

# Tipps für Ihren Arztbesuch

Mit dieser Checkliste haben Sie die Sicherheit, für das Arztgespräch gut vorbereitet zu sein. Damit wird Missverständnissen vorgebeugt und Sie können gemeinsam mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt die nächsten Behandlungsschritte planen. Die einzelnen Punkte sollen Ihnen dabei helfen, alle wichtigen Informationen für Ihre Ärztin oder Ihren Arzt zu sammeln und gegebenenfalls wichtige Unterlagen bei der Untersuchung parat zu haben.



## Vor dem Arztbesuch

- aktuelle Befunde (zum Beispiel Laborergebnisse, Entlassungsbriefe, Röntgen- und Ultraschallbilder, MRT-Bilder)
- Medikamentenplan sowie Zusammenstellung aller Nahrungsergänzungsmittel und frei verkäuflichen Arzneimittel
- Unterlagen und Bescheinigungen (zum Beispiel Allergiepass, Impfpass, Diabetes- und Blutdruckpass, Notfallplan, Curaplan-Dokumentationen)
- Vertrauensperson als Unterstützung

Schilderung der Beschwerden: .....

.....

.....

Fragen und Sorgen: .....

.....

.....

## Während des Arztbesuches

- Berichten Sie über den konkreten Anlass Ihres Besuches.
- Berücksichtigen Sie zusätzlich alle Auffälligkeiten, die Sie momentan wahrnehmen (etwa belastende Situationen, Veränderung der Lebensumstände, Arzneimittelnebenwirkungen, Allergien).
- Fragen Sie sofort nach, ob Sie die Ärztin oder den Arzt richtig verstanden haben, oder wenn Ihnen etwas unklar ist.
- Lassen Sie sich die Untersuchungsergebnisse, die geplante Behandlung sowie Risiken und Nebenwirkungen erklären und für zu Hause einen Medikamentenplan aushändigen. Darin sollten genaue Angaben zu Dosierung, Dauer und Zeitpunkt der Einnahme, Lagerung des Medikaments und eventuelle Wechselwirkungen enthalten sein.
- Klären Sie, welche Konsequenz die angedachte Behandlung für Ihren Alltag hat. Fragen Sie nach möglichen Alternativen.
- Besprechen Sie mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt, was Sie selbst tun können, um die Behandlung zu unterstützen.
- Wenn Sie sich unsicher sind, bitten Sie um Bedenkzeit.

Fortsetzung siehe Seite 2

### Am Ende des Arztbesuches

- Machen Sie sich zusammenfassende Notizen aus dem Gespräch mit der Ärztin oder dem Arzt.
- Besprechen Sie wichtige Entscheidungen mit Angehörigen oder nahestehenden Menschen und holen Sie eventuell eine zweite Meinung ein.
- Beachten Sie, dass mehr Untersuchungen und mehr Behandlungen nicht immer besser sind. Wägen Sie für sich ab.
- Vereinbaren Sie einen Kontrolltermin. Wenn Sie bereits vorher Veränderungen bemerken, auf die Sie Ihre Ärztin oder Ihr Arzt nicht hingewiesen hat, melden Sie sich in der Praxis.

Schreiben Sie bis zu Ihrem nächsten Besuch auf, was Ihnen wichtig erscheint: .....

.....

.....

.....

**Wichtig:** Bitte halten Sie sich genau an die Empfehlungen Ihrer Ärztin oder Ihres Arztes beziehungsweise der Apothekerin oder des Apothekers. Eine Medikamentenumstellung kann etwas Zeit in Anspruch nehmen. Bitte nehmen Sie Änderungen der Dosierung nur nach Rücksprache mit der Ärztin oder dem Arzt vor.

### Mehr wissen – besser leben

medizinische Informationen am Telefon – AOK-Clarimedis  
kostenfreie Rufnummer rund um die Uhr: **0800 1 265 265**

Zum Behandlungsfehlermanagement erhalten Sie fachkundige Beratung unter der kostenfreien Service-Telefonnummer **0800 265 2293** oder per E-Mail an: **aok-patientenberatung@by.aok.de**

Die AOK-Patientenquittung sorgt für Transparenz und bietet Ihnen einen Einblick in das, was die Ärztin, der Arzt oder andere Leistungserbringer, wie zum Beispiel Krankenhäuser, abrechnen: **aok.de/patientenquittung**

Der AOK-Arztnavigator hilft Ihnen bei der Suche nach der für Sie passenden Ärztin oder dem für Sie passenden Arzt. Sie können eine Bewertung abgeben und auch die Einschätzungen anderer Patientinnen und Patienten lesen. Eine einmalige Registrierung reicht: **aok.de/arztnavigator**

Individuelle Gesundheitsleistungen (IGeL) sind kostenpflichtig, weil sie gesetzlich nicht als zweckmäßige Behandlungsmethoden anerkannt sind: **aok.de/bayern/igel**

Der Arzneimittelnavigator bietet Ihnen Informationen über Arzneimittel und Zuzahlungen: **aok.de/bayern/arzneimittelnavigator**