



Nehmen Sie aktiv teil!

1. Verstehen Sie sich als aktiver Teilnehmer an der Behandlung. Gerade Ihnen können Irrtümer oder Verwechslungen auffallen, wenn etwas anders läuft, als Sie es gewohnt sind.
2. Sorgen Sie dafür, dass *alle Ihre Ärzte* über *alle Ihre Medikamente* Bescheid wissen.
3. Sorgen Sie auch dafür, dass Sie verstehen, welche Medikamente Sie zu welchem Zweck einnehmen. Wenn Sie Fragen zur Einnahme der Medikamente haben (Dosis, Dauer, Abstände) – fragen Sie nach!
4. Sorgen Sie dafür, dass Ihr Arzt über Ihre Allergien ebenso Bescheid weiß wie über aufgetretene Arzneimittel-Nebenwirkungen.
5. Fragen Sie in der Apotheke, ob die Medikamente, die Sie erhalten, tatsächlich auch die sind, die Ihr Arzt verordnet hat.
6. Wenn Sie ins Krankenhaus müssen, erkundigen Sie sich (z.B. bei ihrem Hausarzt) über Kliniken, die mit der bei Ihnen geplanten Behandlung oder Operation besonders erfahren sind.
7. Wenn eine Operation ansteht, stellen Sie sicher, dass alle (Ihr Stationsarzt, Ihr Operateur und Sie selbst) wirklich darin übereinstimmen, was genau passieren soll.
8. Wenn bei Ihnen ein Test durchgeführt worden ist, fragen Sie in jedem Fall nach, wenn Sie nicht über das Ergebnis informiert worden sind.
9. Je besser Sie sich über ihre Krankheit und deren Behandlung informieren, um so besser können Sie den Behandlungsprozess aktiv mitgestalten und aktiv helfen, Irrtümer und Fehler zu vermeiden.

Bestehen Sie auf verständlichen Informationen!

10. Bestehen Sie darauf, verständliche Informationen über den Nutzen und mögliche Nebenwirkungen der verschriebenen Medikamente zu bekommen.
11. Wenn Ihr Arzt Ihnen ein Rezept ausstellt, achten Sie darauf, dass auch Sie selbst es lesen können.
12. Lesen Sie medizinische Aufklärungsbogen gründlich. Unterschreiben Sie diese nicht, wenn Sie den Inhalt nicht verstehen. Fragen Sie nach.
13. Wenn eine Entlassung aus dem Krankenhaus ansteht, bitten Sie den Arzt, Ihnen den weiteren Behandlungsplan für zu Hause zu erläutern.

Sprechen Sie Probleme deutlich an!

14. Fragen Sie nach, wenn Sie ein Problem sehen oder Sorgen haben. Wenn Sie die Antwort nicht verstehen, fragen Sie erneut. Es ist Ihr Körper – Sie haben das Recht dazu.
15. Machen Sie sich bemerkbar, wenn Sie das Gefühl haben mit einem anderen Patienten verwechselt worden zu sein oder ein falsches Medikament zu erhalten.

Organisieren Sie sich Unterstützung und Beratung!

16. Bestehen Sie darauf, dass Sie einen konkreten fachlichen Ansprechpartner haben, zum Beispiel Ihren Hausarzt, mit dem Sie alle Ihre Gesundheitsprobleme besprechen können.
17. Bitten Sie ggf. ein Familienmitglied oder einen Freund, sich als Vertreter Ihrer Interessen zur Verfügung zu stellen – besonders wenn es kompliziert wird, z.B. bei einem Krankenhausaufenthalt.

Und zuletzt:

18. Beachten Sie, dass "mehr Untersuchung" und „mehr Behandlung“ nicht immer besser ist.