



# Gérer ses rendez-vous médicaux

Le parcours de soins d'une personne atteinte d'un rhumatisme inflammatoire chronique comprend souvent de nombreux rendez-vous médicaux qu'il faut gérer au quotidien.

Chacun, en fonction de sa situation, doit programmer :

- les consultations médicales : rhumatologue, généraliste, et différents spécialistes dans le cadre de la surveillance de leur pathologie mais aussi pour des pathologies associées ou pour d'autres maladies : dermatologue, gastro-entérologue, spécialiste de la douleur, ophtalmologiste...
- la date de renouvellement des ordonnances,
- et les rendez-vous :
  - de prévention conseillés à toute la population, en fonction de l'âge,
  - avec des professionnels paramédicaux : kinésithérapeute, pédicure, podologue, psychologue, diététicienne...
  - pour réaliser les examens : analyses biologiques, radiographies...
  - autres : assistant(e) de service social, médecin du travail, de l'Assurance maladie...

Entre les rendez-vous mensuels, annuels, ponctuels... il est impératif de vous organiser pour ne pas en manquer certains, ne pas être en rupture de médicaments, et vous assurer d'avoir les résultats de vos examens avant la consultation avec le rhumatologue.

Pour cela, chacun sa méthode : à vous de trouver la technique qui vous semble la plus adaptée et la plus simple. Voici quelques solutions utilisées par nos membres :



## L'agenda ou le calendrier papier

C'est sans doute la méthode la plus utilisée. L'inconvénient : il faut penser à les consulter régulièrement pour ne pas oublier de rendez-vous. C'est pourquoi certains malades affichent leur calendrier ou une copie de leur agenda mensuel à un endroit très visible comme la porte du frigo.



## Les boîtes mail

Elles proposent un agenda en ligne qui permet de créer des alertes avant les rendez-vous. Si la messagerie est également installée sur votre smartphone, les informations que vous entrerez sur l'agenda en ligne seront synchronisées, ce qui vous permettra de recevoir les alertes sur vos différents appareils (téléphone et ordinateur ou tablette).



## Le téléphone portable

Les smartphones disposent d'un agenda intégré qui permet de noter ses différents rendez-vous, ainsi que tout autre événement. Cette solution présente l'avantage de pouvoir programmer des alertes avant la date de la consultation.

Il existe également sur les smartphones de nombreuses applications que vous pouvez trouver en cherchant les mots-clés « agenda » ou « calendrier » sur le Play Store ou l'Apple Store. Fonctionnalités, ergonomie, couleurs... le choix ne manque pas.



## Les plateformes de prise de rendez-vous médicaux

De plus en plus de professionnels de santé font appel à des plateformes en ligne ou des applications pour téléphones portables, pour faciliter la prise de rendez-vous de leur patientèle. Elles génèrent l'envoi au patient d'un message de rappel, la veille ou quelques jours avant la date de la consultation. Si le rappel du rendez-vous est très pratique, le recours à ces plateformes ne permet pas au malade de visualiser l'ensemble de ses rendez-vous médicaux.

Par ailleurs, les plateformes de ce type sont nombreuses et peuvent être différentes d'un professionnel de santé à l'autre.