

„Transparente Medizin“, Teil 1

Der gebildete Kranke

Die Zeit ist knapp in deutschen Arztpraxen. Verlässliche Gesundheitsinformationen und eine gute Vorbereitung helfen, den Arztbesuch optimal für sich zu nutzen

Kopfweh, Magenprobleme, Zahnschmerzen – häufig treten gesundheitliche Beschwerden ausgerechnet am Wochenende auf, wenn die Praxen geschlossen sind. Deshalb warten auch an einem typischen Montag sechs bis neun Millionen Menschen in Deutschlands Arztpraxen. Im Durchschnitt sieht ein niedergelassener Mediziner hierzulande 224 Patienten pro Woche, 45 am Tag. Pro Patient bleiben da nur etwa acht Minuten Zeit für eine Behandlung. Deutsche Ärzte haben also in der Regel wenig Zeit für ihre Patienten, manch einer wirft dann auch noch mit Fachausdrücken um sich und reagiert kurz angebunden oder gar genervt auf Rückfragen. Kein Wunder, dass nur wenige Patienten hierzulande mit der medizinischen Versorgung vollauf zufrieden sind. In einer aktuellen internationalen Studie bewerten nur 34 Prozent der deutschen Patienten die Qualität der medizinischen Behandlung als „sehr gut“ – in Neuseeland, Australien, Großbritannien und Kanada sind es hingegen fast doppelt so viele.

So bereitet man sich auf Arztbesuche vor

Vor allem die Kommunikation zwischen Arzt und Patient sehen viele in Deutschland als Problem: 36 Prozent der befragten Deutschen gaben an, dass der Arzt überhaupt nicht mit ihnen über Ziele und Prioritäten der Behandlung gesprochen hat, 69 Prozent erhielten keinen schriftlichen Behandlungsplan und nur bei 21 Prozent der Patienten hatte sich der Arzt beim nächsten Besuch erkundigt, wie sie zurechtgekommen waren. Um die knappe Zeit im Behandlungszimmer optimal für sich zu nutzen, ist es wichtig, sich gut auf den Arztbesuch vorzubereiten. Nur wer gut informiert ist, kann das Gespräch mit dem Arzt auf Augenhöhe führen, die richtigen Fragen stellen und über seine Gesundheit mitentscheiden. Wer nach dem Stand der Wissenschaft behandelt werden will, sollte sich auch selbst einige Kenntnisse aneignen. Nur wer weiß, dass die Hormonersatztherapie in den Wechseljahren umstritten ist, kann entsprechende Fragen stellen, wenn der Arzt davon spricht. Da der durchschnittliche Patient ein Medizin-Laie ist, ein wichtiger Tipp: Schreiben Sie die wichtigsten Fragen auf, fragen Sie während der Behandlung nach und scheuen Sie sich auch nicht, während der Behandlung Stichpunkte zu notieren. Immerhin geht es um das Wertvollste, das Sie besitzen: Ihre Gesundheit....

...mehr dazu lesen Sie in der aktuellen vive – jetzt in Ihrer vivesco-Apotheke!