

Esami? Terapie? Interventi? Chiedere al proprio medico e poi **decidere insieme**

La tessera “5 domande da porre al medico” che trovate incollata su queste pagine vi potrà essere utile nel caso in cui il medico vi prescriva degli esami o dei trattamenti. Per essere pazienti attivi nella cura della propria salute è importante rivolgere le giuste domande al medico sull’adeguatezza di ciò che ci viene proposto. È infatti ormai noto che molti esami e altrettanti trattamenti chirurgici e farmacologici, anche largamente diffusi, non apportano benefici per i pazienti, anzi rischiano di essere dannosi. E non fanno altro che aumentare i costi sanitari.

S spesso tra medico e paziente vi è una mancanza di informazione riguardo agli esami e alle terapie. Si tratta della cosiddetta asimmetria informativa che contraddistingue il mercato sanitario. Questa asimmetria potrebbe essere corretta se il paziente/consumatore fosse più attivo nel richiedere maggiori informazioni riguardo alle terapie e ai trattamenti prescritti dal medico.

Si tratta però di un concetto più facile a dirsi che a farsi! Infatti accade spesso che durante una visita medica il paziente ammutolisca di fronte alla terminologia medica utilizzata e rinunci a chiedere maggiori informazioni. Il rischio è che con questa passività, il consumatore non capisca completamente tutte le questioni emerse durante il colloquio e non fornisca al medico tutte le informazioni utili e necessarie. Un’informazione accessibile e completa è importante per la salute del paziente tanto quanto lo sono i medicinali, gli esami e i trattamenti.

Imparando a dialogare maggiormente con il medico curante, il paziente assume un ruolo più attivo nella scelta della cura più adatta al suo caso. È infatti dimostrato che il dialogo tra medico e paziente contribuisce a una maggiore qualità nelle cure e alla riduzione degli interventi inutili o inappropriati, contrastando quella che da tempo indichiamo come sovramedicalizzazione. Si è in presenza di una sovramedicalizzazione quando sono prescritti esami e trattamenti non strettamente necessari o poco opportuni, ma che continuano



a essere proposti per svariati motivi, tra cui l'interesse del medico, nonché per soddisfare le richieste dei pazienti. Ma, come abbiamo scritto più volte su queste pagine, anche (e soprattutto) in ambito sanitario “fare di più non significa sempre fare meglio” poiché l'eccesso di cure ha effetti importanti – il più delle volte negativi – in primo luogo sulla salute del paziente/consumatore, ma ha anche delle ripercussioni sui costi sanitari: vari studi indicano infatti che i trattamenti non necessari sono al-

l'origine del 20-30% delle spese della sanità (vedi BdS 7.2018).

Contenere i costi della salute (e quindi i premi dell'assicurazione malattia) resta uno degli obiettivi fondamentali della politica sanitaria se si vuol evitare il razionamento e una medicina a più velocità e coinvolge tutti le parti, medici e cittadini: perché non iniziare discutendo i trattamenti prescritti, grazie appunto al dialogo tra operatori sanitari e pazienti?

Partiamo dalle nostre 5 domande

Per invogliare questo dialogo, l'ACSI e i partner dell'Alleanza delle organizzazioni dei consumatori (FRC e SKS) hanno realizzato una tessera con 5 buone domande da porre al medico prima di ogni esame o terapia.

L'obiettivo dichiarato è quello di incitare i pazienti/consumatori a discutere col proprio medico e ottenere informazioni basilari e chiare su ciò che viene loro proposto come esame o trattamento. I pazienti hanno solo da perdere quando iniziano un trattamento non necessario o senza averne compreso a fondo benefici e rischi in cui incorrono e con quali probabilità questi possano verificarsi. Come pazienti magari ci si sente inadeguati nella veste di interlocutori nello studio del medico, ma questo ruolo attivo non potrà che essere benefico per se stessi oltre che rafforzare il rapporto di fiducia col proprio medico.

Per ricevere un'informazione corretta e utile, bisogna cominciare a imparare a porre le giuste domande. Ed ecco che qui entra in gioco la tessera che l'ACSI regala a tutti i soci insieme a questa rivista. Vi sono indicate 5 domande (da porre non necessariamente nell'ordine elencato e nemmeno solo quelle, nel senso che dovete/potete formulare tutte le domande che ritenete necessarie) che possono aiutare a comprendere e a scegliere gli esami diagnostici e le cure più appropriate. Il pratico formato consente di conservarla nel borsello o nel portatessere e di averla a disposizione se e quando ne avrete bisogno.

Tieni la tessera a portata di mano quando vai dal medico

5 DOMANDE DA RIVOLGERE AL TUO MEDICO

Fare di più non significa sempre fare meglio



Alleanza delle organizzazioni dei consumatori
Alliance des organisations des consommateurs
Allianz der Konsumentenschutz-Organisationen



5 DOMANDE DA PORRE AL TUO MEDICO PRIMA DI OGNI ESAME E TRATTAMENTO

- Ci sono alternative più semplici e sicure?
- Quali sono i benefici e i rischi?
- Con quali probabilità possono verificarsi?
- Che cosa succede se non faccio nulla?
- Che cosa posso già fare io per la mia salute?



acsi.ch/alleanza-contro-la-sovramedicalizzazione

Settembre 2019

Un ulteriore aiuto: l'app di Choosing Wisely Italia

Riguardo a questo tema, segnaliamo l'app ideata dall'associazione dei consumatori italiana, Altroconsumo, in collaborazione con Choosing Wisely Italia. Sovente, di fronte alle piccole o grandi questioni che riguardano la salute si cerca una risposta in internet. Purtroppo però in buona parte dei casi i consigli che si trovano non sono corretti. L'app citata contiene una serie di contenuti informativi sulle pratiche mediche più diffuse a rischio di essere inappropriate e indica ai pazienti/consumatori cosa è meglio fare riguardo a una determinata cura.

È scaricabile gratuitamente sui telefoni portatili iOS (purtroppo in territorio elvetico non è possibile scaricarla sui telefoni Android).