



— Javaslatok a klausztrófóbia csökkentésére az MR-vizsgálat során



1. Tájékozódjon!

Minél többet tud a vizsgálatról, annál nyugodtabb lehet, hiszen tudja, mire számíthat. Ezért bátran kérdezzen tőlünk a vizsgálatról, bármilyen felmerülő kérdésére szívesen válaszolunk.



2. Hozzon kísérőt!

Mi természetesen ott leszünk a vizsgálat alatt, és számíthat ránk, de talán megnyugtatóbb, ha egy barát vagy családtag is elkíséri, így nagyobb biztonságban érezheti majd magát.



3. Ne feledje: Ön irányít!

Mindig Ön irányítja a vizsgálatot, ezt minden pillanatban tudnia kell. Semmi olyat nem kell tennie, ami kényelmetlen Önnek. Ha egy kis nyugtatásra van szüksége, a radiográfusainkra is számíthat.



4. Terelje el a figyelmét!

Gondoljon egy olyan helyre, ahol boldog volt, vagy idézzen fel egy kellemes emléket. Ez segíthet elterelni a figyelmét, és nyugodtabb tud maradni.



5. Tudja, hogy nincs egyedül!

Radiográfus munkatársunk folyamatosan kommunikál Önnel, és tájékoztatja Önt a vizsgálat menetéről. Emellett kap egy hívógombot is, amelyet szorongás esetén használhat.