

Arztbesuch

Nutzen Sie Ihren Termin *sinnvoll*



www.

Zeit ist knapp, besonders beim Hausarzt. Vielen Menschen mit Diabetes ist die Gesprächsdauer bei einem Arzttermin zu kurz. Eine gezielte Vorbereitung hilft Ihnen, die Zeit effektiv zu nutzen. Bestimmen Sie die Gesprächsschwerpunkte mit. Die vertrauensvolle Beziehung zu Ihrem Arzt leidet darunter bestimmt nicht.

Internet-Tipp:

www.arztcheckliste.de

Gute Vorbereitung spart Zeit – Ihnen und Ihrem Arzt

Notieren Sie die Fragen, die Sie besprechen möchten. Zum Beispiel:

- » Was ist die Krankheitsursache?
- » Welche Behandlung kommt für mich infrage?
- » Welches Ziel hat die Behandlung?
- » Welche Risiken und Nebenwirkungen sind zu erwarten?
- » Wie wirkt sich die Behandlung auf meinen Alltag aus?
- » Welche Alternativen gibt es?
- » Was kann ich tun, um meine gesundheitliche Situation zu verbessern?
- » Wann muss ich den nächsten Termin vereinbaren?
- » In welchem Fall muss ich sofort wiederkommen?
- » Worauf sollte ich in der Zeit bis zum nächsten Termin achten?

Fragen erlaubt

Ein lange bestehender Arzt-Patienten-Kontakt mit Gesprächen in verständlicher Sprache ist sehr viel wert. Doch auch hier kann es Erklärungen geben, bei denen Sie nachhaken sollten. Verzichten Sie nicht auf klare, wichtige Informationen und Ihr Mitentscheidungsrecht.

Tipps:

- » Bitten Sie um weiterführende Informationsquellen, wenn Sie eine Gesundheitsfrage vertiefend nachlesen möchten.
- » Entscheiden Sie bei ärztlichen Empfehlungen – wie z. B. einer Zusatzuntersuchung oder einem weiteren Facharztbesuch – aktiv mit.
- » Behalten Sie den Überblick über Ihren Krankheitsverlauf: Dazu können Sie auch Einsicht in Ihre Krankenakte nehmen.
- » Informieren Sie Ihren Arzt, dass Sie bei wichtigen medizinischen Entscheidungen eine zweite Meinung einholen möchten. Ihr Arzt kann Ihnen einen weiteren Fachmann nennen.
- » Nehmen Sie für ein schwieriges Gespräch einen Angehörigen mit.

Eine Checkliste hilft,
den roten Gesprächsfaden nicht zu verlieren

Grundsätzlich:

- » Notieren Sie Namen und Dosierung der Medikamente, die Sie bereits nehmen.
- » Vergessen Sie nicht, auch die frei verkäuflichen Medikamente aufzulisten!
- » Halten Sie Befunde von anderen Arztbesuchen bereit
- » Nehmen Sie alle medizinischen Pässe zum Arztbesuch mit, z. B. Blutdruckpass, Diabetikerpas, Impfpas, Röntgenpass, Schmerztagebuch, Allergiepass.

Während des Gesprächs:

- » Kommen Sie bitte direkt zum Punkt.
- » Beschreiben Sie Ihr Anliegen möglichst genau.
- » Sagen Sie gleich, wenn Sie etwas nicht verstanden haben.
- » Bitten Sie bei wichtigen Entscheidungen um ein paar Tage Bedenkzeit.
- » Lassen Sie die Befunde in die jeweiligen Gesundheitspässe eintragen.



- ✓ Vorbereitung
- ✓ Zeit
- ✓ Checkliste

