

## Meine persönliche Arzt-Gebrauchsanweisung

Mit folgendem Schema können Sie sich konkret auf ein ärztliches Beratungsgespräch vorbereiten. Besonders dann, wenn es um weitreichende und eingreifende Behandlungsmaßnahmen geht. Wählen Sie aus den folgenden Elementen diejenigen aus, die Ihnen besonders wichtig und einleuchtend erscheinen, und nutzen Sie sie, um zusammen mit Ihrem Arzt zu einer Entscheidung zu kommen. Einer Entscheidung, mit der Sie aus Vernunftgründen zufrieden sind, aber hinter der Sie auch emotional stehen. Und denken Sie daran: Gute Entscheidungen brauchen Zeit und Ruhe.

### 1. Mein medizinisches Problem

Notieren Sie hier die Diagnose oder eine Beschreibung der Beeinträchtigung:

---

---

---

### 2. Vorgeschlagene Behandlung

Notieren Sie hier, welche Behandlung Ihr Arzt vorschlägt:

---

---

### 3. Meine Patientenendpunkte

Welche spürbaren Vorteile möchten Sie erreichen?

- Schutz vor Herzinfarkt
- Schutz vor Krebs
- längere Lebenserwartung
- weniger Schmerzen
- mehr Beweglichkeit
- andere:

### 4. Meine Checkliste

Welche Fragen aus der 10-Punkte-Checkliste möchte ich stellen?

- 1. Wie ist der natürliche Verlauf meiner Erkrankung ohne Therapie?
- 2. Hat die vorgeschlagene Therapie nachweislich Vorteile gegenüber einer Nichtbehandlung?
- 3. Worin besteht der Vorteil der empfohlenen Maßnahme konkret?
- 4. Gibt es Nachteile (Nebenwirkungen) der empfohlenen Maßnahme und was bedeuten sie für mich?
- 5. Gibt es andere Vorgehensweisen und Studien, die deren Nutzen geprüft haben?
- 6. Welche Qualität haben die Studien, mit denen die Empfehlung begründet wird?

- 7. Werden die Studienergebnisse in relativen oder absoluten Zahlen wiedergegeben?
- 8. Wie viele Patienten müssen behandelt werden, damit bei einem die gewünschte Wirkung oder eine schwere Nebenwirkung eintritt?
- 9. Gibt es eine Bilder- oder eine Faktenbox, die Vor- und Nachteile einer Therapie übersichtlich und verständlich darstellt?
- 10. Wer hat die Studien finanziert?

**5. Meine Faustregeln für unklare Situationen**

**Faustregel 1:**

---



---

**Faustregel 2:**

---



---

**Faustregel 3:**

---



---

**6. Mein Mottoziel als Patient (fakultativ):**

---



---

**7. Meine Primes (fakultativ):**

---



---

**8. Meine Wenn-dann-Pläne:**

**Plan 1:**

Wenn \_\_\_\_\_

---

dann \_\_\_\_\_

---

**Plan 2:**

Wenn \_\_\_\_\_

---

dann \_\_\_\_\_

---

**Plan 3:**

Wenn \_\_\_\_\_

---

dann \_\_\_\_\_

---

### 9. Meine Gesamtbewertung

Welche Vernunftgründe sprechen für die empfohlene Behandlung?

---

---

Welche Vernunftgründe sprechen gegen die empfohlene Behandlung?

---

---

Was raten mir meine Bauchgefühle?

---

---

### Ich entscheide mich

- für die vorgeschlagene Behandlung
- gegen die vorgeschlagene Behandlung