

Was hab' ich? | washabich.de

Der Nächste, bitte!

Eine Anleitung für Ihren Arztbesuch

Vor dem Arztgespräch

Die Gründe dafür, weshalb Sie einen Arzt aufsuchen, können sehr vielfältig sein. Vielleicht haben Sie neu aufgetretene Beschwerden, müssen zu einer Kontrolluntersuchung oder wurden für weitere Untersuchungen zu einem Facharzt überwiesen. Allen gemeinsam ist in jedem Fall eine entscheidende Frage, mit der Sie in die Vorbereitung auf Ihren Termin starten: „Was ist das Ziel meines Arztbesuchs?“

Setzen Sie sich ein Ziel: Was möchten Sie erreicht haben, wenn Sie das Arztzimmer verlassen?

Mit einer guten Zielsetzung wird Ihnen sowohl die Vorbereitung als auch der Gesprächsverlauf selbst leichter fallen. Sie behalten den roten Faden im Blick und können so die Zeit mit dem Arzt effektiv nutzen. Es gibt grundlegende Fragen, die Sie sich zunächst stellen sollten. Weitere Fragen hängen sehr davon ab, was der Grund für Ihren Arztbesuch ist.

Sie müssen nicht alleine zum Arzt gehen.

So können Sie zum Beispiel darüber nachdenken, eine Vertrauensperson

mit zum Gespräch zu nehmen. Diese Person kann Ihnen zum einen Sicherheit geben, zum anderen aber auch Notizen während des Gesprächs machen, sodass Sie sich selbst voll und ganz auf das Gesagte des Arztes konzentrieren können.

Später können Sie im Gespräch mit Ihrer Vertrauensperson herausfinden, ob Sie die Informationen aus dem Arztbesuch gleich verstanden haben – das beugt Missverständnissen zwischen Ihnen und Ihrem Arzt vor.

Als Patient haben Sie Rechte. Behalten Sie diese im Hinterkopf

Natürlich ist es für das Verhältnis zwischen Arzt und Patient nicht immer förderlich, wenn man ständig auf seine Rechte pocht. Allerdings sollte man sie zumindest im Kopf haben. Das gibt Sicherheit und im Zweifel eine gute Diskussionsgrundlage.

Ende 2012 wurde das neue Patientenrechtegesetz vom Bundestag verabschiedet. Es soll Ihre Rechte als Patient transparenter darstellen und Ihnen Schutz bieten. Einige relevante Punkte haben wir für Sie zusammengestellt:

Quintessenz aus dem Patientenrechtegesetz

1. Der Arzt ist verpflichtet, Sie über alles aufzuklären und umfassend zu informieren, was Ihre Diagnose und Ihre Behandlung betrifft.

 2. Auf Wunsch müssen Sie Ihre medizinischen Unterlagen vom Arzt gezeigt bekommen. Kopien dürfen Sie mit nach Hause nehmen.

 3. Der Arzt hat die Pflicht, alle Sie betreffenden Befunde, Unterlagen und Dokumente in einer Patientenakte zu sammeln und diese sorgfältig zu führen. Sie dürfen jederzeit Einsicht in diese Akte nehmen und Kopien anfertigen. Sollten nachträglich Änderungen in der Patientenakte vorgenommen werden, müssen diese als solche gekennzeichnet sein.
-

Weiterführende Informationen zu diesem Thema können Sie der Webseite des Bundesministeriums der Justiz entnehmen. Sie finden es unter folgendem Link: [bmj.de/patientenrechte](https://www.bmj.de/patientenrechte)

Bitte denken Sie nochmals daran: Der Arzt ist Ihr Partner. Die besten Ergebnisse für Ihre Gesundheit erzielen Sie nur dann, wenn Sie beide gut

zusammenarbeiten. Sie erfahren nun, wie Sie Ihren Teil dazu beitragen können.

Wichtig ist, dass Sie sich zunächst Ihre Fragen an den Arzt überlegen. Denken Sie bei der Auswahl jeder Frage daran, ob sie sich mit dem von Ihnen festgelegten Ziel des Arztbesuchs deckt. Sie können natürlich beliebig viele Fragen notieren, sollten diese aber nach Wichtigkeit ordnen. So können Sie sichergehen, dass Sie die Antworten, die Sie unbedingt haben wollen, auch bei Zeitknappheit erhalten.

Es ist ratsam, den Arzt zu Beginn des Gesprächs darauf hinzuweisen, dass man einige Fragen zusammengestellt hat. Besprechen Sie mit Ihrem Arzt, zu welchem Zeitpunkt Ihres Besuchs Sie Ihre Fragen loswerden können:

„Ich habe einige Fragen an Sie, die mir persönlich wichtig sind. Wann können wir diese am besten besprechen?“

Auf den folgenden Seiten haben wir zahlreiche, nach Themengebieten geordnete Fragen zusammengestellt. Wählen Sie daraus die für Sie relevanten Fragen. Natürlich erhebt unsere Auflistung keinen Anspruch auf Vollständigkeit. Überlegen Sie daher, ob Sie noch weitere Fragen an Ihren Arzt haben. Notieren Sie anschließend alles auf Ihrem Zettel.

Wichtige Fragen: Diagnose

1. Wie wird meine Erkrankung genau bezeichnet? Gibt es für die Erkrankung verschiedene Namen?
2. Wie verläuft meine Erkrankung in der Regel?
3. Wie kann ich meinen Lebensstil anpassen, um den Verlauf meiner Erkrankung positiv zu beeinflussen?
4. Kann es sein, dass weitere Familienmitglieder die gleiche Erkrankung haben oder bekommen?

Tipp: Checkliste

Die Initiative „Faktencheck Gesundheit“ der Bertelsmann Stiftung hat eine Checkliste entworfen, auf der Sie die wichtigsten Information und Fakten vor Ihrem Arztbesuch notieren können – so vergessen Sie im Gespräch mit Ihrem Arzt keine entscheidenden Fragen.

Sie finden die Checkliste zum kostenfreien Herunterladen unter folgendem Link:

<https://faktencheck-gesundheit.de/tipps-und-hilfen-fuer-patienten/tipps-und-hilfen-startseite/>

Bereiten Sie Ihren Arztbesuch vor!
 Sie haben Fragen zu Ihrem Arzt, stellen aber sich der Untersuchung wieder ohne eine Antwort vor der Praxis?
 Bereiten Sie sich vor! Der Faktencheck Gesundheit hilft Ihnen dabei.



Für Ihre Vorbereitung auf den Arztbesuch:

1. **Ihre Beschwerden und Symptome**

2. **Informationen, die für den Arzt wichtig sein könnten:**
 Zum Beispiel: - allgemeine Grunderkrankung - chronische Krankheiten - schwer vererbte Krankheiten, Infekte und Operationen in der Vergangenheit - Medikamente, die Sie einnehmen - Ihre derzeitige Lebenssituation, Stress und andere Rückfragen.

Fragen während des Arztgesprächs:

Notieren Sie sich während des Gesprächs die wichtigsten Antworten.

1. Was sind die genauesten Ursachen meiner Erkrankung?
2. Welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es? Was passiert, wenn ich erst einmal nichts tue?
3. Welche Vorteile und Risiken haben diese Behandlungsmöglichkeiten - oder alle Abwägen?
4. Wie wahrscheinlich ist es, dass der Spezial bzw. das das Risiko steigt?

.....

Weitere Tipps des Arztes
 z.B. guter Infanzelstil, mehr Ansprechpartner in Ihrer Region, korrekte Stammtafel, Gesundheitspass, o.ä.

Mehr Tipps und Hilfen unter: www.faktencheck-gesundheit.de

 Bertelsmann
Gesundheit