

MWONGOZO WA MAZUNGUMZO YA AFYA YA AKILI ZIARA YA MTOA HUDUMA WA UZAZI

Beba fomu hii kwenye ziara yako ijayo na mtoa huduma wako wa afya. Tumia mwongozo huu wa kufanya maamuzi kwa ushirikiano ili kuanzisha mazungumzo na mtoa huduma wako na kushiriki hali unayopitia. Unaweza pia kuutumia kwa njia hiyo ikiwa mtoa huduma wako ndiye atakayeanzisha mazungumzo.

Anzisha Mazungumzo kwa Kumweleza Mtoa Huduma Wako:

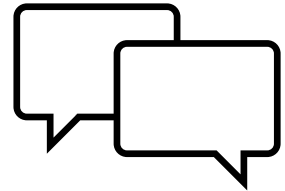
Jinsi ambavyo umekuwa ukihisi. Ume kuwa ukihisi hivyo kwa muda gani.

Umejaribu kufanya nini ili uhisi vizuri zaidi. Kama shughuli hiyo ilikusaidia au la.

Wasiwasi wako mkubwa kuhusu jinsi unavyojihisi.

Mwambie mtoa huduma wako kama una au uliwahi kuwa na tatizo la afya ya akili. Ni matibabu gani rasmi uliyowahi kupata. Je, matibabu hayo yalikusaidia au la.

Eleza kama ungependa kujadili kuhusu matibabu zaidi.



Maswali Muhimu ya Kuuliza:

- Je, chaguo zangu za matibabu ni zipi?
- Je, huduma ya matibabu itadumu kwa muda gani?
- Je, matibabu hayo hufanya kazi kwa kiwango gani?
- Je, itachukua muda gani kabla nihisi nafuu?
- Je, matibabu hayo ni salama kwangu na kwa mtoto wangu?
- Je, madhara ya matibabu ni yapi? Je, ninawezaje kukabiliana na madhara hayo? Je, ninapaswa kuwasiliana nawe wakati gani ikiwa madhara yatakuwa makubwa?
- Je, nifanye nini ikiwa dalili zangu zitazidi kuwa mbaya kabla ya ziara yangu inayofuata?
- Je, ninapaswa kuwasiliana na nani ikiwa nitahisi kwamba ninaweza kujidhuru mwenyewe au kumdhuru mtoto wangu?
- Hakikisha unamuuliza mtoa huduma wako wa afya maswali mengine yoyote unayoweza kuwa nayo kuhusu jinsi unavyohisi.

Shiriki uzoefu wako.

Unapozingatia chaguo mbalimbali za matibabu, ni muhimu kuanza kwa kushiriki uzoefu wako. Jibu maswali yafuatayo ili yakusaidie kuongoza mazungumzo. Jadili majibu yako na mtoa huduma wako anayekutembelea nyumbani au daktari wako katika ziara yako inayofuata.

<i>Je, umekuwa ukihisi vipi?</i>	<i>Je, umekuwa ukifanya nini ili kukabiliana na hali hiyo?</i>	<i>Je, ni mambo gani ambayo hayajakusaidia?</i>
<i>Je, umewahi kujaribu kupata matibabu?</i>	<i>Je, umewahi kuwa na uzoefu mbaya kutokana na matibabu?</i>	<i>Je, familia na marafiki wako wana maoni gani kuhusu hali yako?</i>
<i>Je, umewahi kufikiria kupata tiba ya mazungumzo au kutumia dawa?</i>	<i>Je, wasiwasi wako mkubwa kuhusu msongo wa mawazo ni upi?</i>	<i>Je, una taswira ipi kuhusu maisha yako na ya mtoto wako?</i>

