

Merklite für den Arztbesuch

Meine Medikamente

Nebenwirkungen, die Sie beobachtet haben

Sie haben Schwierigkeiten mit den Einnahmezeiten eines Medikamentes

Sonstiges

Symptome (Krankheitszeichen)

Haben Sie Beschwerden, die neu aufgetreten sind oder sich verschlechtert haben?

- | | |
|---|---|
| <input type="radio"/> Finger <ul style="list-style-type: none"><input type="radio"/> Raynaud-Syndrom (weiß werdende Finger)<input type="radio"/> Fingergeschwüre | <input type="radio"/> Verdauungstrakt (Schmerzen, Verstopfung, Durchfall) |
| <input type="radio"/> Herzbeteiligung (Herzschmerzen/-stechen, Atemnot) | <input type="radio"/> Haut (Flecken, Schmerzen) |
| <input type="radio"/> Lungenbeteiligung (Atemnot) | <input type="radio"/> Muskeln und Gelenke (Schmerzen, heiß und dick) |
| <input type="radio"/> Niere (Schmerzen, veränderter Urin) | <input type="radio"/> Sonstiges |
-

Probleme im Alltag

Haben Sie Probleme bei der Arbeit, etwa mit Schichtdienst oder besonderem Stress, Probleme mit dem Arbeitgeber wegen der Erkrankung?

Haben Sie Probleme bei der regelmäßigen Medikamenteneinnahme?

Haben Sie seelische Probleme wie extreme Traurigkeit, Antriebslosigkeit oder Ängste?

Haben Sie Veränderungen Ihres Sexuallebens feststellen können?

Haben Sie Fragen zur Ernährung?

Haben Sie Fragen zu Bewegung und Sport?

Haben Sie Fragen zur Hautpflege?

Haben Sie Fragen zur Zahnpflege?

Sonstiges

Vorsorgeuntersuchungen

Welche Vorsorgeuntersuchungen müssen Sie bei anderen Ärzten machen?

Fragen an meinen Arzt

1. _____

2. _____

3. _____

Notizen:

Was sonst noch wichtig ist:

1. Weisen Sie die Praxis/das Krankenhauspersonal darauf hin, dass Sie

- leicht frieren (dass z. B. kalte Kabinen oder kalte Stühle ein Raynaud-Syndrom auslösen können);
- evtl. beim An-/Ausziehen Hilfe benötigen;
- bei Eis und Sturmweather den Termin nicht wahrnehmen können (rechtzeitig absagen!);
- evtl. immunsupprimiert sind und übervolle Wartezimmer ein Problem sein könnten;
- die Blutabnahme/ Infusion evtl. bei verhärteter Haut schwierig sein könnte.

2. Während des Arztbesuches

- Denken Sie daran: Jeder Patient wird anders, aber alle gleich gut behandelt – auch Sie.
- Respekt und ein höflicher, freundlicher Umgang ist für Sie selbstverständlich.
- Kommen Sie ohne Umschweife zur Sache – so verschwenden Sie keine wertvolle Zeit.
- Nehmen Sie ruhig Ihre Aufzeichnungen zur Hand oder legen Sie sie dem Arzt vor.
- Beantworten Sie die Fragen präzise – auch über familiäre Erkrankungen oder über Ihr eigenes Suchtverhalten (z. B. Rauchen).
- Peinlichkeiten gibt es nicht.
- Fragen Sie nach, wenn Sie etwas nicht verstanden haben.
- Äußern Sie Ihre Bedenken, wenn Sie Diagnostikmaßnahmen, Therapien oder Medikamente infrage stellen oder deren Nutzen und Sinn nicht verstanden haben.
- Haben Sie keine Hemmungen, den Arzt oder die Praxis darauf hinzuweisen, wenn Sie glauben, dass ein Fehler unterlaufen ist (z. B. falsches Medikament verordnet).

Denken Sie daran: Gegenseitiges Vertrauen fällt nicht vom Himmel und muss gepflegt werden.



www.sklerodermie-selbsthilfegruppe.de



Deutsches Netzwerk für Systemische Sklerodermie

www.sklerodermie.info



www.leben-mit-sklerodermie.de
www.actelion.de

Weitere Exemplare können unter www.leben-mit-sklerodermie.de heruntergeladen werden.