

# Gut beraten?

## Wo Sie weitere Informationen oder Hilfsangebote bekommen

- Fragen Sie Ihren Arzt/Ihre Ärztin.
- Suchen Sie eventuell nach Rücksprache mit dem Behandler/der Behandlerin noch einen weiteren Arzt/eine weitere Ärztin auf (Zweitmeinung). Möglicherweise ist dabei eine Abrechnung über die Krankenversicherungskarte nicht möglich und Sie müssen das Beratungsgespräch selbst bezahlen.
- Es gibt zahlreiche Informationsquellen im Internet. Achten Sie auf die Qualität der Informationen. Ein Hinweis auf gute Qualität kann das Qualitätszeichen der Health on the Net Foundation (HON) sein, das für die Ausgewogenheit, Aktualität und Transparenz von Internetinformationen steht.
- Lassen Sie sich von Krankenkassen, Patientenstellen, Selbsthilfeorganisationen oder Verbraucherzentralen beraten. Adressen finden Sie in den örtlichen Telefonbüchern.

Wenn Sie Fragen zu der Checkliste haben, Anregungen geben oder Ihre Erfahrungen schildern wollen, freuen wir uns über Ihren Anruf oder Ihren Brief.

Arbeitskreis PatientInnenrechte  
und -information  
c/o Landesvereinigung für Gesundheit  
Niedersachsen e.V.

Mit freundlicher Unterstützung

- der AOK – Die Gesundheitskasse für Niedersachsen
- des BKK LV Niedersachsen-Bremen
- des IKK LV Niedersachsen
- des Niedersächsischen Ministeriums für Frauen, Arbeit und Soziales
- des Sozialverbandes Deutschland e.V., LV Niedersachsen

© Informationsleitstelle für Patientinnen und Patienten  
in der Landesvereinigung für Gesundheit Niedersachsen e.V.  
Fenskeweg 2, 30165 Hannover  
Tel.: (05 11) 3 50 00 52  
Fax: (05 11) 3 50 55 95  
E-Mail: lv-gesundheit.nds@t-online.de  
Unter [www.gesundheit-nds.de](http://www.gesundheit-nds.de) ist die Checkliste als  
PDF-Datei abrufbar.

Stand der Informationen: August 2002

# Gut beraten?

## Persönliche Checkliste für den Besuch bei Ihrem Arzt/Ihrer Ärztin



# Gut beraten?

## Persönliche Checkliste für den Besuch bei Ihrem Arzt/Ihrer Ärztin

Gesundheit kann nicht einfach verordnet werden. Arzt/Ärztin und Patient/Patientin müssen bei einer medizinischen Behandlung eng und vertrauensvoll zusammenarbeiten. Dafür ist es wichtig, dass Sie sich mit Ihrem Arzt/Ihrer Ärztin beraten und gründlich informieren lassen. Gerade bei schwereren Erkrankungen oder Entscheidungen für bestimmte Behandlungs- oder Diagnoseverfahren ist eine sorgfältige Information notwendig.

### Als Patient oder Patientin haben Sie einen Anspruch darauf.

Häufig fühlen sich Patienten/Patientinnen nach einem Besuch bei ihrem Arzt/ihrer Ärztin jedoch von der Fülle der Informationen überwältigt oder haben den Eindruck, dass sie längst nicht alles wissen, was sie interessiert. Unsere Checkliste hilft Ihnen,

- sich auf den Besuch gut vorzubereiten und
- die Qualität eines Gespräches zu bewerten.

Die Checkliste basiert auf anerkannten Kriterien für gute Gesundheitsinformationen.

*Bitte nehmen Sie sich einige Minuten Zeit und gehen Sie die folgenden Fragen durch. Zu manchen Fragen finden Sie kurze Beispiele. Hinweis: Von den Fragen treffen möglicherweise nicht alle auf Ihre konkrete Situation zu.*

### Daran sollten Sie vor dem Besuch denken:

- Haben Sie eine Vermutung, woher Ihre Beschwerden kommen?
- Was erwarten Sie von diesem Besuch?  
*z. B. bestimmte Behandlungsverfahren, Rezept, Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung*
- Welche Unterlagen müssen Sie mitnehmen?  
*z. B. Krankenversicherungskarte, Impfausweis, Patientenpass/Patientinnenpass, Vorbefunde (z. B. Röntgenbilder, ärztliche Berichte)*

### Daran sollten Sie während des Gespräches denken:

- Ist das Gespräch für Sie verständlich?  
*Können Sie die Zusammenhänge verstehen, werden Fremdwörter erklärt?*
- Wird das Ziel der Behandlung für Sie selbst deutlich?
- Welche Wirkungen sind bei vorgeschlagenen Maßnahmen zu erwarten oder in Kauf zu nehmen? *z. B. Nutzen, Risiken, Auswirkungen auf den Alltag*



- Wird begründet, warum gerade diese Behandlung oder Untersuchung für Sie empfehlenswert ist?

- Gibt es Gründe, vorläufig nicht in den Krankheitsverlauf einzugreifen und zunächst abzuwarten und zu beobachten?

- Bestehen Alternativen zu der vorgeschlagenen Untersuchung oder Behandlung?  
*z. B. gibt es andere Untersuchungsverfahren oder Therapien, wie wirken diese?*

### Wie Sie das Gespräch nachbereiten können:

- Sind Sie mit dem Gesprächsverlauf und dem Besuch bei Ihrem Arzt/Ihrer Ärztin insgesamt zufrieden?

- Welche Empfehlungen nehmen Sie mit nach Hause?

- Welche weiteren Schritte müssen Sie einleiten?

- Gibt es für Ihr Krankheitsbild weiterführende Informations- und Hilfsangebote? *z. B. Broschüren, Selbsthilfegruppen oder Internetangebote*