופל?
  7. אדמיניסטרציה: - במקרה של פיזיותרפיה – יש לבקש הפניה הכוללת הנחיה לפיזיותרפיסט . במקרה של טיפול תרופתי- לבקש מרשם / הפנייה לבדיקות כולל הנחיות, במקרה של אביזר – שייתן לך הפניה ופירוט .
- מאחלים לך בע"ה רפואה שלמה ובשורות טובות.

בברכת בריאות שלמה

צוות נתיבי מרפא