

# SO BEREITEN SIE SICH GUT AUF IHREN ARZTTERMIN VOR

## Vor dem Termin:

Legen Sie folgende Unterlagen bereit:



-  Versichertenkarte, ggf. Überweisungsschein
-  Impfpass oder andere Gesundheitspässe (z. B. Allergiepass)
-  Medikamentenplan inkl. pflanzlicher Mittel und Nahrungsergänzungsmittel
-  Befunde anderer Ärzte\*



Sie wollen vorab im Internet nach Krankheitsbildern recherchieren? Achten Sie auf die Qualität der Quellen. Empfehlenswert ist die Seite des Bundesministeriums für Gesundheit: [www.gesund.bund.de](http://www.gesund.bund.de)



Nehmen Sie bei Bedarf zum Arzttermin eine Person Ihres Vertrauens mit.

## Beim Arztbesuch:



Bitte Hygienemaßnahmen der Praxis beachten.



Bitte pünktlich sein.

Seien Sie aktiv in der Arzt-Patienten-Kommunikation:



Berichten Sie über den Grund Ihres Arztbesuches. Alle Informationen können für den Arzt wichtig sein, auch Angaben über Allergien, Unverträglichkeiten, Schwangerschaft, Arzneimittelnebenwirkungen.

Informieren Sie den Arzt darüber, welche Medikamente Sie aktuell einnehmen, ob bei Ihnen chronische Krankheiten vorliegen, ob bestimmte Krankheiten in Ihrer Familie häufiger auftreten.

Bei Schmerzen: Berichten Sie seit **wann**, **was**, **wo**, **weh** tut und **wie** sich der Schmerz anfühlt.

Fragen Sie nach Diagnose und Behandlungsempfehlung genau nach:



- Welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es?
- Was sind die Vor- und Nachteile dieser Möglichkeiten?
- Wie wahrscheinlich sind die jeweiligen Vor- und Nachteile?
- Wie lange wird die Behandlung dauern?
- Was kann ich selbst tun?
- Was kostet die Behandlung und gibt es kostengünstigere Alternativen?
- Haken Sie nach, wenn Sie etwas nicht genau verstanden haben.

Zum Abschluss des Gesprächs fassen Sie das Wichtigste noch einmal zusammen. Fragen Sie Ihren Arzt, ob Sie alles richtig verstanden haben. Machen Sie sich gegebenenfalls Notizen zu den wichtigsten Punkten.

## Nach dem Termin:

- Sprechen Sie mit einer vertrauten Person über die verschiedenen Behandlungsmöglichkeiten.
- Denken Sie nach und entscheiden Sie in Ruhe.
- Sind Sie nicht sicher, was Sie tun sollen, können Sie noch einen anderen Arzt fragen.
- Achten Sie auf die Herausgabe der richtigen Medikamente in der Apotheke. Fragen Sie im Zweifelsfall beim Apotheker nach.
- Halten Sie sich an die Vorgaben zur Einnahme der Medikamente bzw. an die empfohlene Behandlung/Therapie.
- Beobachten Sie sich selbst. Wenn Sie Veränderungen an sich wahrnehmen, kontaktieren Sie Ihren Arzt.