

# Den Arzt fragen !

Ein Arztbesuch stellt für viele Patienten eine Herausforderung dar. In einer Situation, in der es einem in der Regel ohnehin nicht besonders gut geht (man ist ja schließlich krank), wird man in meist sehr kurzer Zeit mit komplizierten medizinischen Fachbegriffen und Sachverhalten konfrontiert. Oftmals fühlt man sich nach einem Arztbesuch zwar vielleicht besser. Dennoch sind Arztbesuche längst keine Routine. Man ist nervös und ggf. auch aufgeregt – manchmal auch verunsichert.

Eine gute Vorbereitung ist die halbe Miete! In Ergänzung der Kampagne „Ich beim Arzt“ ([www.ichbeimarzt.de](http://www.ichbeimarzt.de)) hat der DPB ein paar Tipps und Psoriasis-spezifische Fragen in einem DPB-Info-Blatt zusammengestellt, die den Arztbesuch erleichtern sollen. Diese Tipps und Fragen erheben keinen Anspruch auf Vollständigkeit. Sie sollen aber Hilfe sein, sich auf Fragen beim versorgenden Arzt vorzubereiten. Nur wer fragt, erhält auch Antworten. ■



**DPB Info-Blatt**  
Stand 9. März 2019  
© Deutscher Psoriasis Bund e.V.

## Tipps und Fragen für den Arztbesuch

### Ich mit meiner Psoriasis beim Arzt meines Vertrauens

Ein Arztbesuch stellt für viele Patienten eine Herausforderung dar. In einer Situation, in der es einem in der Regel ohnehin nicht besonders gut geht (man ist ja schließlich krank), wird man in meist sehr kurzer Zeit mit komplizierten medizinischen Fachbegriffen und Sachverhalten konfrontiert. Oftmals fühlt man sich nach einem Arztbesuch zwar vielleicht besser – weil Therapien anschlagen, Medikamente wirken und mitunter auch, weil man einfach jemandem sein Leid klagen konnte. Wirklich schlaun fühlt man sich aber häufig nicht. Viele Patienten haben im Nachgang eines Arztbesuches das Gefühl, nicht wirklich verstanden zu haben, was ihnen eigentlich genau fehlt und was sie tun können, damit es ihnen besser geht.

Psoriasis ist zwar eine chronische Erkrankung, die einen meist das gesamte Leben über begleitet. Dennoch sind Arztbesuche für viele Psoriasis-Patienten längst keine Routine. Sie sind genauso nervös und aufgeregt – manchmal auch verunsichert – wie andere, nicht chronisch erkrankte Patienten. Auch für Psoriasis-Patienten gilt: Eine gute Vorbereitung ist die halbe Miete!

In Ergänzung der Kampagne „Ich beim Arzt“ ([www.ichbeimarzt.de](http://www.ichbeimarzt.de)) hat der Deutsche Psoriasis Bund e.V. (DPB) deshalb ein paar grundsätzliche Tipps und Psoriasis-spezifische Fragen an Ihren Arzt zusammengestellt, die Ihnen den Arztbesuch erleichtern sollen. Diese Tipps und Fragen erheben keinen Anspruch darauf, die Komplexität der chronischen Erkrankung Psoriasis umfassend bzw. vollständig zu erfassen – sie sollen vielmehr eine Orientierung bieten und als Anregung dienen.

#### TIPPS

- 1. Nehmen Sie sich vorher Ihre Fragen und nehmen Sie sie mit zum Arztbesuch**  
Sortieren Sie Ihre Fragen nach Wichtigkeit. Oftmals ist die Zeit im Behandlungssprechzimmer sehr begrenzt. So stellen Sie sicher, daß Sie in der kürzest möglichen Zeit zumindest Antworten auf Ihre wichtigsten Fragen erhalten. Und keine Sorge: Sie sind nicht das erste Patient, der mit einem Neben- oder Fragenschein im Behandlungssprechzimmer erscheint. Der Arzt sollte Ihnen das nicht übersehen, sondern dafür dankbar sein. Schließlich wird das Gespräch dadurch strukturiert und zielorientierter.
- 2. Machen Sie sich Notizen**  
Nicht selten hat man schon beim Verlassen der Praxis die ersten Informationen wieder vergessen. Sich erst Notizen zu machen, wenn man wieder zu Hause ist, ist häufig zu spät. Deshalb: Schreiben Sie sich wichtige Informationen (z.B. Antworten auf Ihre Fragen, Details zu Therapien oder zur Medikamenteneinnahme) zumindest in Stichworten bereits während des Arztbesuches auf. Oftmals ergeben sich dabei auch schon Nach- und Rückfragen, die Sie dann direkt stellen können. Schauen Sie sich auch nicht, den Arzt um schriftliche Informationen zu bitten. Viele Ärzte haben Informationsblätter zu gängigen Therapien und Medikamenten. In der orthodermologischen Praxis können Ihnen Hinweise geben, wo Sie die gewünschten Informationen erhalten.
- 3. Fragen Sie zeitgleich**  
Wenn Sie etwas nicht verstanden haben oder Ihnen etwas unklar ist, dann fragen Sie am besten sofort nach. Verschieben Sie Ihre Nach- und Rückfragen nicht auf den nächsten