

Wie bereite ich mich auf einen Arztbesuch vor?

Ein Arztbesuch kann aufregend sein. Während des Termins erhalten Sie viele Informationen und haben gleichzeitig viele Fragen. Es ist dann ganz normal, dass Sie möglicherweise vergessen, wichtige Informationen mitzuteilen. Zudem kann es schwierig sein, sich alles zu merken, was Ihnen während des Gesprächs mitgeteilt wird.

Um Ihnen dabei zu helfen, während des Gesprächs alle erforderlichen und wichtigen Informationen zur Hand zu haben, Ihre Fragen beantwortet zu bekommen und sich die Informationen der Ärztin/des Arztes zu merken, haben wir diese Hilfestellung für Sie zusammengestellt.

Checkliste der mitzunehmenden Unterlagen

Für den Termin und für Ihre Behandlung brauchen wir einige Informationen von Ihnen. Bitte bringen Sie alle relevanten Dokumente, Übersichten und Ausweise mit, die Sie besitzen. So stellen Sie sicher, dass Sie keine wichtigen Informationen vergessen.

Nutzen Sie die nachfolgende Checkliste beim Sammeln Ihrer Unterlagen. Themen, die für sich nicht relevant sind, können Sie gerne überspringen.

- Krankenversicherungskarte (KV-Karte): zwingend erforderlich
- Personalausweis
- Einweisung oder Überweisung Ihrer Fach-/Hausärztin/Ihres Fach-/Hausarztes
- Name, Anschrift und Telefonnummer Ihres Fach-/Hausärztin/Ihres Fach-/Hausarztes
- Aktuelle Medikamentenliste/Medikationsplan
- Allergiepass/Allergieübersicht
- Informationen zu Ihren Vor-OPs, inkl. evtl. Komplikationen bei Narkosen
- Vorhandene Befunde und relevante Krankenhausberichte (z. B. Röntgenbilder, Röntgenpasse, Laborbefunde)
- Diabetiker- und/oder Gerinnungsausweis
- Herzschrittmacher-/Defibrillator-, Klappen- oder Prothesenausweis
- Patientenverfügung und/oder Vollsorgevollmacht

Das Gespräch

Ist es Ihnen auch schon passiert, dass Sie aus einem Arzttermin kommen und Ihnen dann Fragen einfallen, die Sie hätten stellen wollen, aber vergessen haben? Oder, dass Sie nicht mehr genau wissen, was die Ärztin/der Arzt Ihnen gesagt hat?

Damit Sie nach dem Gespräch nicht mit unbeantworteten Fragen nach Hause gehen, empfehlen wir Ihnen, Ihre Fragen im Voraus aufzuschreiben und diese mit zum Gespräch zu bringen. Es gibt keine dummen Fragen, also notieren Sie alles, was Sie wissen möchten. Falls Sie die Antwort nicht verstehen, zögern Sie nicht, nochmals nachzufragen. Uns ist es sehr wichtig, dass Sie verstehen, worüber wir sprechen.

Bereiten Sie sich auch gerne im Voraus auf **mögliche Fragen vor, die während des Gesprächs gestellt werden können**, wie:

- Was sind Ihre Beschwerden?

- Seit wann haben Sie diese Beschwerden?
- Wann sind die Beschwerden schlimmer und wann geht es Ihnen besser?
- Beeinträchtigen die Beschwerden Ihren Alltag, Ihre Arbeit oder ihre sportliche Aktivität?
- Was ist für Sie im Alltag wichtig? Denken Sie an Familie, Arbeit oder Sport.
- Sind die Beschwerden schon von einer anderen Ärztin/einem anderen Arzt untersucht worden? Wissen Sie noch was das Ergebnis war?
- Wurden diese Beschwerden zuvor behandelt? Wenn ja, welche Behandlung haben Sie erhalten?
- Wie kann die Ärztin/der Arzt Ihnen helfen? Was erwarten Sie?

Nachfolgend geben wir Ihnen gerne noch **ein paar Tipps, um sich die Informationen während des Gesprächs besser merken zu können.**

- **Lassen Sie sich von jemandem begleiten.** Zwei Personen merken sich mehr als eine alleine. Die Begleitung kann Ihnen auch bei den Fragen unterstützen und nach dem Gespräch nach einmal mit Ihnen durchgehen. Außerdem kann sie ggf. Notizen machen, damit Sie die Informationen später in Ruhe nachlesen können.
- **Wiederholen Sie die Informationen in Ihren eigenen Worten,** um sicherzustellen, dass Sie die Informationen richtig verstanden haben.
- **Bedenkzeit, wenn erforderlich.** Es ist möglich, dass Sie sich die vorgeschlagenen Optionen erst in Ruhe überlegen möchten. Sie sind nicht dazu verpflichtet, sofort eine Entscheidung zu treffen. Wenn Sie vor einer schwierigen Wahl stehen, können Sie gerne um Bedenkzeit bitten.
