



## Checklisten für den Arztbesuch

### **Vor dem Arztbesuch**

- Stellen Sie eine Liste der Medikamente zusammen, die Sie einnehmen. Führen Sie auch rezeptfreie Präparate, Nahrungsergänzungsmittel etc. auf.
- Notieren Sie Ihre Beschwerden – und bestenfalls, wie lange Sie diese schon haben und wann sie auftreten. Haben Sie eine Vermutung, woher Ihre Beschwerden kommen? Vermerken Sie das ebenfalls.
- Falls Sie Arztbefunde oder andere medizinische Unterlagen haben, sollten Sie diese mitnehmen.
- Schreiben Sie sich Ihre Fragen auf.
- Überlegen Sie, ob Sie eine vertraute Person zum Gespräch mitnehmen möchten.

### **Während des Arztbesuchs**

- Stellen Sie die Fragen aus Ihrer Liste und haken Sie sie ab.
- Schreiben Sie sich gegebenenfalls die Antworten des Arztes auf.
- Fragen Sie nach, wenn Sie etwas nicht verstanden haben – und zwar so lange, bis Ihnen alles klar ist.
- Lassen Sie sich die Fachbegriffe erklären.
- Am Ende des Gesprächs sollte der Arzt alle Fragen verständlich beantwortet haben. Sie sollten wissen, wie es für Sie weitergeht.

### **Hilfreiche Fragen nach Themen geordnet:**

#### **Verdacht auf eine idiopathische Lungenfibrose (IPF)**

- Kann eine idiopathische Lungenfibrose (IPF) eindeutig diagnostiziert werden?
- Welche Untersuchungen sind dafür nötig?
- Muss ich für die Untersuchungen ins Krankenhaus?
- Wie laufen die Untersuchungen genau ab? Was ist das Ziel?
- Wie kann ich mich auf die Untersuchungen vorbereiten?
- Sind die Untersuchungen schmerzhaft?
- Inwiefern sind die Untersuchungsmethoden wissenschaftlich geprüft?
- Gibt es Risiken oder Nebenwirkungen?
- Wer informiert mich über meinen Befund und wie lange muss ich darauf warten?
- Ist der Befund eindeutig?
- Ist es sinnvoll, noch weitere Untersuchungen anzuschließen?

## **Zum Krankheitsbild idiopathische Lungenfibrose (IPF)**

- Was genau passiert in meiner Lunge?
- Was ist die Ursache dafür?
- Wo kann ich seriöse Informationen über mein Krankheitsbild finden?
- Ist meine Krankheit vererbbar?
- Ist meine Krankheit heilbar?
- Wie ist der Stand der Forschung?

## **Zur Behandlung**

- Welche Prognose habe ich?
- Was kommt jetzt auf mich zu?
- Welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es generell?
- Welche Behandlungsmöglichkeiten kommen aus welchem Grund in meiner Situation infrage?
- Gibt es wissenschaftliche Belege dafür, dass diese Behandlungsmöglichkeiten erfolgreich sind?
- Wozu rät der behandelnde Arzt?
- Was erwartet der behandelnde Arzt von der Therapie?
- Kann ich bei der Wahl der Therapie mitentscheiden?
- Wie schnell muss ich mich entscheiden?
- Muss ich für die Therapie einen Spezialisten aufsuchen?
- Wird mein Hausarzt in die Therapie eingebunden?
- Mit welcher Wirkung des Medikaments/der Medikamente kann ich rechnen?
- Wie oft und wie lange muss ich das Medikament/die Medikamente einnehmen?
- Mit welchen Nebenwirkungen muss ich rechnen?
- Vertragen sich die neu verschriebenen Medikamente mit denen, die ich bereits einnehme?
- Wann fängt/fangen das Medikament/die Medikamente an zu wirken?
- Wer trägt die Kosten meiner Behandlung? Muss ich selbst etwas bezahlen?
- Wird sich die Behandlung auf meinen Alltag auswirken?
- Was passiert, wenn ich mich nicht behandeln lasse?
- Wird mein Krankheitsverlauf regelmäßig kontrolliert?
- Wann muss ich wiederkommen?
- In welchen Fällen sollte ich mich sofort bei meinem Arzt melden?
- Was muss ich darüber hinaus noch wissen?

## **Maßnahmen rund um die Therapie**

- Welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es zusätzlich zur medikamentösen Therapie?
- Wozu rät der behandelnde Arzt hierbei?
- Kommt eine Sauerstofftherapie für mich infrage?
- Wo kann ich mich über die Sauerstofftherapie informieren?
- Wer trägt die Kosten einer Sauerstofftherapie?
- Was ist eine pulmonale Rehabilitation?
- Trägt meine Krankenkasse die Kosten dafür?
- Was muss ich tun, um an einer pulmonalen Rehabilitation teilzunehmen?

## Alltag

- Wie kann ich Familie und Freunden meine Krankheit in einfachen Worten erklären?
- Werde ich weiter arbeiten können?
- Muss ich meinen Arbeitgeber informieren?
- Muss ich meine Krankenkasse informieren?
- Gibt es Selbsthilfegruppen oder andere Organisationen, an die ich mich wenden kann?
- Was kann ich selbst tun, um meine gesundheitliche Situation zu verbessern?
- Muss ich bestimmte Hobbys aufgeben?
- Gibt es Vorgaben, wie ich mich ernähren sollte?
- Sollte ich zunehmen/abnehmen?
- Ist eine Ernährungsberatung sinnvoll für mich? Wo kann ich einen entsprechenden Berater finden?
- Soll ich mich schonen oder versuchen, aktiv zu bleiben?
- Sollte ich Sport treiben?
- Ist es sinnvoll für mich, speziell Lungensport zu machen?
- Wo kann ich mich über Lungensport informieren?
- Werde ich zukünftig zu Hause Unterstützung benötigen?
- Muss ich in meiner Wohnung/in meinem Haus etwas verändern lassen?
- Kann ich eine psychologische Beratung erhalten?
- An wen kann ich mich bei sozialrechtlichen Fragen wenden?