



Bereit für Ihren Arzttermin Checkliste zum Ausfüllen und Mitnehmen

Die Fragen im Leitfaden helfen Ihnen, an die wichtigen Punkte zu denken. Die Aufzählung ist nicht abschliessend, denn jeder Mensch und jede Behandlung ist individuell. Notieren Sie die für Sie wichtigen Informationen und Fragen, die Sie Ihrem Arzt stellen wollen.

Meine Informationen für den Arzt

Wie geht es mir zurzeit (körperlich und psychisch)?



Welches sind die Beschwerden, wegen denen ich heute in der Praxis bin? Wann und wie äussern sie sich?



Habe ich verordnete Medikamente nicht mehr eingenommen? Wenn ja, aus welchem Grund? Nehme ich zusätzliche Medikamente oder Nahrungsergänzungsmittel ein?



Hat sich in meinem Alltag etwas verändert (Lebens- und Ernährungsweise, berufliche oder private Situation)? Macht mir etwas Sorgen?



.....

.....

Habe ich wieder mit Rauchen angefangen oder mit Sport aufgehört?



.....

.....

Weitere Informationen für meinen Arzt



.....

.....

.....

Meine Fragen an den Arzt

Ich möchte mehr über meine Krankheit wissen (Einfluss auf Lebensqualität und Lebenserwartung, Verlauf stabil oder fortschreitend, spezielle Massnahmen usw.).



.....

.....

Ich möchte mehr zur Behandlung wissen (Medikamente, Eingriffe, Implantate, mögliche Alternativen usw.).



.....

.....

Wie kann ich selber mit einem gesunden Lebensstil zu meiner Genesung beitragen? Wo finde ich eine Herzgruppe in meiner Region?



.....

.....

Was muss ich beim Aufenthalt in den Bergen oder bei der Ferienplanung berücksichtigen?



Ich habe ein persönliches Problem (Niedergeschlagenheit, Ängste, Ehekonflikt, Mobbing am Arbeitsplatz, psychische Belastung durch Betreuung von Angehörigen, finanzielle oder sexuelle Probleme usw.).



Ich habe beim letzten Arztbesuch etwas nicht genau verstanden oder fühlte mich missverstanden.



Weitere Fragen an meinen Arzt



Zum Arztbesuch mitnehmen, falls vorhanden:

- Medikamentenliste (sollte auf dem neuesten Stand sein)
- Blutdruck-Pass
- Herztagebuch
- Gerinnungshemmungs-Ausweis (Quick-/INR-Karte)
- Herzschrittmarker-Ausweis

Zusätzliche Exemplare der Checkliste «Bereit für Ihren Arzttermin» können Sie bei der Schweizerischen Herzstiftung bestellen oder herunterladen auf www.swissheart.ch/publikationen



Schweizerische Herzstiftung

Aktiv gegen Herzkrankheiten und Hirnschlag

Tipps für den Arzttermin

So sind Sie die ideale Partnerin oder der ideale Partner beim Arzt-Patienten-Gespräch:

- Sie bereiten sich auf den Arztbesuch vor und notieren Ihre Beobachtungen zu Ihrer Krankheit und Ihren Beschwerden.
- Sie nehmen eine Checkliste mit den für Sie wichtigsten Informationen und Fragen mit, damit Ihnen das Hauptanliegen nicht erst beim Hinausgehen einfällt.
- Sie drücken sich klar aus und bleiben beim Thema.
- Sie geben ehrlich Auskunft – auch wenn Sie etwas belastet (nicht nur körperlich) oder Ihnen Angst macht.
- Sie fragen nach, wenn Sie etwas nicht verstanden haben.
- Sie haben den Mut, auch Fragen zu stellen, die Ihnen unangenehm sind.
- Sie informieren Ihren Arzt, wenn Sie eine vereinbarte Therapie nicht befolgen oder Medikamente nicht nehmen wollen oder können. Oder wenn Sie zusätzliche, selbst gekaufte Präparate einnehmen, alternative Therapien (Homöopathie, TCM usw.) machen oder mit dem Rauchen wieder angefangen haben.
- Bei Kommunikationsproblemen, Missverständnissen oder Konflikten suchen Sie das Gespräch mit Ihrem Arzt.