



Vorbereitung ist alles

Immer wieder fällt der Ausdruck „mündiger Patient“ – aber was ist damit gemeint und warum ist es wichtig, sich auf einen Arztbesuch vorzubereiten? Ich sage immer: Ein Arzt ist nur so gut wie sein Patient. Denn erst im direkten Austausch auf Augenhöhe können wichtige Informationen ausgetauscht werden und das Verständnis bzw. die Bereitschaft, miteinander einen guten Weg zu finden, wird begründet. Nur wer die richtigen Fragen stellt, bekommt die richtigen Antworten – das trifft auch auf das Arzt-Patienten-Gespräch zu. Viele Menschen sind nervös, sobald sie eine Ordination betreten und tun sich in der Aufregung schwer, ihre Beschwerden zu beschreiben. Oft ist die Zeit im Behandlungsraum dann auch leider noch sehr begrenzt und alles eng getaktet, was zusätzlichen Stress verursacht. Und schon sind wichtige Dinge vergessen.

Die wichtigsten Fragen vor dem Arztbesuch.

Mein Tipp: Schreiben Sie sich zu Hause diese drei wichtigen Fragen auf.

1. Ihre Vorgeschichte:

Frühere Operationen, Vorerkrankungen, Spitalsaufenthalte oder sonstigen Erkrankungen.

2. Welche Medikamente nehmen Sie?

Ich erlebe es oft in der Ordination, dass Patienten die Namen ihrer Medikamente in der Aufregung nicht einfallen. Oder es wird überhaupt auf ein Medikament vergessen oder als unwichtig erachtet. Daher mein Tipp: Eine Liste mit den Medikamenten-Namen und den entsprechenden Dosierungen aufschreiben, die Sie täglich oder wöchentlich einnehmen.

3. Was ist der aktuelle Anlass?

Warum sind Sie heute hier? Welche Beschwerden haben Sie und was führt Sie zu diesem Arztbesuch? Das sind die drei

wichtigsten Fragen, die Sie sich vor einem Arztbesuch stellen sollten, um optimal vorbereitet in das Gespräch zu gehen und für sich selbst den größten Nutzen herauszuholen. Denn auf dieser Grundlage kann der behandelnde Arzt nicht nur besser Diagnosen stellen, sondern auch die weitere Therapie besser planen.

Die wichtigsten Fragen an den Arzt.

Wichtig ist jedoch auch, sich bestimmte Fragen vorzubereiten, die man dem Arzt unbedingt stellen sollte. Wer kennt sie nicht,

die unangenehme Situation, die Ordination zwar mit Medikamenten und vielen erhaltenen Informationen zu verlassen, aber dennoch eigentlich jetzt nicht so genau zu wissen, was einem denn nun tatsächlich fehlt. Deshalb ist es klug, noch folgende drei Fragen auf Ihrem Zettel zu notieren:

1. Was habe ich? Was ist Ihre Verdachtsdiagnose aufgrund der Symptome, die ich Ihnen geschildert habe?

2. Was kann ich tun? Kann ich selbst etwas dazu beitragen? Hier ist es wichtig, dass Sie einerseits Sicherheit bekommen, nichts falsch zu machen und andererseits motiviert werden,

selbst aktiv zu werden, falls das in dem speziellen Fall eine Möglichkeit darstellt.

3. Warum soll ich das tun? Diese Frage ist vielleicht etwas herausfordernd, aber es könnte ja sein, dass Sie etwa ein verschriebenes Antibiotikum nicht einnehmen möchten. Hier ist es wichtig, die möglichen Konsequenzen zu kennen und eventuell gleich zusammen mit dem Arzt eine für Sie akzeptable und gute andere Alternative der Therapie oder Medikation zu finden.

Denn nur so, mit dem entsprechenden Wissen, können Sie selbst Entscheidungen für Ihre Gesundheit treffen und Therapien mit Ihrem Arzt erfolgreich umsetzen. ■



NUR WER DIE RICHTIGEN
FRAGEN STELLT, BEKOMMT DIE
RICHTIGEN ANTWORTEN



Bewusst
gesund:
SA, 21. 9.,
17.30 UHR,
ORF 2 **UT**