
Nichts über mich ohne mich - Der Patient als Teil des Behandlungsteams

Prof. Dr.
Sylvia Säger
SRH Hochschule für Gesundheit Gera

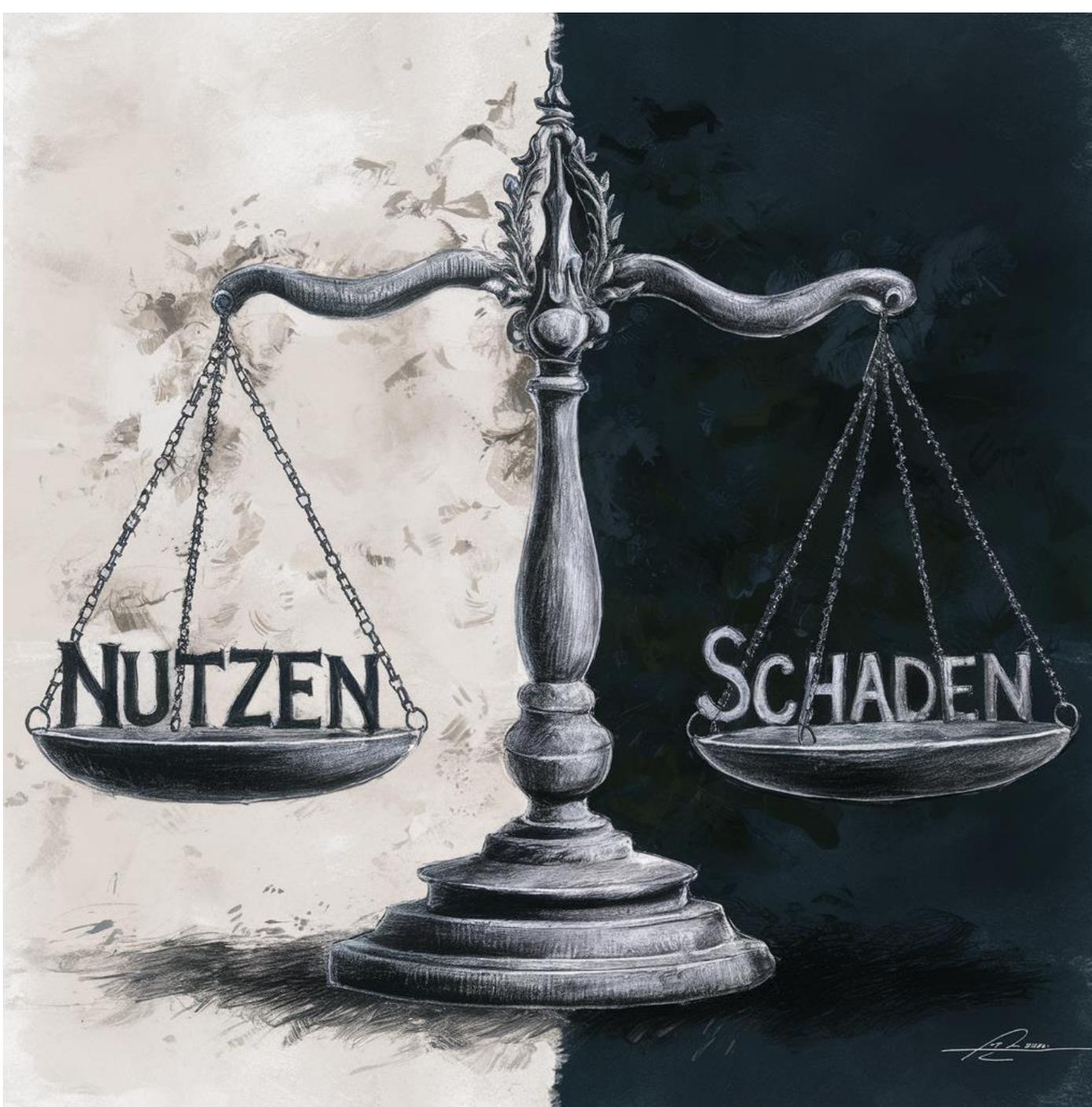




patiens...

geduldig, ertragend,
willig, genügsam, leiden,
hinnehmen, überstehen,
zulassen, überleben, von
etwas betroffen werden,
**beharrlich sein, nichts
unversucht lassen...**

<https://www.navigium.de/latein-woerterbuch/patients>



Es geht um Entscheidungen!

Soll ich zur Früherkennung gehen?

Welche Behandlung ist die Beste für mich?

Wer ist wofür zuständig?

Welchen Informationen kann ich vertrauen?

Was, wenn ich nicht mit meinen Ärzten reden kann?

....

Unser Gesundheitssystem



INFORMATIONSFLOT

Wir ertrinken in
Informationen und
hungern nach
Wissen

John Naisbitt,
Trend- und Zukunftsforscher



Die Arzt-Patienten- Beziehung



**Die gute Nachricht: Jeder Mensch hat Ressourcen!
Aktivieren Sie Ihre!**

Salutogenese-Modell nach Aaron Antonovsky





A woman in a white lab coat and glasses is pointing her right index finger towards an elderly woman. The elderly woman, wearing a red and white striped sweater and glasses, is smiling and pointing her left index finger back towards the woman in the lab coat. They are standing against a plain white background.

**Patienten und
Ärzte als Partner!**

**Patienten als
Experten in
eigener Sache!**

Der „Expertenpatient“...



...kennt seine Rechte und Pflichten

- ...kann Gesundheitsinformationen finden und bewerten
- ...beteiligt sich an allen Entscheidungen
- ... kann Arztgespräche erfolgreich führen

Das **Patientenrechtegesetz**

- bringt umfassende und verständliche Informationen für Patientinnen und Patienten
- ermöglicht **Arzt-Patienten-Gespräche auf Augenhöhe** und
- stärkt die Rechte der Versicherten gegenüber den Leistungserbringern.





**Ratgeber
für Patientenrechte**

Informiert und selbstbestimmt

Rechte bei der medizinischen Behandlung

(Behandlungsvertrag, **Information und Aufklärung**,
Einwilligung, besondere Lebenssituation,
Einsichtsrecht in die Patientenakte, IGeL)

Rechte als Krankenversicherter

(Beiträge, Kassenwahl, Widerspruch gegen
Entscheidungen)

Rechte bei Behandlungsfehlern

(Fehler erkennen, Schadens- und Streitfall)

Sozialgesetzbuch, 5. Buch

§ 1 Solidarität und Eigenverantwortung

...Die Versicherten sind für **ihre Gesundheit mitverantwortlich**; sie sollen durch eine **gesundheitsbewusste Lebensführung**, durch **frühzeitige Beteiligung an gesundheitlichen Vorsorgemaßnahmen** sowie durch **aktive Mitwirkung an Krankenbehandlung und Rehabilitation** dazu beitragen, den Eintritt von Krankheit und Behinderung zu vermeiden oder ihre Folgen zu überwinden....



Es ist **Ihr** Körper, **Ihre** Krankengeschichte und es geht um **Ihre** Gesundheit. Werden Sie selbst aktiv!

Informieren Sie sich über Ihre Rechte und haben Sie den Mut, diese auch einzufordern.

Seien Sie informiert über sich selbst und Ihre Krankengeschichte, Allergien und Medikamente, die Sie nehmen.

Der „Expertenpatient“...

- ...kennt seine Rechte und Pflichten



...kann Gesundheitsinformationen finden und ihre Qualität bewerten

- ...beteiligt sich an allen Entscheidungen

- ... kann Arztgespräche erfolgreich führen

Mein Ziel als Patient:

Ich will Informationen, die

- dem **aktuellen Wissensstand entsprechen**
und
- die ich **verstehen** kann!

Gesundheitsinformationen „machen“ etwas mit uns:

- wir tun oder lassen etwas
- wir kaufen oder verlangen etwas
- wir entscheiden uns für oder gegen etwas
- wir erwarten eine Bestätigung unserer Meinung
- wir suchen nach Bestätigung, dass wir richtig informiert wurden
- wir suchen nach Beruhigung
- ...

Information der 30er Jahre...

AUCH DU bist krebgefährdet

Krebs ist nicht nur eine Krankheit des Alters, ein Viertel aller Krebserkrankungen tritt unter 40 Jahren auf.

DU BIST SOGAR BESONDERS GEFÄHRDET, WENN DU

- mit Teer, Pech, Paraffin, Anilin dauernd umzugehen hast,
- beruflich radio-aktiven und Röntgen-Strahlen ausgesetzt bist,
- unmäßig rauchst (Raucherkrebs),
- durch unvernünftiges Essen und Trinken die Anfälligkeit der Verdauungswege erhöhst,
- durch unvernünftige Arbeitsweise deine Organe übermäßig mechanischen Reizen aussetzt!

DARUM SUCHE VERMEIDBARE FEHLER

(unvernünftige Lebensweise, Rauchen usw.) auszuschalten und unvermeidbaren Gefahren durch krebserhöhende Maßnahmen zu begegnen. Vor allem achte sorgsam auf alle krebserdächtige Anzeichen.

denn der Beginn einer Krebserkrankung gibt dich **LEIDER NICHT DURCH SCHMERZEN** zu erkennen!

BEI RECHTZEITIGER ERKENNUNG IST KREBS HEILBAR!

BEIM GERINGSTEN VERDACHT SOFORT ZUM ARZT!

BEDENKE:



heute

twitter

Google Deutschland



DOC INSIDER .DE was? (Fachbezeichnung, Symptom, Name) wo? (z.B. Ort, PLZ) Finden

VON PATIENTEN EMPFOHLEN

Ärzte Gesundheitsanbieter Fragen und Antworten Medikamentensuche

Bewerten Sie Ihre Ärzte und Gesundheitsanbieter auf DocInsider!

Was Sie hier erwartet:

- > Finden Sie unter 370.000 Ihren Gesundheitsanbieter
- > Nutzen Sie die Arztsuche
- > Bewerten Sie Ihren Arzt
- > Empfehlen Sie Ihren Arzt Ihren Freunden und Bekannten
- > 2.500 Ärzte und Gesundheitsanbieter beantworten Ihre Fragen
- > Lassen Sie sich per SMS an Ihren Termin erinnern

Online-Sprechstunde

Fragen Sie! 800 und Gesundheitsantworten Ihnen.

Frage stellen

ZEITpunkte

Das Magazin zu Themen der ZEIT

Wie gesund sind Sie?

Die großen Krankheiten
Neue Erkenntnisse
Therapien der Zukunft

Den Blutzucker natürlich im Griff

Ärzte und Diabetesexperten empfehlen jetzt zusätzlich Naturtropfen aus der Apotheke als wirksamen Bestandteil der Diabetestherapie: Glycwohl (rezeptfrei).

Das oberste Ziel der Diabetestherapie ist die dauerhafte Senkung des Blutzuckerspiegels. Bereits eine 1%ige Senkung des Langzeitblutzuckerwertes (HbA1c) kann diabetesbezogene Risiken wie folgt senken:

- Todesfälle um 25%
- Herzinfarkte um 18%
- Schlaganfälle um 15%

Doch jeder zweite Diabetiker erreicht laut einer aktuellen Studie seine Zielwerte nicht.

Blutzucker natürlich im Griff

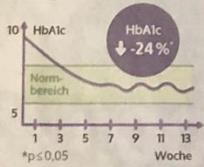
Die gute Nachricht: Extrakte des Jambulbaums können den Blutzucker auf ganz sanfte und natürliche Weise senken. In Deutschland gibt es die Extrakte des Jambulbaums jetzt als zugelassenes Arzneimittel in der Apotheke: Glycwohl.

Senkt nachweislich den Blutzucker

In über 70 Untersuchungen konnten die Extrakte des Jambulbaums blutzuckersenkende Eigenschaften nachweisen. 2016 konnte in einer neuen Studie mit den Extrakten des Jambulbaums als Zusatztherapie bei Metformin-Patienten eine Senkung des Blutzuckerspiegels **um bis zu 24%** innerhalb von 3 Monaten erzielt werden – und das ohne Änderung des Lebensstils.

Klinisch bestätigt

Sanfte Senkung und Regulierung des Langzeitblutzuckerwertes (HbA1c)^{1,2}



Schutz der Bauchspeicheldrüse

Zusätzlich können die Inhaltsstoffe der Jambulbaum-Extrakte die Regeneration der empfindlichen Zellen der Bauchspeicheldrüse fördern und diese schützen. Damit kann eine langfristige körpereigene Insulinproduktion sichergestellt werden.

Von Ärzten und Apothekern empfohlen

Glycwohl kann allein oder ergänzend zu der vom Arzt verordneten Therapie eingesetzt werden. Es hat keine bekannten Neben- oder Wechselwirkungen, weshalb es ideal für die Dauertherapie geeignet ist. Bewährt hat sich eine tägliche Dosierung von 6 mal 5 Tropfen in den ersten 3 Monaten und anschließend 3 mal 5 Tropfen täglich. Da zeigen sich besonders gute Ergebnisse.

Fazit

Glycwohl ist die ideale Ergänzung der ärztlichen Diabetestherapie. Fragen Sie noch heute in Ihrer Apotheke nach Glycwohl (rezeptfrei).

Für Ihren Apotheker

Alle Vorteile auf einem Blick

- ✓ für einen gesunden Blutzuckerspiegel¹
- ✓ für eine starke Bauchspeicheldrüse²
- ✓ die ideale Ergänzung Ihrer ärztlichen Diabetestherapie

Glycwohl 50ml PZN: 13749314
Glycwohl 100ml PZN: 13749320

www.glycwohl.de



Sven-David Müller

Verlag Mainz
M
RATGEBER & SACHBÜCHER
EDITION LEVER ESSEN

ZIMT GEGEN ZUCKER

Der natürliche Helfer bei hohem Blutzucker
Praxistipps für Diabetiker Typ 2

MIT SPEZIELLEM DIABETES-ERNÄHRUNGSPLAN

Kann ich dem trauen?

Allgemeines Anzeiger Jena 11.03.20



patienteninformation diabetes mellitus

 All

 Images

 News

 Videos

About 77.700 results (0,39 seconds)



**„Im Internet nach
(Gesundheits)-
informationen zu suchen ist
wie Wasser aus einem
Feuerwehrschauch zu
trinken.“**

Quelle
Mitchell Kapur
US amerikanischer Softwareentwickler

Was ist
überhaupt
„zuverlässiges“
Wissen?



Qualität von Informationen zu Erkrankungen / Gesunderhaltung

Eine gute Gesundheitsinformation:

- nennt „Ross und Reiter“
- stützt sich auf das „bestverfügbare Wissen“
- ist aktuell und gültig (wird regelmäßig aktualisiert)
- ist ausgewogen und unbeeinflusst von Interessen
- beschreibt alle Maßnahmen, die in Frage kommen einschließlich Verzicht auf eine Maßnahme
- erklärt verständlich mit welcher Wahrscheinlichkeit Nutzen und Nebenwirkungen auftreten
- Beschreibt Unsicherheiten
- ermöglicht eine individuelle Nutzen-Schaden-Abwägung
- berücksichtigt die Patientensicht
- Aber: kann das Arzt-Patienten-Gespräch nicht ersetzen

Vertrauenswürdige Portale



www.gesundheitsinformation.de



www.gesund.bund.de



www.patienten-information.de



www.ddg.info

Informationen zu Erkrankungen / Gesunderhaltung

Vertrauenswürdige Portale

Was hab' ich?

www.washabich.de

Befundübersetzungen. Patient:innen erhalten leicht verständliche Erläuterungen ihrer medizinischen Befunde – kostenlos und anonym. Ehrenamtlich erstellt von einem großen Mediziner:innen-Team.

Für Übersetzung anmelden

Linksammlung zu geprüften Angeboten

<https://www.sylvia-saenger.de/Patientenwegweiser/>

Suchergebnisse

187 Fundstellen für den Begriff „Diabetes“

Alle Beiträge (180)

Schlagwörter (7)

www.gutepillen-schlechtepillen.de

Alle Beiträge

Beiträge aller Rubriken und Themen

1 2 3 ... 14 15

[WEITER →](#)



ARTIKEL / DIABETES

€ Diabetes-Medikamente: Probleme mit der Galle

Neue Analysen liefern weitere Erkenntnisse zu Medikamenten, die bei Typ-2-Diabetes eingesetzt werden. Einheitliche Warnhinweise fehlen aber.



KURZ UND KNAPP / DIABETES / TESTS UND DIAGNOSTIK

Diabetes: HbA1c-Wert zur Diabetes-Früherkennung?

Ist es sinnvoll, in der Hausarztpraxis auf eigene Kosten als IGeL den HbA1c-Wert bestimmen zu lassen, um



ARTIKEL / DIABETES / KRANKHEITEN / MEDIZIN / NEBENWIRKUNGEN

€ Dapagliflozin: Aus bei Typ-1-Diabetes

AstraZeneca verzichtete Ende - Oktober 2021 bei seinem Mittel Dapagliflozin auf die Zulassung für Typ-1-Diabetes. Erst zwei



LESERBRIEFE / DIABETES / NAHRUNGSERGÄNZUNGSMITTEL

€ SugaNorm: Wenig vertrauenswürdig bei Diabetes

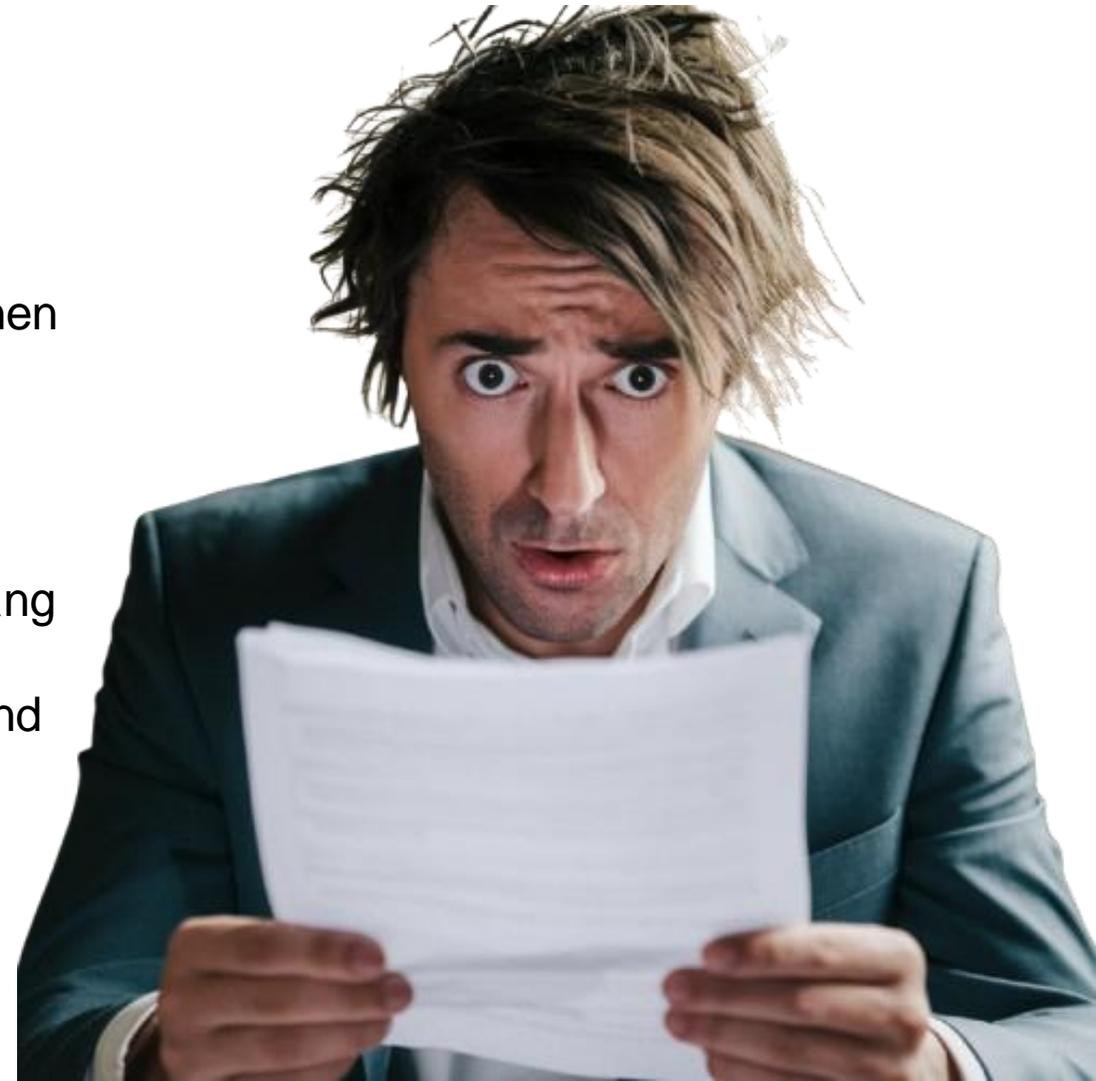
Bei dem gegen Diabetes beworbenen Produkt SugaNorm schrillen alle Alarmglocken.

Informationen können auch verunsichern.

Beispiel: Beipackzettel

... Mögliche Nebenwirkungen sind: Kopfschmerzen, Bauchschmerzen, Koliken, Übelkeit, Erbrechen, Durchfall, Verstopfung, suchtartiges Verhalten und Appetitlosigkeit. Es können auftreten: Juckreiz, Hautausschläge, Nesselsucht, asthmatische Beschwerden, Atemnot und allergische Reaktionen bis zum anaphylaktischen Schock.

Bei längerer Einnahme sind Fälle von Übergewicht, erhöhten Cholesterinwerten, Bluthochdruck, Zuckerkrankheit und Mangelernährung bekannt geworden. In diesem Zusammenhang kann die Einnahme auch zu hohem Fieber, Nierenversagen, Nervenausfällen, Erblindung, Bewusstlosigkeit, Schlaganfall und Herzinfarkt führen. ...





Wie gut ist die Information, die Sie lesen? – Eine Checkliste



Diese fünf formalen Kriterien sollten in jedem Fall erfüllt sein:

Autoren / Anbieter	Die Autoren / Anbieter der Information werden mit ihrer fachlichen Qualifikation angegeben.	<input type="checkbox"/>
Ziel	Es geht aus der Information hervor, an wen sich die Information wendet und welchen Zweck sie verfolgt.	<input type="checkbox"/>
Aktualität	Die Aktualität der Gesundheitsinformation ist beurteilbar, weil das Erstellungsdatum der Information angegeben ist.	<input type="checkbox"/>
Verständlichkeit	Die Gesundheitsinformation ist verständlich und übersichtlich aufgebaut. Fachbegriffe sind erklärt und Sachverhalte werden neutral dargestellt.	<input type="checkbox"/>
Finanzierung	Die Finanzierung der Information (durch Sponsoren, Werbekunden etc.) ist offen gelegt. Falls Werbeinhalte aufgeführt sind, dann sind diese deutlich gekennzeichnet und abgegrenzt.	<input type="checkbox"/>

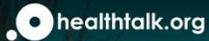
https://www.bundesgesundheitsministerium.de/fileadmin/Dateien/3_Downloads/G/Gesundheitsziele/Checkliste_fuer_Gesundheitsinformationen.pdf

Diese fünf Kriterien sind abhängig vom Inhalt der jeweiligen Gesundheitsinformation:

Verlässlichkeit	Die wesentlichen Aussagen sind mit mindestens einer Quellenangabe (z.B. wissenschaftlicher Studie) versehen. Dabei sind Art und Aktualität der Quelle mit aufgeführt.	<input type="checkbox"/>
Vollständigkeit	Bei krankheitsbezogenen Angaben werden Häufigkeit, Symptome, Früherkennung, Untersuchung und Behandlung angeführt. Weiterführende Literatur, Kontaktadressen und Beratungsmöglichkeiten sind angegeben.	<input type="checkbox"/>
Maßnahmen	Maßnahmen (z.B. gesunde Ernährung oder medizinische Behandlungen) sind in ihrer Wirkung beschrieben und verglichen. Es wird darauf hingewiesen, dass die Information einen evtl. notwendigen Arztbesuch nicht ersetzen kann.	<input type="checkbox"/>
Nutzen und Risiken	Nutzen (z.B. Lebensdauer, Lebensqualität) und Risiken (z.B. Nebenwirkungen) sind beschrieben. Wahrscheinlichkeiten von Erfolg, Misserfolg, etc. sind dargestellt.	<input type="checkbox"/>

Foren und Erfahrungsberichte

[Login to DiPex+](#) [Using healthtalk in education](#) [Work with us](#)

 healthtalk.org

Real people. Real life experiences.

Thousands of people have shared their experiences of health on film to help you understand what it's really like, from people who've been there.

[See an A-Z of topics](#)

[Startseite](#) [Erfahrungsbereiche](#) [Über uns](#) [Förderung](#) [Publikationen](#) [Kontakt](#)

Website durchsuchen

krankheitserfahrungen.de



Erfahrungen mit Gesundheit, Krankheit und Medizin

- AD(H)S bei Kindern und Jugendlichen
- Brustkrebs
- Chronisch-entzündliche Darmerkrankungen
- Chronischer Schmerz
- COVID-19
- Darmkrebs
- Diabetes Typ 2
- Epilepsie
- Essstörungen: Anorexie und Bulimie
- Medizinische Reha
- Prostatakrebs

Willkommen

Auf dieser Internetseite erzählen Menschen von ihrem Leben zwischen Gesundheit und Krankheit, von ihren Erfahrungen mit der Medizin, von Veränderungen in ihrem Alltag und von Unterstützung, die sie erhalten.

krankheitserfahrungen.de ist ein Projekt von DIPEX Germany, das am [Institut für Sozialmedizin und Epidemiologie der Medizinischen Hochschule Brandenburg Theodor Fontane](#) angesiedelt ist und zurzeit von der [Krebsallianz](#) gefördert wird.





NAKOS

Nationale Kontakt- und Informationsstelle
zur Anregung und Unterstützung
von Selbsthilfegruppen

www.nakos.de

LAKOST

Landeskontaktstelle für
Selbsthilfe Thüringen e. V.

<https://www.selbsthilfe-thueringen.de>



Stiftung
Unabhängige Patientenberatung
Deutschland

[Startseite](#) [Beratungsangebot](#) [Informationen](#) [Presse](#) [Karriere](#) [Über uns](#)

Wir beraten und informieren

Wir helfen allen Menschen in gesundheitlichen und gesundheitsrechtlichen Fragen

Kostenfreie Beratungsnummer:

 **0800 011 77 22**

Montag, Dienstag und Donnerstag: 09.30 – 12.00 Uhr und 15.00 – 17.00 Uhr

Mittwoch und Freitag: 09.30 – 14.00 Uhr

<https://www.patientenberatung.de>

Gesundheits-Apps

Lifestyle Apps

Ernährung
Bewegung
Wellness
Fitness

Service Apps

Erinnerungen
Medikamente
Warn-Apps
(Corona)

Medizin- Apps

Hohe gesetzliche
Anforderungen
Kein Arztersatz!
tw. auf Rezept oder
mit Genehmigung
der Krankenkasse

Diagnostik > Datenmanagement > Apps für Menschen mit Diabetes

DIGAs

Bernhard Kulzer, 21.02.2024

Apps für Menschen mit Diabetes



Die App auf Rezept

Im Bereich "Hormone und Stoffwechsel" sind 5 DiGAs gelistet. Zwei Apps bieten Menschen mit Typ-2-Diabetes eine Unterstützung zur Lebensstiländerung an, zwei Apps sind zur Unterstützung einer Gewichtsreduktion zugelassen. Eine App richtet sich an Menschen mit Diabetes und depressiven Verstimmungen bzw. Depressionen.

Gesundheits-Apps

<https://www.aps-ev.de/app-checkliste/>



The image shows a screenshot of the website 'Aktionsbündnis Patientensicherheit'. The header features the organization's logo on the left, a search bar with the text 'Suche' and an empty input field, and navigation links for 'Mitglieder LOGIN', 'Kontakt', and 'Presse' on the right. Social media icons for Twitter and LinkedIn are also present. Below the header is a dark blue navigation bar with white text links: 'ÜBER UNS', 'AKTUELLES & TERMINE', 'PATIENTEN', 'PUBLIKATIONEN', 'ARBEITSGRUPPEN', 'PROJEKTE', and 'UNTERSTÜTZER'. The main content area has a white background with the word 'CHECKLISTE' in large blue letters. Below this is a large teal banner with a white box containing the text 'Checkliste für die Nutzung von Gesundheits-Apps' in red. The banner also features a graphic of a hand holding a smartphone with various health-related icons (like a first aid kit, a person, a pill, a heart rate monitor, and a document) floating around it.

**AKTIONSBÜNDNIS
PATIENTENSICHERHEIT**

Suche

Mitglieder LOGIN Kontakt Presse

AAA 

ÜBER UNS **AKTUELLES & TERMINE** **PATIENTEN** **PUBLIKATIONEN** **ARBEITSGRUPPEN** **PROJEKTE** **UNTERSTÜTZER**

CHECKLISTE

**Checkliste für die
Nutzung von Gesundheits-Apps**



VORSICHT Falle!

- Wenn von „Durchbruch“ oder „Wunder“ die Rede ist.
- Wenn Heilsversprechen gegeben werden.
- Wenn die Information Angst macht.
- Wenn geraten wird, eine Therapie abzubrechen.
- Wenn behauptet wird, es gäbe keine Nebenwirkungen oder Risiken.
- Wenn andere Angebote schlecht gemacht werden.
- Wenn Werbung allzu offensichtlich ist.

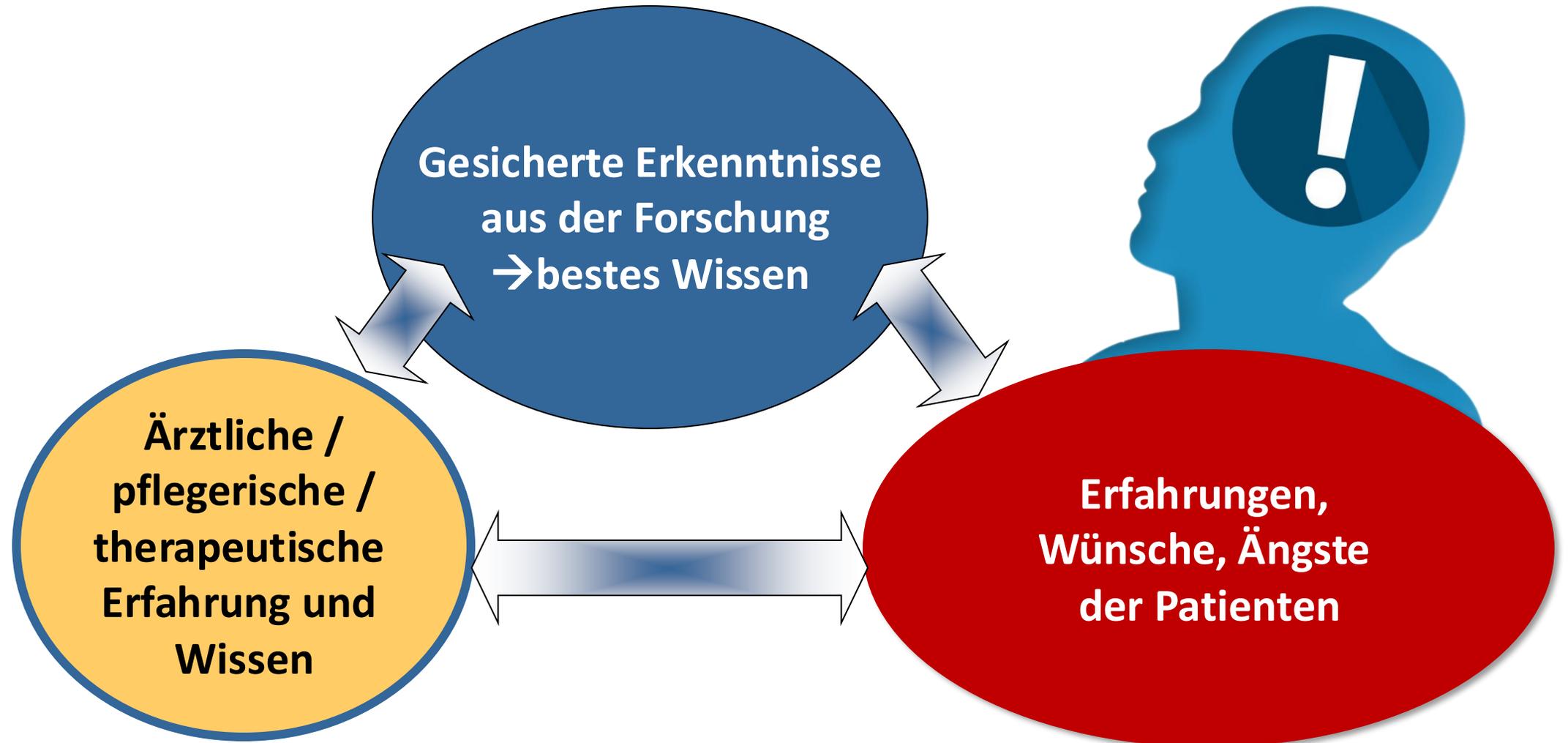


Informieren Sie sich zusätzlich zum Arztgespräch.
Nutzen Sie verlässliche Informationsangebote.
Seien Sie kritisch im Umgang mit Gesundheitsinformationen.
Googeln Sie die Autoren von Informationen.
Prüfen Sie selbst die Qualität von Informationen.
Verwenden Sie vertrauenswürdige Checklisten.

Der „Expertenpatient“...

- ...kennt seine Rechte und Pflichten
- ...kann Gesundheitsinformationen finden und bewerten
-  ...beteiligt sich an allen Entscheidungen
- ... kann Arztgespräche erfolgreich führen

Wichtig für eine gute Diagnose und Behandlung



Entscheidungsmodelle

Arzt

Patient

**Paternalistisches
Modell**

Gemeinsam entscheiden!

**Informations-
modell**



Wir fragen Sie schon,
wenn wir Ihre Meinung
hören wollen...

**Arzt und Patient
als Partner**



Tut mir leid Doktor,
aber da muss ich
entschieden
widersprechen...

Was macht die Partnerschaft von Arzt und Patient aus?

- **Vertrauen:** auf beiden Seiten
- **Offenheit, Ehrlichkeit und Information**
- **Augenhöhe:** bedeutet gegenseitige Anerkennung und Wertschätzung (z.B. Patient ist beim Gespräch nicht nackt oder Patient betrachtet Health Professionals nicht als bloßen Dienstleister).
- **Sich gegenseitig zuhören:** Kommunikation (verbal, paraverbal, nonverbal), Die Geschichten der Patienten hören und auch zu verstehen versuchen und das eigene medizinische Wissen in diese Geschichten in die Sprache des Patienten übersetzen.
- **Empathie**

Quellen:

- Hans-Christian Deter, Die Arzt-Patient-Beziehung in der modernen Medizin. 2010
- nach: <http://www.partnerschaft-beziehung.de/Partnerschaft.html>

Fragen Sie im Arzt-Patienten-Gespräch

- 1** Welche Möglichkeiten habe ich (einschließlich Abwarten und Beobachten)?
- 2** Was sind die Vor- und Nachteile jeder dieser Möglichkeiten?
- 3** Wie wahrscheinlich ist es, dass diese Vorteile und Nachteile bei mir auftreten?

Nutzen Sie Hilfsmittel zum Abwägen

	Was spricht dafür	Wie wichtig ist mir das?	Was spricht dagegen?	Wie wichtig ist mir das?
Behandlungsmöglichkeit ...				
Behandlungsmöglichkeit ...				
Behandlungsmöglichkeit ...				



Sobald Sie merken, dass eine Entscheidung ansteht:

- Lassen Sie den Arzt wissen, dass Sie mitentscheiden wollen, sofern Sie nicht schon darauf angesprochen werden.
- Ziehen Sie bei schwierigen Entscheidungen eine vertraute Person hinzu.
- Fragen Sie nach allen Optionen mit Vor- und Nachteilen.
- Überlegen Sie, was Sie in Kauf nehmen möchten und was nicht. Sprechen Sie über Ihre Vorstellungen und auch Ängste und Befürchtungen.
- Wiederholen Sie mit Ihren eigenen Worten, was Ihnen der Arzt erklärt hat: „Habe ich das richtig verstanden, dass....“
- Treffen Sie gemeinsam mit Ihrem Arzt die Entscheidung wie es nun konkret weitergeht.

Der „Expertenpatient“...

- ...kennt seine Rechte und Pflichten
- ...kann Gesundheitsinformationen finden und bewerten
- ...beteiligt sich an allen Entscheidungen
- ... kann Arztgespräche erfolgreich führen



*„DER ALTE ARZT SPRICHT
LATEINISCH, DER JUNGE ARZT
SPRICHT ENGLISCH.
DER GUTE ARZT SPRICHT DIE
SPRACHE DES PATIENTEN.“*

Prof. Ursula Lehr (1930-2022)

Von 1988 bis 1991 Bundesministerin

für Jugend, Familie, Frauen und Gesundheit

„Wie man in den Wald hineinruft...“

Die Arzt-Patienten-Kommunikation ist auch eine zutiefst menschliche Begegnung

Der Patient hat:

- ein Problem, das er alleine nicht lösen kann
- Ängste, Sorgen, Unsicherheiten
- Sich schon zum Teil informiert
- Eigene Vorstellung
- Präferenzen und Wertevorstellungen
- Eine ganz eigene Persönlichkeit
- Lebensumstände



Der Arzt muss:

- Alles Wichtige vom Patienten erfahren
- Den Patienten verständlich informieren
- Auf die Gefühle und Sorgen des Patienten eingehen
- Mit dem Patienten eine geeignete Vorgehensweise besprechen
- Professionell und korrekt handeln

Stolperfallen in der Arzt-Patienten-Kommunikation

- Asymetrie in der Beziehung (Patienten „trauen“ sich nicht...)
- Patiententypen – Arzttypen....
- Vorbildung und Empowerment des Patienten
- Entscheidungsdruck
- Patienteninformierung / Patienteninformationen
- ungleiche Situations-Einschätzungen durch Experten und Laien
- Unterschiedliche Interpretation der Entscheidungsgrundlagen
- es wird nie nur reine Sachinformation vermittelt
- Unterschiedliche Erwartungen / Persönlichkeiten





Kommunikation gestalten

- Respektvolle und wertschätzende Kommunikation in beide Richtungen
- Verständnis der Fakten sicherstellen („Teach back“)
- Missverständnisse vermeiden bzw. klären
- Erwartungen klären
- Vorstellungen und Ziele abgleichen



Arztgespräche vorbereiten – vorher eine Fragenliste machen.

Bei schwierigen Entscheidungen/Gesprächen eine vertraute Person hinzuziehen.

Aktuelle Medikamentenliste führen. Befunde sammeln.

So lange nachfragen, bis Sie alles verstanden haben.

Mit eigenen Worten wiederholen, was der Arzt erklärt hat.

Immer genau das sagen, was Sie auch meinen.

Ehrlich sein.

Über eigene Vorstellungen, Ängste und Sorgen reden.

Ungewöhnliche Beobachtungen mitteilen.

Danke sagen, wenn das Gespräch gut verlaufen ist.

**„Mensch sein heißt
verantwortlich
sein.“**

Antoine de Saint-Exupéry

**„Wer Verantwortung
übernimmt, wird auch
Experte“**

Sylvia Säger

