患者及照护者教育

青少年和年轻成人 (AYA) 指南：如何寻找初级保健提供者

本信息介绍了如何寻找初级医疗保健提供者 (PCP)。 其中还回答了一些常见问题。

什么是 PCP?

PCP 是指训练有素的医疗专业人员，负责帮助您管理个人健康。 他们可以提供常规和预防性医疗保健服务，例如：

- 体检。
- 健康和癌症筛查。
- 疫苗（注射）。
- 非急诊医疗护理。
- 帮助控制慢性病，例如哮喘或高血压。慢性病会持续很长时间或不断复发。

谁负责提供初级保健服务?

不同类型的医疗保健提供者都可以担任 PCP，其中包括：

- 专门从事内科或家庭医学的医生。 这些医生专注于一般医疗保健。

- 高级医护实践提供者 (APP)。 APP 是一组医疗保健提供者，其中包括医生助理 (PA) 和执业护士 (NP)。 某些诊室设有负责与医生合作管理护理事宜的 APP。
- 儿科医生。 儿科医生是指专门从事满足婴儿、儿童、青少年和年轻成人健康需求的医生。
- 妇科医生。 妇科医生是指专门从事女性健康的医生。
- 产科医生。 产科医生是指专门从事怀孕和分娩的医生。

如果 PCP 是妇科医生或产科医生，我们建议您也去看内科医生。 这是为了确保能有人帮助您满足一般医疗保健需求。

如果没有 PCP 怎么办?

如果您没有 PCP，现在是寻找 PCP 的最佳时机。 拥有一名 PCP 对于解决您的医疗保健问题和需求非常重要。 还可以向 PCP 咨询与癌症诊断无关的医疗需求。

随着时间推移，您的 PCP 会逐渐了解您的病史、健康目标和生活方式。 他们可以帮助您预防健康问题、保持健康生活方式并处理常规医疗问题。 您需要选择一位让您感觉自在的 PCP，以便您可以进行坦诚对话。

以下是一些帮助您找到 PCP 的提示：

- 如果您有医疗保险，请使用医疗保险公司网站检索“网络内”医疗服务提供者。 这是指与您保险公司合作的医疗保健提供者。 这样有助于您节省医疗费用。

- 您还可以致电保险公司，让其帮忙寻找网络内医疗服务提供者。
- 如果没有医疗保险，您可以使用社区内的免费医疗诊所。
- 向家人朋友征询曾合作过的 PCP 的建议。
- 向所在社区寻找，致电当地的 PCP 诊所，了解其是否接收新患者。 记得确保其接受您的保险。

PCP 如何了解我的治疗情况?

MSK 医护团队将向您的 PCP 发送一份关于您在 MSK 接受治疗的详细报告。 该报告将包括您的治疗信息、最新检查结果以及后续护理建议。 PCP 也可随时联系您的 MSK 医护团队。

我还需要哪些其他护理?

我们将提出建议，帮助您预防或控制治疗的任何后期或长期影响。还将建议您进行疫苗接种和其他癌症筛查。

您还应计划：

- 每年请 PCP 为您做一次体检。
- 每年在流感季节（10 月至次年 4 月）接种流感疫苗。
- 询问 PCP 应何时接种肺炎疫苗和带状疱疹疫苗。
- 每年检查胆固醇。
- 保持心脏健康的饮食习惯。
- 保持健康体重。

- 避免阳光照射，外出时使用防晒霜。
- 按照 PCP 的建议进行锻炼。
- 了解癌症筛查的最新信息。
- 向 PCP 咨询任何有关您健康的问题。

您在 MSK 接受的照护服务

在 MSK，我们为已完成癌症治疗的患者制定了照护计划。 该计划以您的需求为基础。 在 MSK 完成治疗后，您可以开始更定期向 PCP 看诊，以满足您的医疗保健需求。 这种转变一开始可能会让您感到害怕，但我们将随时提供帮助。

> 如果您有任何问题或顾虑，请联系您的医疗保健提供者。 医疗团队成员将在周一至周五 上午 9:00 至 下午 5:00 给与回复。 如在非上述时间段，您可以留言或与其他 MSK 服务提供者联系。 随时有值班医生或护士为您提供帮助。 如果您不确定如何联系医疗保健提供者，请致电 212-639-2000。

有关更多资源，请访问 www.mskcc.org/pe，在我们的虚拟图书馆中进行搜索。

A Guide for Adolescents and Young Adults (AYAs): How to Find a Primary Care Provider - Last updated on June 21, 2022
Memorial Sloan Kettering Cancer Center 拥有和保留所有权利

Memorial Sloan Kettering Cancer Center