

BEREITEN SIE SICH AUF IHREN ARZT-BESUCH VOR

▶ **STELLEN SIE FRAGEN,
ES LOHNT SICH!**

Beim Arzt-Besuch können Sie oft nur kurz mit Ihrem Arzt oder Ihrer Ärztin sprechen. Da vergisst man leicht eine wichtige Frage.

Überlegen Sie sich deshalb vor dem Arzt-Besuch:

- Was möchten Sie Ihrem Arzt oder Ihrer Ärztin sagen?
- Was möchten sie fragen?

Manchmal müssen Sie zusammen mit Ihrem Arzt oder Ihrer Ärztin eine Entscheidung treffen. Zum Beispiel über ihre Behandlung. Das ist einfacher, wenn Sie die nötigen Informationen haben.

Inhalt

- 1 Vor dem Arzt-Besuch**
So können Sie sich auf Ihren Arzt-Besuch vorbereiten.
- 2 Beim Arzt-Besuch**
Diese Tipps helfen Ihnen beim Arzt-Termin.
- 3 Nach dem Arzt-Besuch**
Diese Fragen helfen Ihnen nach dem Arzt-Besuch.

▼ Tipps

Machen Sie sich Notizen.
Nehmen Sie Ihre Notizen
mit zum Arzt-Besuch.

Sie können dafür die Vorlage auf der letzten
Seite benutzen.

Sie können eine Vertrauens-
Person zum Arzt-Besuch
mitnehmen.

Jemand von Ihrer Familie, einen Freund oder eine
Freundin. Diese Person kann Sie beim Gespräch mit
dem Arzt oder der Ärztin unterstützen. Sie kann
zum Beispiel für Sie die Fragen von Ihrer Liste stellen
oder für Sie Notizen machen.

Nehmen Sie wichtige
Unterlagen mit zum
Arzt-Besuch.

Zum Beispiel:

- Eine Liste mit Ihren Medikamenten. Sie können
die Medikamente auch mitnehmen.
- Briefe und Unterlagen von anderen Ärzten und
Ärztinnen, Berichte vom Spital
- Werte von Messungen, zum Beispiel von Ihrem
Blutdruck, Blutzucker, Gewicht
- Ausweise, zum Beispiel Ihren Impfausweis,
Allergie-Pass, Diabetes-Ausweis, Versicherungs-
Ausweis
- Andere Unterlagen, zum Beispiel Röntgen-Bilder

Vor dem Arzt-Besuch

Diese Seite hilft Ihnen, die Notizen für Ihren Arzt-Besuch vorzubereiten

Das möchte ich meinem Arzt oder meiner Ärztin sagen

Zum Beispiel:

- Das sind meine Beschwerden.
- Das ist besser oder schlechter seit meinem letzten Arzt-Besuch.
- Das sind Wirkungen und Neben-Wirkungen von meinen Medikamenten.
- Diese Sorgen oder Bedenken habe ich in Bezug auf meine Gesundheit und Behandlung.

Das möchte ich meinen Arzt oder meine Ärztin fragen

Wählen Sie die Fragen aus, die für Ihren Arzt-Besuch wichtig sind.
Ergänzen Sie diese Liste auch mit weiteren Fragen, die für Sie wichtig sind.

Was habe ich?

- Wie heisst meine Krankheit (Diagnose)?
- Wie verläuft die Krankheit? Kann sie geheilt werden?
- Welche Folgen hat die Krankheit für meinen Alltag und mein Leben?

Was kann ich tun?

- Welche Möglichkeiten zur Behandlung gibt es für meine Krankheit?
- Was kann ich selbst tun? Worauf soll ich achten?
- Was passiert, wenn ich meine Krankheit nicht behandle?

Was muss ich über die möglichen Behandlungen wissen?

- Wie helfen mir die verschiedenen Behandlungen (Vorteile)?
- Welche Risiken und Neben-Wirkungen haben die verschiedenen Behandlungen (Nachteile)?
- Wie wahrscheinlich sind die Vor- und Nachteile?
- Welche Folgen hat die Behandlung für meinen Alltag?
- Wie viel kostet die Behandlung? Wer bezahlt die Behandlung?

Wie geht es weiter?

- Wann ist der nächste Arzt-Besuch?
- Gibt es weitere Untersuchungen?
- Gibt es Anzeichen, bei denen ich sofort in der Praxis anrufen soll?

Wo finde ich Informationen und Unterstützung?

- Wo finde ich Informationen zu meiner Krankheit und zu der Behandlung?
- Wo erhalte ich Unterstützung? Z.B. Selbsthilfe-Organisation, Patienten-Gruppe, Spitex

Vor dem Arzt-Besuch

Diese Seite hilft Ihnen, die Notizen für Ihren Arzt-Besuch vorzubereiten

NOTIZEN FÜR DEN ARZT-BESUCH

Termin bei:

Termin am:



Das möchte ich meinem Arzt oder meiner Ärztin **sagen**:

Das möchte ich meinen Arzt oder meine Ärztin **fragen**:

Diese Tipps helfen Ihnen beim Arzt-Termin

▼ Tipps

Verstehen Sie etwas nicht?
Fragen Sie nach!

Es ist wichtig, dass Sie alle Informationen verstehen.

Sind Sie nicht sicher, ob Sie alles verstanden haben? Sagen Sie dem Arzt oder der Ärztin in Ihren Worten, was Sie verstanden haben.

So kann Ihnen Ihr Arzt oder Ihre Ärztin wenn nötig noch etwas erklären.

Am Schluss können Sie Ihren Arzt oder Ihre Ärztin bitten, die wichtigsten Informationen für Sie zusammen zu fassen.

So können Sie überprüfen, ob Sie alles verstanden haben.

Lassen Sie sich genug Zeit bei einer Entscheidung.

Bei Ihrer Behandlung können Sie mitentscheiden. Sie können auch noch mit jemand anderem darüber sprechen.

Machen Sie sich Notizen beim Arzt-Besuch.

So wissen Sie später noch, was Ihr Arzt oder Ihre Ärztin mit Ihnen besprochen hat.

Diese Fragen können Sie sich nach Ihrem Arzt-Besuch stellen

Zum Beispiel:

- Wann ist mein nächster Arzt-Besuch?
Muss ich noch einen Termin abmachen?
- Habe ich eine wichtige Frage oder Information vergessen? Möchte ich nochmals in der Praxis anrufen und nachfragen?
- Habe ich neue Fragen? Welche Fragen möchten ich beim nächsten Arzt-Besuch stellen?
- Bin ich unsicher wegen einer Entscheidung?
- Mit wem möchte ich offene Fragen oder Entscheidungen besprechen?
- Bei wem hole ich mir Unterstützung und weitere Informationen?