

# Ihre Checkliste für den Besuch in der Arztpraxis



Entwickelt von:



## Sicher in der Arztpraxis

### Sehr geehrte Nutzerin, sehr geehrter Nutzer der Weissen Liste,

egal, ob Sie wegen einer Erkältung zum Arzt müssen oder eine Vorsorgeuntersuchung haben – ein Arztbesuch sollte gut vor- und nachbereitet werden. So können Sie Unklarheiten und Ängste vermeiden und Ihrem Arzt helfen, Sie richtig zu behandeln. Die Checkliste für den Besuch in der Arztpraxis gibt Ihnen Tipps, worauf Sie **vor**, **während** und **nach** einem Arztbesuch achten sollen.

Unter [www.weisse-liste.de/arztsuche](http://www.weisse-liste.de/arztsuche) können Sie Ärzte und Zahnärzte in Ihrer Nähe finden, die zu Ihren Bedürfnissen passen.

Ihr Weisse Liste-Team

#### ✓ Tipps vor dem Arztbesuch

- Schreiben Sie sich Ihre Fragen vor dem Arztbesuch auf und nehmen Sie diese mit zum Termin.
- Bringen Sie einen **aktuellen Medikamentenplan oder alle aktuellen Medikamente**, die Sie gerade einnehmen, mit. Denken Sie auch an Nahrungsergänzungsmittel und freiverkäufliche Arzneimittel aus Apotheke und Reformhaus.
- Nehmen Sie Befunde anderer Ärzte, Laborergebnisse, Röntgen-, Ultraschall- und MRT-Bilder sowie Entlassungsbriefe mit.
- Denken Sie auch an Ihre **Gesundheitspässe**, zum Beispiel Allergiepass, Impfpass, Mutterpass, Schlaganfall-Pass, Implantate-Pass.
- Nehmen Sie bei Bedarf eine Person Ihres Vertrauens als Unterstützung mit.

#### ✓ Tipps beim Arztbesuch

- Berichten Sie über den Anlass Ihres Arztbesuches. Auch **scheinbar Unwichtiges kann wichtig sein**. Sprechen Sie beispielsweise auch über Allergien, Unverträglichkeiten, Schwangerschaft, Arzneimittelnebenwirkungen.
- Lassen Sie sich Untersuchungsergebnisse und Behandlungsvorschläge vom Arzt erläutern und gegebenenfalls ausdrucken.
- Manchmal ist weniger mehr: Beachten Sie, dass mehr Untersuchung und mehr Behandlung nicht immer besser sind.



## Sicher in der Arztpraxis

- Lassen Sie sich einen **Medikamentenplan mit genauen Angaben zur Einnahme** geben, zum Beispiel Medikamentenname und Stärke, Darreichungsform, Dosierung, Einnahmezeit (ab wann, Tageszeit, vor/während/nach dem Essen), Dosierung, Dauer der Einnahme, Lagerung des Medikaments.
- Fragen Sie nach Risiken, Neben- und Wechselwirkungen und ob Sie gegebenenfalls Medikamente weglassen können.
- Fragen Sie, was Sie selbst tun können, um die Behandlung zu unterstützen.
- Nehmen Sie sich zum Lesen von Aufklärungsbogen Zeit, **fragen Sie gezielt nach Risiken** und unterschreiben Sie erst, wenn Sie den Inhalt verstanden haben.
- Achten Sie auf Hygienemaßnahmen** der Praxis und die Möglichkeit zur Händedesinfektion. Sprechen Sie bei Bedarf das Personal darauf an.
- Wiederholen Sie Hinweise und Empfehlungen des Arztes, um sicher zu gehen, dass Sie diese richtig verstanden haben. Machen Sie sich gegebenenfalls Notizen.
- Achten Sie darauf, nicht verwechselt zu werden. Bestätigen Sie, beispielsweise vor einer Blutentnahme, Ihre Identität mit Namen und Geburtsdatum.
- Fragen Sie bei Unklarheiten, Unverständnis oder Ängsten nach.

### ✓ **Tipps nach dem Arztbesuch**

- Achten Sie auf die **Herausgabe der richtigen Medikamente** in Ihrer Apotheke und fragen Sie im Zweifel beim Apotheker nach.
- Halten Sie sich genau an die Vorgaben zur Einnahme der Medikamente und zur Anwendung der Hilfsmittel (beispielsweise Bandagen oder Stoma- und Inkontinenzartikel).
- Beobachten Sie sich selbst. Melden Sie sich in der Praxis, um über Veränderungen zu berichten.
- Fragen Sie in der Praxis nach, wenn eine Untersuchung durchgeführt wurde und Sie das Ergebnis, beispielsweise Laborbefunde, noch nicht erhalten haben.
- Besprechen Sie wichtige Entscheidungen auch mit Ihren Angehörigen und Ihnen nahestehenden Menschen. Wenn Sie unsicher sind, **holen Sie eine zweite Meinung ein**.



# Kontakt & Impressum

## Kontakt

Gern nehmen wir Ihre Hinweise und Anregungen zur Weiterentwicklung der Checkliste auf.

Senden Sie uns dazu eine E-Mail an [info@weisse-liste.de](mailto:info@weisse-liste.de).

## Impressum

### Verantwortlich für den Inhalt dieser Checkliste

Aktionsbündnis Patientensicherheit e.V. (APS)  
Am Zirkus 2  
10117 Berlin  
[www.aps-ev.de](http://www.aps-ev.de)

### Redaktion

Arbeitsgruppe „Informieren – Beraten – Entscheiden“  
Redaktionsteam „Sichere Arztpraxis“

### Layout und Design

Weisse Liste gemeinnützige GmbH  
Sitz der Gesellschaft:  
Carl-Bertelsmann-Str. 256  
33311 Gütersloh  
[www.weisse-liste.de](http://www.weisse-liste.de)

Die Weisse Liste gemeinnützige GmbH ist eine hundertprozentige Tochtergesellschaft der Bertelsmann Stiftung.

## | BertelsmannStiftung

### Haftungsausschluss

1. Diese Checkliste versteht sich lediglich als unverbindliche Unterstützung. Trotz sorgfältiger inhaltlicher Kontrolle übernehmen wir keine Gewähr für Vollständigkeit, Aktualität und Richtigkeit der Inhalte. Wir möchten ausdrücklich darauf hinweisen, dass es darüber hinaus noch weitere individuell wichtige Fragen geben kann, die für den jeweiligen Patienten von Bedeutung sind, die die Checkliste aber nicht berücksichtigt.

2. Der Nutzer kann gegenüber der Weisse Liste gemeinnützige GmbH keine Ansprüche aus Schäden geltend

machen, die ihm im Zusammenhang mit der Verwendung der zur Verfügung gestellten Informationen entstanden sind.

### Allgemeine Hinweise

1. Die Informationen dieser Checkliste können in keinem Fall professionelle Beratung oder die Behandlung durch einen Arzt ersetzen.

2. Aus Gründen der Einfachheit und besseren Lesbarkeit wird in den Texten der Checkliste vorwiegend die männliche Sprachform verwendet. Es sind jedoch stets beide Geschlechter gemeint.

### Bildnachweis

Weisse Liste gemeinnützige GmbH

Die Weisse Liste ist ein gemeinsames Projekt der Bertelsmann Stiftung und der Dachverbände der größten Patienten- und Verbraucherorganisationen.

Stand: April 2016

