



Nützliche Telefonnummern

144 Sanität, Notfalltransporte und Helikopter

061 261 15 15 Ärzte, Zahnärzte, Apotheken: Notfalldienst

061 686 96 00 Spitex, Hilfe und Pflege zu Hause

061 205 32 52 Abteilung Langzeitpflege

Abteilung Prävention

Gesundheitsdepartement Basel-Stadt

St. Alban Vorstadt 19

CH-4052 Basel

Tel. +41 61 267 45 20

abteilung.praevention@bs.ch

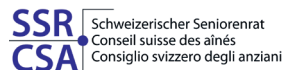
www.gesundheitsdienste.bs.ch

www.seniorenbasel.ch

Partner



prosenectutebasel



Der Leitfaden wurde im Original vom Schweizerischen Seniorenrat in Zusammenarbeit mit der FMH erarbeitet und von der Gesundheitsförderung Schweiz unterstützt.



Gesundheitsdepartement des Kantons Basel-Stadt

Gesundheitsdienste

► Abteilung Prävention

**SENIOREN FORUM
BASEL-STADT**

SENIORENORGANISATIONEN UND KANTON ALS PARTNER

Tipps für den Arzttermin



Zur Vorbereitung
des Besuchs
bei Ihrem Arzt/
Ihrer Ärztin



1

Vorbereitung des Arztbesuches

Dieser Leitfaden soll Ihnen helfen, Ihren nächsten Arztbesuch optimal vorzubereiten.

Der Leitfaden ist in zwei Teile eingeteilt. Der erste Teil hilft Ihnen Ihre Beschwerden und Anliegen zu sammeln und zu kommunizieren. Der zweite Teil besteht aus einer Liste von Fragen, welche Ihnen helfen soll beim Arztbesuch keine Frage zu vergessen. Wenn Sie einen festen Termin mit Ihrem Arzt vereinbart haben, überlegen Sie sich mit Hilfe der Liste im zweiten Teil, was Sie Ihren Arzt Fragen wollen.

Tipps

Wenn nötig nehmen Sie Unterlagen wie Impfausweis, Blutgruppen-Ausweis oder Röntgenbilder mit.

Wenn Sie sich unsicher fühlen, nehmen Sie eine Vertrauensperson mit!

Halten Sie fest, an welche Ärztinnen und Ärzte, Institutionen (z.B. Altersheim, Pflegeheim) oder Personen die Informationen über Sie weiter gegeben werden dürfen.

Überlegen Sie sich gut, welche Beschwerden Sie verspüren und erstellen Sie eine Liste:

Wo haben Sie Beschwerden (z.B. Schmerzen)? Seit wann?
Sie können diese auch auf der Figur auf der nächsten Seite einzeichnen.

Welche Fähigkeiten haben sich in letzter Zeit verschlechtert? Seit wann?

Wie fühlen Sie sich gesamthaft?

Damit ihr Arzt bzw. Ärztin Sie beraten kann benötigt er/sie möglichst viele Informationen. Informieren Sie ihn/Sie über eventuelle Vorkrankheiten

Über Medikamente; schreiben Sie auf welche Sie zur Zeit oder dauernd einnehmen müssen.

Erwähnen sie beim Arztbesuch ihre wichtigsten Anliegen anhand der oben erstellten Liste und bitten Sie um genügend Zeit.



Notizen

Tipp

Stellen sie kurze, klare Fragen und stellen Sie nur eine Frage auf einmal

2

Fragen und Anliegen während des Arztbesuchs

- Wie heisst die genaue Diagnose/der Name meiner Krankheit? (Eventuell lassen Sie es sich leserlich aufschreiben.)

- Wie wirkt sich die Krankheit auf meine Lebensqualität aus? Vielleicht kann der Arzt/die Ärztin Ihnen einen möglichen Verlauf schildern.

- Welche verschiedenen Behandlungsmöglichkeiten gibt es?

- Was sind deren Wirkungen, Risiken und Nebenwirkungen?

- Benötige ich nun ständig Medikamente? Wofür brauche ich Sie?

- Welche Nebenwirkungen muss ich beachten?

Tipp

Fragen Sie nach, wenn Ihnen eine Antwort unklar oder unverständlich ist.

- Wie muss ich die Medikamente einnehmen?

- Könnten eventuell Alternativmethoden zusätzlich helfen?

- Was kann ich selbst zur Unterstützung der Behandlung oder Therapie beitragen (z.B. in Bezug auf die Ernährung, körperliches Training und anderes)?

- Wie kann mich mein Umfeld (Kinder, Ehepartner, Freunde, Nachbarn etc.) unterstützen?

- Kann meine Krankheit geheilt werden oder ist nur eine Linderung der Schmerzen/Beschwerden möglich?

Tipp

Lassen Sie sich nicht zu einem Entscheid drängen.

- Ist diese/eine Operation unumgänglich? Welche Risiken sind dabei?

- Bevor ich mich für diese/eine Operation entscheide, möchte ich eine Zweitmeinung von einem anderen Arzt/Ärztin einholen. Können Sie mir einen anderen Arzt empfehlen? (Fragen Sie bei der Krankenkasse nach, ob eine Zweitmeinung bezahlt wird.)

- Gibt es Möglichkeiten, mit einem Patient oder einer Patientin, welche die gleiche Krankheit hat, zu reden oder eine Selbsthilfeorganisation zu kontaktieren?

- Sprechen Sie den Arzt auf die Möglichkeit einer Patientenverfügung an (dieses Papier regelt die medizinischen Massnahmen im Falle einer schweren Krankheit, wenn Sie selbst nicht mehr entscheidungsfähig sind).

- Wo erhalte ich Unterstützung für den Alltag? (Haushalt, Mittagessen)
