



免费准备工具 / 使用方法

面诊问题清单

先选出最在意的三至五个问题，面诊时记录答复和出处。

两个标记，分别记录

“准备问”表示你想了解；“已答复”表示已经听到回答，并不表示内容已经核实。

填写示例（虚构）	我的记录
准备问：复诊是否另收费？	答复：另收，具体金额待补充。
答复出处	面诊日期 / 报价第几行 / 口头说明。
接下来	请把复诊次数、单价和是否必须写在报价里。

后面保留全站 23 个问题。按自己需要选择，未回答的留空。涉及适用性、药物和恢复安排的问题，由接诊医生结合你的情况说明。



免费准备工具 / 问题 1-8

把问题带到面诊里

01 · 项目理解 针对我描述的问题，这次面诊的重点是确认什么？

☐ 准备问 ☐ 已答复 答复 / 出处： _____

02 · 项目理解 这个项目具体是怎么做的？会在哪个部位操作？

☐ 准备问 ☐ 已答复 答复 / 出处： _____

03 · 项目理解 这个项目能解决我最在意的问题吗？它的局限性是什么？

☐ 准备问 ☐ 已答复 答复 / 出处： _____

04 · 项目理解 你建议做这个项目，是因为最适合我，还是还有其他可选方案？

☐ 准备问 ☐ 已答复 答复 / 出处： _____

05 · 项目理解 轻医美方案和手术方案，哪个更适合我目前的情况？

☐ 准备问 ☐ 已答复 答复 / 出处： _____

06 · 适用性与风险 我目前的身体状况有没有不适合做这个项目的条件？

☐ 准备问 ☐ 已答复 答复 / 出处： _____

07 · 适用性与风险 这个项目最常见的风险或副反应是什么？出现后如何处理？

☐ 准备问 ☐ 已答复 答复 / 出处： _____

08 · 适用性与风险 有没有我这种情况特别需要注意的风险点？

☐ 准备问 ☐ 已答复 答复 / 出处： _____



免费准备工具 / 问题 9-16

把问题带到面诊里

09 · 适用性与风险 如果效果不如预期，有没有补救方案？会怎么处理？

☐ 准备问 ☐ 已答复 答复 / 出处： _____

10 · 适用性与风险 我需要在做之前停止使用哪些药物或护肤成分？

☐ 准备问 ☐ 已答复 答复 / 出处： _____

11 · 恢复期安排 恢复期通常需要多久？分哪几个阶段？

☐ 准备问 ☐ 已答复 答复 / 出处： _____

12 · 恢复期安排 做完之后什么时候可以正常出门见人？

☐ 准备问 ☐ 已答复 答复 / 出处： _____

13 · 恢复期安排 恢复期内需要避免哪些活动（运动、饮酒、日晒、化妆等）？

☐ 准备问 ☐ 已答复 答复 / 出处： _____

14 · 恢复期安排 如果恢复期出现红肿或不适，什么情况下需要联系你？

☐ 准备问 ☐ 已答复 答复 / 出处： _____

15 · 复诊与后续 做完之后需要复诊吗？第一次复诊是什么时候？

☐ 准备问 ☐ 已答复 答复 / 出处： _____

16 · 复诊与后续 这个项目通常需要做几次效果才稳定？

☐ 准备问 ☐ 已答复 答复 / 出处： _____



免费准备工具 / 问题 17-23

把问题带到面诊里

17 · 复诊与后续 效果能维持多久？之后需要怎样维护？

☐ 准备问 ☐ 已答复 答复 / 出处： _____

18 · 复诊与后续 如果我以后不想继续做了，是否有任何影响？

☐ 准备问 ☐ 已答复 答复 / 出处： _____

19 · 费用与流程 总费用包含哪些内容？复诊是否另外付费？

☐ 准备问 ☐ 已答复 答复 / 出处： _____

20 · 费用与流程 有没有套餐外可能产生的额外费用？

☐ 准备问 ☐ 已答复 答复 / 出处： _____

21 · 费用与流程 如果付款后不想做了，退款条件是什么？

☐ 准备问 ☐ 已答复 答复 / 出处： _____

22 · 费用与流程 手术/操作当天的完整流程是什么？大约需要多少时间？

☐ 准备问 ☐ 已答复 答复 / 出处： _____

23 · 费用与流程 执行这个操作的医生是谁？相关资质是什么？

☐ 准备问 ☐ 已答复 答复 / 出处： _____



免费准备工具 / 填写示例

面诊方案对照表

先把比较条件放在一起。

怎么用：先看本页示例，再填写下一页。保留报价原文和日期；不确定的内容写“待确认”，不要填成 0。

记录位置	示例与填写提示
项目与部位	A：光子类 / 全脸；B：光子类 / 面部局部。范围不同，先补问。
价格与次数	A：2,980 元 / 1 次；B：4,980 元 / 2 次。均价不代表最终支出。
设备与服务	A：型号未说明；B：复诊另收费。分别记录，不猜测质量。
出处与下一步	原报价第 2 行 / 聊天日期。请对方补充设备型号、部位和复诊费用。

以上均为虚构填写示例，不代表市场价格、治疗建议或机构评价。

先写下我最想核对的一件事



免费准备工具 / 我的记录

面诊方案对照表

可打印填写；也可使用同名 TXT 编辑版。

方案名称 / 日期 / 材料出处

项目原文、部位、设备或产品规格

套餐报价 / 对应次数 / 已含费用

另收费与尚未说明的费用

有效期、预约规则与退款原文

最需要补问的问题



免费准备工具 / 填写示例

恢复期安排记录

先记录医生的具体说明，再安排生活。

怎么用：先看本页示例，再填写下一页。保留报价原文和日期；不确定的内容写“待确认”，不要填成0。

记录位置	示例与填写提示
我的安排	下月有出差，工作需要长时间户外活动。先把这些情况告诉医生。
医生说明	示例留空：预计时间、恢复活动的条件、复诊和异常联系渠道由医生说明。
尚未确认	是否需要陪同？时间变化时怎样调整？不能把通用文章的天数当作个人安排。
信息出处	接诊日期、医生书面说明或复诊单；口头说明单独标注。

以上均为虚构填写示例，不代表市场价格、治疗建议或机构评价。

先写下我最想核对的一件事



免费准备工具 / 我的记录

恢复期安排记录

可打印填写；也可使用同名 TXT 编辑版。

工作 / 通勤 / 近期重要日期

医生说明的工作与活动恢复条件

复诊日期、地点与联系人

陪同、交通与照护安排

按医嘱记录的注意事项与联系条件

信息出处 / 确认日期 / 尚待补问



免费准备工具 / 填写示例

费用确认表

把已含、另计和未知分开。

怎么用：先看本页示例，再填写下一页。保留报价原文和日期；不确定的内容写“待确认”，不要填成 0。

记录位置	示例与填写提示
套餐报价	虚构示例：4,980 元，2 次同类服务。先确认对应部位与范围。
另收费	复诊每次 100 元，是否必须、需要几次未确认。暂不加入确定总额。
已付与尾款	已付 200 元；只有书面确认抵扣套餐价后，套餐未付金额才是 4,780 元。
需要问清	是否还有必须购买的护理或耗材？已付款具体抵扣哪一项？

以上均为虚构填写示例，不代表市场价格、治疗建议或机构评价。

先写下我最想核对的一件事



免费准备工具 / 我的记录

费用确认表

可打印填写；也可使用同名 TXT 编辑版。

方案与报价日期 / 原始材料出处

套餐总价、项目、次数和计费范围

检查、操作、材料等：已含 / 另计 / 未知

复诊、护理等：金额 / 次数 / 是否必选

已付款名称 / 抵扣范围 / 付款节点

有效期、退款原文与待确认事项



免费准备工具 / 填写示例

考虑与补问清单

把还没弄清的事情留在纸上。

怎么用：先看本页示例，再填写下一页。保留报价原文和日期；不确定的内容写“待确认”，不要填成0。

记录位置	示例与填写提示
我的关注	虚构示例：想了解费用是否完整，而不是当天立即作决定。
已经确认	已拿到一份套餐书面报价；是否适合自己仍需正规面诊。
仍然缺少	具体设备型号、复诊收费、未使用次数退款如何计算。
下一步	先发出三个补问问题，收到书面答复后再考虑。可以选择暂时不做。

以上均为虚构填写示例，不代表市场价格、治疗建议或机构评价。

先写下我最想核对的一件事



免费准备工具 / 我的记录

考虑与补问清单

可打印填写；也可使用同名 TXT 编辑版。

我自己希望了解或改善的是什么

已经确认的信息及出处

仍然不清楚的信息

我的费用、时间和照护安排

准备补问的问题 / 希望拿到的书面材料

下一步：继续了解 / 再面诊 / 等材料 / 暂不做
