

Wie bereitet man sich gut auf das Arztgespräch vor?

Autorin: Katharina Wollman M. Sc.

Erstmals veröffentlicht: 20.05.2021

Das Gespräch mit dem Arzt kann manchmal verunsichern. Dabei sollte es die Gelegenheit bieten, alle Fragen zu stellen und Unklarheiten auszuräumen. Um nichts zu vergessen, ist es sinnvoll, sich vor dem Gespräch vorzubereiten. Überlegen Sie sich vor dem Gespräch mit dem Arzt in Ruhe, was Sie dabei erreichen wollen.

Was möchten Sie vom Arzt wissen und was möchten Sie dem Arzt von Ihren Beschwerden, aber auch von Ihren Befürchtungen oder Wünschen hinsichtlich der Behandlung mitteilen? Was soll für Sie persönlich durch die Behandlung besser werden, z. B. weniger Schmerzen oder bessere Beweglichkeit? Inwieweit möchten Sie in die Behandlungsplanung miteinbezogen sein?

Es kann Ihnen helfen, wenn Sie sich Ihre Fragen vorab auf einen Zettel notieren, so vergessen Sie während der Besprechung mit dem Arzt nichts Wichtiges. Die Fragen können Sie gemeinsam mit dem Arzt durchgehen. Nutzen Sie die Gelegenheit, selbst aktiv zu werden und im Prozess der Diagnosefindung beteiligt zu sein, indem Sie Ihrem Arzt Fragen stellen. So können Sie ihm helfen, die richtige Diagnose zu finden.

Schreiben Sie sich Ihre neuen Beschwerden und Probleme so genau wie möglich auf. Was hat sich seit dem letzten Gespräch verändert (Schmerzen, Medikamente, Gefühle, Alltagsprobleme)?

Checkliste: Wichtige Fragen an Ihren Arzt

Damit Sie mit einem guten Gefühl aus dem Gespräch gehen, haben wir hier wichtige Fragen für Sie gesammelt, die Sie Ihrem Arzt stellen können.

- Wie wird das vorliegende Gesundheitsproblem bzw. die Krankheit **bezeichnet**?
- Was sind die **Ursachen** der Symptome oder Erkrankung?
- Kann ich die Symptome oder Erkrankung durch mein **eigenes Verhalten** beeinflusst haben, z.B. durch zu viel körperliche Arbeit oder fehlende sportliche Betätigung?
- Welche **Folgen** kann die Krankheit haben?
- Welche **Behandlungsmöglichkeiten** gibt es?
- Was kann ich selbst tun, damit die Symptome nachlassen und um die Krankheit **positiv zu beeinflussen**?
- Was sind die möglichen **Vor- und Nachteile** der Behandlungen, die infrage kommen?
- Wie gut sind die Behandlungen **wissenschaftlich** untersucht?
- Was passiert, wenn ich **abwarte**?