ARTHRITIS
INFORMATION SHEET

與醫護組密切配合

Working with your healthcare team (Chinese - Cantonese)

各種醫護專業人員可幫助您控制關節炎。這份資料列出了醫護組不同成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面的醫療保健，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執業護士。執業護士會為您提供資訊，並在您的醫療護理過程中與其他醫護組協調。

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。在預約時請詢問可能收取的費用。如果支付費用有困難，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診治， 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) 9252 2334，或者訪問www.rheumatology.org.au。
- **矯形外科醫生**：矯形外科醫生於骨骼、肌肉和關節方面的診斷和治療具專業性。 醫生會與您討論手術和其他控制方式的選擇。對於矯形外科醫生的其他資料和找尋一位矯形外科醫生的方法，請致電 (02) 8071 8000 或進入網站 www.aoa.org.au 以聯絡澳洲矯形外科協會(Australian Orthopaedic Association)。

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）飲食等方面的建議。如果需要找營養師， 可以聯絡澳大利亞營養師協會。請撥打 1800 812 942，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或器材。要找職業治療師請致電 1300 682 878 聯絡澳洲職業傷害及治療會或於網站 www.otaus.com.au 使用搜尋職業治療師功能。
- **藥劑師**：可幫助您了解您的藥物 (處方及非處方)，同時可建議您安全及正確使用的方法。
- **物理治療師**： 可建議您運動的姿勢以及舒緩痛楚的方法。他們還可通過治療以使您的關節及肌肉保持靈活。要找物理治療師請致電 1300 306 622 聯絡澳洲物理治療學會或於網站 www.physiotherapy.asn.au 使用搜尋物理治療師功能。
- **足病治療師**：關於足部受到影響之情況的專科醫生。他們可以通過鞋、足甲護理及矯形鞋 (鞋內插入物) 幫助您。要找足部治療師請致電 (03) 9146 3111 聯絡澳洲足部醫療協會或於網站 www.apodc.com.au 使用搜尋足部治療師功能。
- **心理學家**：可指導您應付任何可引致關節炎之不佳情緒的方法。要找心理學家請致電 1800 333 497 聯

聯絡您當地的關節炎協會辦事處：
1800 011 041 www.arthritisaustralia.com.au

Arthritis AUSTRALIA

Australian Rheumatology Association

Arthritis AUSTRALIA

絡澳洲心理學會或進入網站
www.psychology.org.au 。

我可於哪裏找醫療專業人員以及收費如何？

如果您的普通科醫生把您轉介到醫療專業人員作為醫護計劃的一部份，您就可以獲得每年多達五次由國民保健Medicare資助的診治。請向您的普通科醫生查詢更多的資訊。

- **公立系統**：大多數醫護專業人士都可於公眾健康系統 (例如社區健康中心或公立醫院) 提供 您通常會被列入等候者名單，一般來說，您需要一封普通科醫生的轉介信。他們的服務通常免費或低收費。
- **私立系統**： 您可以在私家診所約見這些醫護專業人員，無需普通科醫生轉介。私立醫生診症的收費因專業類型而異，可能會收取 30 至100元。這些費用部份可能可由私人醫療保險覆蓋。

做好準備

為了在醫生或其他醫護組診病時得到最大收穫，一定要做好準備。這裡有一些建議：

- 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。
- 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護組解釋清楚。
- 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護組。
- 重要的資料或指示要記下來。
- 請醫生或專業醫護組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協會。

醫護組能夠幫助您控制關節炎。
您應該學會與醫護組有效地配合。

© 澳洲關節炎協會 2007年版權所有，2015年5月審查 **來源**：可向您當地的關節炎協會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。本項目獲澳洲政府醫務衛生處(Department of Health)撥款資助。

免責聲明： 本單張由澳洲關節炎協會出版， 只作提供資訊的用途， 不可代替醫療建議。