



www.lag-selbsthilfe-nrw.de

Projekt-Förderung durch die gesetzlichen Krankenkassen/-verbände in NRW

LAG Selbsthilfe^{NRW}
Immer alles im Blick



Gesundheit
Leichte Sprache

LAG Selbsthilfe^{NRW}

Handbuch Meine Gesundheit

Leichte
Sprache



Was steht in diesem Handbuch Meine Gesundheit?

Teil 1

	Seite
• Tipps und Hinweise für das Handbuch und für Arzt-Gespräche	3
• Liste mit Stichworten:	
Wofür ist der Fach-arzt zuständig?	8
• Vor-wort von Claudia Middendorf	10
• Vor-wort von der LAG Selbst-hilfe NRW	14
1. Meine persönlichen Informationen	21
1.1 Persönliche Daten und Vertrauens-personen	23
1.2 Haus-ärzte und Fach-ärzte	27
1.3 Infos zu meiner Kranken-geschichte	33
1.4 Hilfs-mittel und Assistenzen	47
1.5 Meine Medikamente	56
2. Meine Vorbereitung auf eine Behandlung	60
2.1 Erfahrungen mit einer Einrichtung	63
2.2 Pack-liste	68
2.3 Mit Ärzten sprechen	72
3. Erstes Gespräch in der Arzt-Praxis oder im Krankenhaus	73
3.1 Fragen-Liste für das Aufnahme-Gespräch	79
4. Meine Behandlungen in einer Arzt-Praxis	82
4.1 Fragen-Liste für Untersuchungen: ambulant	84
4.2 Behandlung mit Medikamenten	88
5. Meine Behandlungen in einem Krankenhaus	90
5.1 Fragen-Liste für Untersuchungen: sta-tio-när	92
5.2 Operation	95
5.3 Narkose	103
5.4 Arzt-Visite	109
5.5 Entlassung	114

Was steht in diesem Handbuch Meine Gesundheit?

Teil 2

	Seite
6. Alles über meine Behandlungen	121
6.1 Schmerzen und Schmerz-Tagebuch.....	123
6.2 Beschwerden und Beschwerde-Tagebuch.....	126
6.3 Medikamente und Medikamenten-Tagebuch.....	127
7. Wie geht es mir nach einer Behandlung?	130
7.1 Fragen-Liste: Nach einer Behandlung.....	133
8. Mehr Informationen: Anlaufstellen	136
8.1 Selbst-hilfe.....	137
8.2 Sozial-dienst.....	140
8.3 Bei einer Beschwerde.....	142
9. Meine Unterlagen für Behandlungen	145
9.1 Die Patienten-verfügung.....	146
9.2 Die Vor-sorge-vollmacht.....	147
9.3 Der Organ-spende-Ausweis.....	149
9.4 Wichtige Unterlagen auf einen Blick.....	151
10. Fach-wörter in Leichter Sprache	153
• Wer hat das Handbuch Meine Gesundheit gemacht?	184

Tipps und Hinweise für das Handbuch und für Arzt-Gespräche

Im Handbuch sammeln Sie wichtige Infos und Unterlagen über Ihre Gesundheit. Und über Ihre Krankengeschichte. Das Handbuch Meine Gesundheit können Sie lange Zeit benutzen. Achten Sie deshalb gut auf das Handbuch.



Hinweis zu den Kapitel-Nummern

Manche Kapitel haben mehrere Teile.
Wir schreiben die Nummer von einem Kapitel zum Beispiel so: **2.1**
Das bedeutet: **Kapitel 2 Teil 1.**
Also der erste Teil von Kapitel 2.

Hinweis zur Sprache für Geschlechter im Handbuch

Manchmal schreiben wir nur die männliche Form von einem Wort.
Zum Beispiel: Arzt.
Wir meinen aber immer
Menschen mit jedem Geschlecht.
Ein Arzt kann eine Frau sein.
Oder ein Mensch mit einem anderen Geschlecht.



Hinweis zu Wörtern

Wir nennen Orte für Behandlungen: **Einrichtungen.**
Eine Einrichtung kann zum Beispiel ein Krankenhaus sein.
Der Name von der Einrichtung ist dann zum Beispiel ein Krankenhaus mit dem Namen Sankt Elisabeth Krankenhaus.



Hinweis für Fach-Wörter

Schwere Wörter oder Fach-Wörter schreiben wir in **Blau**.
Das bedeutet: Sie finden eine Erklärung im Kapitel für Fach-Wörter.
Das Kapitel ist hinten im **Handbuch Meine Gesundheit**.
Medizinische Fach-Wörter sind oft schwer zu lesen.
Wir schreiben die Namen trotzdem auf.
Vielleicht erkennen Sie ein medizinisches Wort im Arzt-Brief.
Oder in Ihrem Impf-ausweis.



Tipp 1: Listen kopieren und Fragen vorbereiten

Im Handbuch gibt es viele Blätter mit Platz zum Ausfüllen.
Zum Beispiel: Eine Liste für das Aufnahme-Gespräch.
Und es gibt Listen mit Fragen.

Im Handbuch ist aber meistens **nur eine** Liste für ein Thema.
Zum Beispiel: Nur eine Liste für das Aufnahme-Gespräch.
Aber Sie brauchen mehrere Listen.

Kopieren Sie sich die leeren Listen.

Dann haben Sie immer genug Listen.
Benutzen Sie für jedes Gespräch eine neue Liste.



Tipp 2: Selbst die Listen aus-füllen oder mit jemandem zusammen aus-füllen

Sie möchten wissen:

- Was habe ich?
- Was passiert mit mir?
- Wie werde ich gesund?

Dann füllen Sie besser **selbst** die Listen aus.

Oder mit einer Assistenz gemeinsam.

Das ist sehr wichtig:

Denn Sie entscheiden, was in der Liste stehen soll.



Hinweis zum Kopieren:

Dieses Bild finden Sie auf den Seiten von den Fragen-Listen.

Das Bild ist ein Hinweis: **Diese Seite können Sie kopieren.**

Vielleicht ist das Bild auch eine Erinnerung.

Damit man immer daran denkt:

Erst die Listen kopieren.

Dann die Liste ausfüllen!



Tipp 3: Fragen-Liste für Untersuchungen mitnehmen

Nehmen Sie eine Fragen-Liste mit zum Arzt-Gespräch.

Machen Sie sich Notizen beim Gespräch.

Fragen Sie auch nach. Lassen Sie sich alles gut erklären.

Schwere Wörter kann eine Schreib-Assistenz aufschreiben.

Oder der Arzt schreibt für Sie die Antworten auf.



Tipp 4: Alle wichtigen Unterlagen

- **Kopieren Sie auch andere wichtige Unterlagen.**

Zum Beispiel: Eine Patienten-verfügung.

Oder eine Vor-sorge-vollmacht.

- **Legen Sie die Kopien in das Handbuch.**

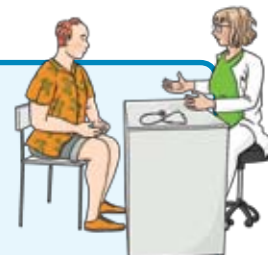
So haben Sie alle wichtigen Unterlagen zusammen.



Tipps für Gespräche beim Arzt oder in einer Einrichtung

Tipp 1: Mit-einander sprechen

Jedes gute Gespräch macht Ihre Behandlung besser!
Was Sie wollen, ist am wichtigsten.
Und es passieren weniger Fehler bei einer Behandlung.



Tipp 2: Bitte Leichte Sprache im Gespräch

Vielleicht merken Ärzte und Ärzt:innen nicht,
wenn sie in schwerer Sprache sprechen.
Sagen Sie vor dem Arzt-Gespräch:
Bitte sprechen Sie in Leichter Sprache.
Sprechen Sie bitte langsam.
Sie können die rote Karte mitnehmen.
Zeigen Sie dem Arzt oder der Ärztin diese Karte.



Tipp 3: Verstehens-Assistenz

Sie können eine Assistenz mit ins Krankenhaus nehmen.
Oder zum Arzt-Besuch.
Die Assistenz hilft Ihnen bei schwerer Sprache.
Die Assistenz übersetzt schwere Sprache in Leichte Sprache.
Stellen Sie die Assistenz beim Arzt-Besuch
als Verstehens-Assistenz vor.



Tipp 4: Mutig-sein.

Stellen Sie Fragen beim Arzt-Gespräch. Und fragen Sie auch nach.
Die eigene Gesundheit ist nämlich wichtig.

Da kann man nicht genug wissen!

Medizin ist ein schwieriges Thema.

Krankheiten machen Angst.

Aber mit Angst kann man sich weniger merken.

Besonders bei den Gesprächen mit einem Arzt.

Die Ärzte und Ärzt:innen kennen sich gut aus.

Sie haben nämlich ihren Beruf gelernt.

Deshalb kennen die Ärzte viele Fach-Wörter.

Sie dürfen nach einer Erklärung für ein Fach-Wort fragen!

Alle Patienten und Patient:innen sollen wissen:

Was passiert mit mir?

Warum bekomme ich genau diese Behandlung?

Sprechen Sie mit Ihrem Arzt oder Ihrer Ärztin darüber.

Sprechen Sie wichtige Themen an. Dann wissen die Ärzte Bescheid.

Und Ihr Arzt oder Ihre Ärztin kann Ihnen helfen.

Fragen Sie:

- Wenn Sie etwas **nicht** verstanden haben.
- Wenn etwas **un-deutlich** war.
- Wenn der Arzt oder die Ärztin **zu schnell** spricht.



Tipp 5: Lassen Sie sich informieren vor einer Behandlung

Müssen die Ärzte bei der Behandlung etwas entscheiden?

Dann achten Sie darauf: Die Ärzte sollen Sie zuerst fragen.

Die Ärzte müssen Sie aufklären

über den Ablauf von der Behandlung.

Das heißt: Was alles gemacht werden soll bei Ihnen.

So können Sie als Patient oder Patientin mitentscheiden.



**Liste mit Stich-worten:
Wofür ist der Fach-arzt zuständig?**



Hier finden Sie eine Liste mit Stich-wörtern.
In der Liste stehen Beispiele.
Daneben steht die Fach-sprache für den Fach-arzt.

Sie können ankreuzen:
Für was habe ich die Fach-ärzte?
Dann haben Sie einen guten Über-blick.

Stichwort	Fach-arzt für:
<input type="checkbox"/> Augen-arzt	Augen-heilkunde
<input type="checkbox"/> Hals-Nase-Ohren: HNO	Hals-Nasen-Ohren-heilkunde
<input type="checkbox"/> Frauen-arzt	Gynäkologie
<input type="checkbox"/> Herz	Kardiologie
<input type="checkbox"/> Zähne	Zahn-, Mund und Kiefer-heilkunde
<input type="checkbox"/> Zahn-spange	Kiefer-orthopädie
<input type="checkbox"/> Gebiss, Zahn-operation	Kiefer-chirurgie
<input type="checkbox"/> Röntgen	Radiologie
<input type="checkbox"/> Psycho-Therapie	Psycho-therapie
<input type="checkbox"/> Anfälle, Migräne, Gedächtnis, Multiple Sklerose, Spastik	Neurologie

Stichwort	Fach·arzt für:
<input type="checkbox"/> Fußpilz, Warzen, Haut	Dermatologie: Haut- und Geschlechts·krankheiten
<input type="checkbox"/> Allergien	Allergologe
<input type="checkbox"/> Gelenkschmerzen, Rheuma	Rheumatologie
<input type="checkbox"/> offene Beine	Gefäß·chirurgie
<input type="checkbox"/> Magen·spiegelung	Gastro·en·tero·logie
<input type="checkbox"/> Darmspiegelung	Prokto·logie
<input type="checkbox"/> Knochen	Ortho·pädie
<input type="checkbox"/> Krampfadern, Thrombose	Phlebo·logie
<input type="checkbox"/> Sprachstörung	Phonia·trie
<input type="checkbox"/> Blase	Urologie
<input type="checkbox"/> Abnehmen, Essen, Zucker, Diabetes	Diabetologie
<input type="checkbox"/> Magen·operation	
<input type="checkbox"/> Bestrahlungen	
<input type="checkbox"/> Asthma, Pseudo-Krupp, Luft·not	Pneumologie, Lungen·heilkunde
<input type="checkbox"/> Blutarmut, Blutgerinnung	Häma·to·logie
<input type="checkbox"/> Krebs	Onko·logie
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	

Vorwort von Claudia Middendorf

Liebe Leserinnen und Leser,

Das ist das Handbuch der Selbstbestimmung Gesundheit.
Wir schreiben in Leichter Sprache den kurzen Namen:
Handbuch Meine Gesundheit.

Das **Handbuch** Meine Gesundheit ist
von der **Landes-Arbeits-Gemeinschaft Selbsthilfe NRW.**
Wir schreiben kurz: **LAG Selbsthilfe.**
Die Abkürzung NRW bedeutet: **Nordrhein-Westfalen.**

Ein Handbuch hat viele Infos über ein Thema.
In einem Handbuch kann man etwas nachschauen.
Ein Handbuch hilft beim Erledigen von wichtigen Aufgaben.

Das **Handbuch Meine Gesundheit** ist für Sie als Patient und Patientin.
Denn manchmal müssen Sie zum Arzt
und Sie bekommen eine Behandlung.



Eine Behandlung im Krankenhaus
oder in einer Arzt-Praxis kann stressig sein.
Und für Patienten und Patientinnen ist Medizin ein schweres Thema.
Das macht viele Menschen un-sicher.

Mein Name ist Claudia Middendorf.

Ich bin die Beauftragte für Menschen mit Behinderungen
und für die Patienten und Patientinnen in NRW.

Deshalb setze ich mich für die Selbstbestimmung
von diesen Menschen ein.

Das heißt: Patienten und Patientinnen mit Behinderungen
bestimmen selbst über ihre Behandlungen.

Wenn Ärzte eine Behandlung planen.

Oder wenn jemand sofort eine Behandlung braucht.

Dann helfen die Infos im Handbuch vielen:

- Wer Sie behandelt.
- Wer die Behandlung bezahlt.
- Wer Sie unterstützt bei der Behandlung.



Und besonders hilft das Handbuch Ihnen.

Denn mit den Infos im Handbuch
können Sie alle gut informieren.

Und Sie entscheiden selbst bei Ihren Behandlungen.

Die **LAG Selbsthilfe** hat ungefähr 130 Mitglieder.

Die Mitglieder sind Vereine für Menschen mit Behinderungen.

Und Vereine von Menschen mit Krankheiten.

Die Vereine setzen sich ein

für die Menschen mit Behinderungen.

Und für die Menschen mit Krankheiten.

Viele Selbsthilfe-Gruppen sind auch Mitglieder.



Alle Mitglieder wissen sehr viel:

Was braucht ein Mensch mit Behinderung bei einer Behandlung?

Wie kann der Mensch selbst-bestimmen bei seinen Behandlungen?

Das Wissen von den Mitgliedern ist in diesem Handbuch.

Das Handbuch macht Patienten und Patientinnen mit Behinderungen stark.

Denn sie haben das Recht selbst-zu-bestimmen

über die eigene Gesundheit.

Die **LAG Selbsthilfe** hat mit dem Handbuch

etwas Wichtiges gemacht:

Sie verbessert nämlich die Verständigung von allen Personen.

Das bedeutet: Die Menschen verstehen sich besser.

Zum Beispiel: Patienten oder Patientinnen mit den Ärzten oder Ärztinnen.

Weil alle mit-reden müssen beim Thema Gesundheit.

Und Patienten und Patientinnen wissen Bescheid:

- über ihre Krankheiten.
- über ver-schie-dene Behandlungen.
- über die Folgen von einer Behandlung.

Das nennt man: **In-klu-sion**.





Inklusion bedeutet:

Menschen mit Behinderungen haben die gleichen Rechte.

Sie sind ein Teil unserer Gesellschaft.

Sie bestimmen selbst.

Und das Handbuch Meine Gesundheit hilft dabei.

Das ist ein wichtiger Schritt zur Inklusion.

Ich wünsche Ihnen viel Erfolg.

Und ich wünsche Ihnen auch Freude.

Denn es soll Ihnen Spaß machen, wenn Sie das Handbuch benutzen.

Ihre Claudia Middendorf

Beauftragte von der Landesregierung in Nordrhein-Westfalen für:

Menschen mit Behinderungen und Patienten und Patientinnen.

Vorwort von der LAG Selbsthilfe NRW

Handbuch der Selbstbestimmung: Gesundheit

Sie bestimmen selbst über Ihre Gesundheit.
Zum Beispiel:

- Über Ihre Arzt-Termine.
- Über Ihre Behandlungen.
- Oder im Krankenhaus.



Immer, wenn es um Ihre Gesundheit geht.

In das **Handbuch der Selbstbestimmung**
schreiben Sie selbst die Infos zu Ihrer Gesundheit.
Die Listen helfen Ihnen beim Aufschreiben.
Dort finden Sie viele wichtige Fragen.
Zum Beispiel zu Ihrer Behandlung.
Dann vergessen Sie **nichts**.

Alle wichtigen Infos zur Gesundheit sind an einem Ort.
So behalten Sie den Überblick über Ihre Gesundheit.
Und Sie können selbstbestimmen.
Zum Beispiel: Wie Sie behandelt werden möchten.
Und wo Sie behandelt werden möchten.



Warum haben wir das Handbuch Meine Gesundheit gemacht?

Selbst-hilfe bedeutet:

Menschen mit derselben Krankheit unterstützen sich.

Sie sprechen mit-einander.

Das hilft den Menschen.

Die Selbst-hilfe, das sind Vereine und Gruppen.

Sie machen sich stark für Menschen mit Behinderungen und mit Krankheiten.



Wir sind die **LAG Selbst-hilfe NRW**.

Wir wissen sehr gut:

Viele Menschen mit Behinderungen haben viel Stress

- im Krankenhaus.
- in der Arzt-Praxis.
- bei Therapien.

Aber beim Gesund-werden ist es wichtig Bescheid zu wissen.

Und gut zu entscheiden für sich.

Oder für ein Kind.

Oder ein Familien-Mitglied.

Das Handbuch Meine Gesundheit haben wir für Sie gemacht.

Hier lesen Sie im **Handbuch Meine Gesundheit in Leichter Sprache**.

Das Handbuch hilft Ihnen,
den Überblick zu behalten.

Dann können Sie nämlich selbst bestimmen beim Arzt.



Im Handbuch sind Listen zum Ausfüllen.
Für wichtige Infos.
Und es gibt Platz zum Aufschreiben
für Antworten auf Fragen.

Zum Beispiel:

Zur Kranken-geschichte vom Patient oder von der Patientin.

Vielleicht schreiben Sie **nicht** selbst.

Dann kann eine vertraute Person für Sie aufschreiben.

Und die Person kann Ihnen beim Handbuch helfen.

Sie können im Handbuch nachschlagen.

Hier finden Sie auch

Erklärungen für medi·zi·nische Wörter.

Früher haben andere beim Arzt bestimmt.

Heute bestimmen die Patienten und Patient·innen selbst!

Es gab einen berühmten Arzt vor langer Zeit.

Er hat den griechischen Namen:

Hip·po·kra·tes.

Er lebte auf der griechischen Insel Kos.

Das fand Hippokrates schon damals wichtig:

Patient und Arzt stimmen sich ab.

Sie reden mit·einander.

Der Arzt informiert den Patienten gut.

Und gemeinsam finden sie

eine gute Behandlung für den Patienten.



In der Zeit nach Hippokrates war es anders:

Die Ärzte bestimmen über die Patienten und Patientinnen.
Die Ärzte wissen es besser.

Seit ungefähr 50 Jahren hat sich etwas verändert:
Patienten und Patientinnen sind mutiger.
Sie stellen dem Arzt Fragen.
Deshalb erfahren sie viel.
Und sie werden **mündig**.

mündig sein bedeutet:

Eine Person weiß genau Bescheid über die eigene Gesundheit.
Deshalb kann die Person selbst-bestimmen.
Die Person kann gute Entscheidungen treffen.

Die Selbst-hilfe hat dabei geholfen.

Die Patienten und Patientinnen haben gelernt:
Ich kann auch selbst-bestimmen über meine Gesundheit.
Ich kann mich auch auf mich verlassen.
Und auf den Arzt.

So soll es wieder sein.
Deshalb haben wir von der LAG Selbst-hilfe
das Handbuch gemacht.



Wie hilft Ihnen das Handbuch Meine Gesundheit?

Das Handbuch Meine Gesundheit macht Sie mutig

- selber zu bestimmen.
- richtig zu entscheiden.



Sie können selbst wichtige Infos eintragen.

Sie tragen nämlich selbst die Infos ein.

Dabei bestimmen Sie selbst: Was ist wichtig und was nicht?

Sie haben die wichtigen Infos zusammen.

Alle Infos stehen im **Handbuch Meine Gesundheit**.

Sie brauchen nichts zu suchen.

Alle Infos sind ordentlich sortiert.

Sie können das Handbuch mit zur Behandlung nehmen.

Dann können Sie beim Gespräch nach-schauen.

Und es fällt Ihnen im Gespräch alles Wichtige ein.

Gespräche helfen bei Ihrer Behandlung

- den Ärzten und Ärzt-innen.
- den Pflegern und Kranken-schwestern.
- den Therapeuten und Therapeut-innen.
- Ihren Assis-tenzen.

Eine **Assistenz** ist eine Unterstützung.

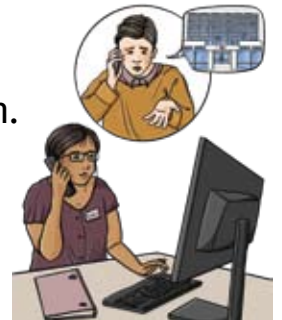


Jedes gute Gespräch macht Ihre Behandlung besser!
Was Sie wollen, ist am wichtigsten.
Und es passieren weniger Fehler bei einer Behandlung.

Aber vielleicht passiert trotzdem ein Fehler.
Dann kann Ihnen das Handbuch helfen.
Sie können dem Gericht das Handbuch zeigen.
Die Infos im Handbuch können den Fehler beweisen.
Zum Beispiel: Jemand hat sich **nicht** an Absprachen gehalten.

Was können Sie tun bei einem Fehler?

Im Handbuch stehen dazu Tipps.
Zum Beispiel: Wie können Sie sich beschweren?



Lieber Patient, liebe Patient·in!

Dieses Handbuch gehört jetzt Ihnen ganz allein.
Benutzen Sie es.
Dann stehen nur Ihre Infos drin.
Und Sie haben alle wichtigen Infos
gesammelt an einem Ort.



Vielleicht kann eine vertraute Person Sie unterstützen.
Und die Einträge mit Ihnen zusammen machen.
Aber Sie bestimmen selbst: Wer darf das Handbuch lesen?

**Diese Infos stehen im Handbuch
Meine Gesundheit:**



- Ärzte und Ärzt-innen von Ihnen.
- Adressen von Arzt-Praxen.
- Welche Krankheiten Sie haben.
- Welche Behandlungen Sie schon hatten.
- Listen zum Aufschreiben von Behandlungen:
Wann hat eine Behandlung angefangen.
Wann war eine Behandlung zu-ende.
- Tabletten-Listen zum Ausfüllen.
- Hilfen für das Arzt-Gespräch:
Was Sie den Arzt oder die Ärztin fragen können.
- Infos über Rechte und Pflichten:
von Patienten und von Ärzten.
- Adressen von Beratungs-stellen bei einem Streit
mit dem Arzt oder mit der Ärztin.

1. Meine persönlichen Informationen

- 1.1 Persönliche Daten und Vertrauenspersonen
- 1.2 Hausärzte und Fachärzte
- 1.3 Infos zu meiner Krankengeschichte
- 1.4 Hilfsmittel und Assistenzen
- 1.5 Medikamente

1. Meine persönlichen Informationen

Hinweise zum Ausfüllen:

Die **Versicherungsnummer** ist Ihre Nummer von der Krankenkasse. Sie finden Ihre Versicherungsnummer auf Ihrer Versichertenkarte. Die Versichertenkarte ist Ihre **Gesundheitskarte**.

Jeder Patient bekommt einmal eine **Patienten-Nummer**. So kann man im Computer diesen Patienten oder diese Patientin immer wiederfinden. Zum Beispiel bei jeder Behandlung im Krankenhaus oder in einer Arzt-Praxis. Man nennt die Patienten-Nummer auch: Patienten-Iden-ti-fi-kation. Die Abkürzung ist: **Patienten-ID**.
Wo finden Sie die Patienten-ID? Vielleicht waren Sie schon einmal im Krankenhaus. Dann haben Sie eine Patienten-ID. Fragen Sie in Ihrer Arzt-Praxis nach.

Vielleicht gehen Sie zur Arbeit. Aber Sie brauchen Therapien bei der Arbeit. Zum Beispiel: Nach einer schweren Krankheit. Dann kann der Arzt mit der **Ansprechperson auf der Arbeit** sprechen.

Vielleicht benötigen Sie Unterstützung bei der Arbeit. Zum Beispiel: Eine Therapie in der Arbeitszeit. Dann können Sie diese Adresse von Ihrer Arbeitsstelle weitergeben. Schreiben Sie auch die Ansprech-Person von der Arbeitsstelle auf. Zum Beispiel: Den Chef oder die Chefin.

1.1 Persönliche Daten und Vertrauenspersonen

Die persönlichen Daten stehen auf Ihrem **Personal-Ausweis**.
Und auf Ihrer **Versicherten-karte**.



Vorname und Nachname:	
Straße und Hausnummer:	Post-leitzahl und Wohn-ort:
Telefon-nummer:	E-Mail-Adresse:
Meine Kranken-kasse:	Meine Versicherungs-nummer :
Persönliche Patienten-Nummer Patienten-ID :	

Daten von der Arbeits-stelle

Ansprech-person:	
Straße und Hausnummer:	
Telefon-nummer:	E-Mail-Adresse:

1.1 Persönliche Daten und Vertrauenspersonen

Hinweise zum Ausfüllen:



Vielleicht haben Sie **mehrere Vertrauenspersonen**.
Sie können den Zettel über die Vertrauensperson kopieren.
Dann können Sie mehrere Personen eintragen.

Die rechtliche Betreuung kann einen Menschen vertreten.
Zum Beispiel: Bei Ämtern.
Oder bei Fragen zum Geld.
Oder bei den Entscheidungen zur Gesundheit.
Oder bei allem.
Manche Menschen haben eine rechtliche Betreuung.
Aber nicht alle Menschen.
Die rechtliche Betreuung hat einen Brief vom Gericht.



Eine **Vor-sorge-vollmacht** ist für später.
Jemand bestimmt heute: Wer soll mich später unterstützen
bei den rechtlichen Angelegenheiten?
Diese Person bekommt eine **Vollmacht**.
Eine Vollmacht ist eine Erlaubnis.
Vielleicht kann ein Mensch später seine Angelegenheiten nicht mehr
selbst regeln.
Dann kann die Person die Vor-sorge-vollmacht zeigen.
Und darf für den anderen Menschen entscheiden.

Eine **Patienten-verfügung** ist ein unterschriebener Text.
Im Text steht: So will ein Mensch später behandelt werden.
Zum Beispiel: Bei einer sehr schweren Krankheit.
Oder am Ende vom Leben.
Jeder Mensch kann für sich eine Patienten-verfügung unterschreiben.



1.1 Persönliche Daten und Vertrauenspersonen

Mit welcher Person sollen die Ärzte sprechen?
Bei einer Behandlung oder im Notfall?



Vorname und Nachname von der Vertrauensperson:	
Straße:	Hausnummer:
Postleitzahl:	Wohnort:
Telefonnummer:	E-Mail-Adresse:
Die Vertrauensperson ist:	
<input type="checkbox"/> ein Familienmitglied.	<input type="checkbox"/> ein Freund eine Freundin
<input type="checkbox"/> Verwandtschaft.	<input type="checkbox"/> meine rechtliche Betreuung
<input type="checkbox"/> eine andere Person: _____	<input type="checkbox"/> eine Assistenz
	<input type="checkbox"/> ein Nachbar eine Nachbarin
Hat jemand eine Vorsorgevollmacht von Ihnen?	
<input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> ja	
Name von der Person mit Ihrer Vorsorgevollmacht:	
Haben Sie eine rechtliche Betreuung?	
<input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> ja	
Name von der rechtlichen Betreuung:	

1.2 Haus-ärzte und Fach-ärzte

Hinweise zum Ausfüllen:

Arzt-wechsel oder Ende der Behandlung

Vielleicht kommen immer mal wieder Fach-ärzte dazu.

Kopieren Sie zuerst den leeren Zettel.

Dann tragen Sie die Fach-ärzte ein.

Behalten Sie immer einen leeren Zettel.

Dann können Sie auch später noch Kopien machen.

Noch etwas ist wichtig:

Vielleicht gehen Sie irgendwann **nicht mehr** zu diesem Arzt.

Dann kreuzen Sie an: **Arzt gewechselt** oder **Ende von der Behandlung**.

Stich-wort-Liste: Wofür ist der Fach-arzt zuständig?

Menschen mit Behinderungen und

ältere Menschen haben viele Fach-ärzte.

Aber vielleicht kennen sie **nicht** das Fach-wort für den Fach-arzt.

Vielleicht wissen sie nur:

- Was macht der Arzt?
- Warum gehe ich zu diesem Fach-arzt?

Vorne im Handbuch ist eine Liste mit Stich-wörtern.

In der Liste stehen Beispiele.

Daneben steht die **Fach-sprache** für den Fach-arzt.

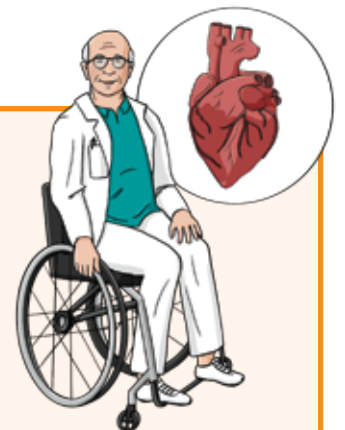
Sie können ankreuzen.

Dann haben Sie einen guten Über-blick:

Für was habe ich die Fach-ärzte?

Sie finden die Stichwort-Liste vorne im Handbuch.

Die Liste ist auf **Seite 8**.





Haus-arzt oder Haus-ärztin von mir



Name vom Haus-arzt oder von der Haus-ärztin:	
Adresse von der Haus-arzt-Praxis	
Straße:	Haus-nummer:
Telefon-nummer:	E-Mail-Adresse:

Fach-ärzte von mir

Fach-arzt für was?	Name vom Fach-arzt: Dr.
Arzt gewechselt <input type="checkbox"/>	Ende der Behandlung <input type="checkbox"/>
Adresse von der Fach-arzt-Praxis	
Straße:	Haus-nummer:
Telefon-nummer:	E-Mail-Adresse:



Fach-ärzte von mir



Fach-arzt für was?	Name vom Fach-arzt: Dr.
Arzt gewechselt <input type="checkbox"/>	Ende der Behandlung <input type="checkbox"/>
Adresse von der Fach-arzt-Praxis	
Straße:	Haus-nummer:
Telefon-nummer:	E-Mail-Adresse:

Fach-ärzte von mir

Fach-arzt für was?	Name vom Fach-arzt: Dr.
Arzt gewechselt <input type="checkbox"/>	Ende der Behandlung <input type="checkbox"/>
Adresse von der Fach-arzt-Praxis	
Straße:	Haus-nummer:
Telefon-nummer:	E-Mail-Adresse:



Fach-ärzte von mir

Fach-arzt für was?	Name vom Fach-arzt: Dr.
Arzt gewechselt <input type="checkbox"/>	Ende der Behandlung <input type="checkbox"/>
Adresse von der Fach-arzt-Praxis	
Straße:	Haus-nummer:
Telefon-nummer:	E-Mail-Adresse:

Fach-ärzte von mir

Fach-arzt für was?	Name vom Fach-arzt: Dr.
Arzt gewechselt <input type="checkbox"/>	Ende der Behandlung <input type="checkbox"/>
Adresse von der Fach-arzt-Praxis	
Straße:	Haus-nummer:
Telefon-nummer:	E-Mail-Adresse:

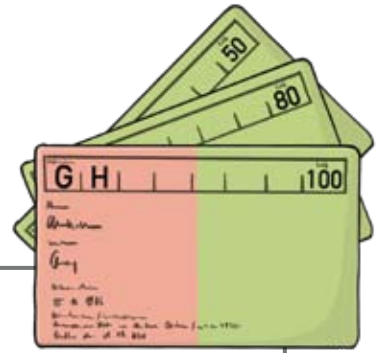


Weitere Ärzte

Arzt-Praxis für was?	Name vom Arzt: Dr.
Arzt gewechselt <input type="checkbox"/>	Ende der Behandlung <input type="checkbox"/>
Adresse von der Arzt-Praxis	
Straße:	Haus-nummer:
Telefon-nummer:	E-Mail-Adresse:

Arzt-Praxis für was?	Name vom Arzt: Dr.
Arzt gewechselt <input type="checkbox"/>	Ende der Behandlung <input type="checkbox"/>
Adresse von der Arzt-Praxis	
Straße:	Haus-nummer:
Telefon-nummer:	E-Mail-Adresse:

Schwer-behinderung und Pflege-grad



Hat das Amt eine Schwer-behinderung bescheinigt?

nein ja

Wie hoch ist der **Grad der Behinderung**?

_____ GdB

Haben Sie einen Schwer-behinderten-ausweis?

nein ja

Wie lange ist der Ausweis gültig?

un-befristet 5 Jahre

Wann müssen Sie den Ausweis verlängern?

Steht ein Merk-zeichen im Ausweis?

nein

G aG H BI GI B RF TBI

Hat die Pflege-kasse einen **Pflege-grad bescheinigt?**

nein ja

Welchen Pflege-grad haben Sie?

0 1 2 3 4 5

1.3 Infos zu meiner Krankengeschichte

- **Vor-erkrankungen:**

Welche Krankheiten hat ein Arzt schon festgestellt bei Ihnen?

- **Operationen:**

Wurden Sie schon einmal operiert?

Eine **Operation** ist eine Behandlung am Körper.

Zum Beispiel: Etwas wird am Körper heraus-geschnitten.

Zum Beispiel: Der Blind-darm.

Die Abkürzung für Operation ist: **OP**.

- **Impfungen:**

Welche Impfungen haben Sie bekommen?

- **Erbliche Veran-lagung und Erb-krankheiten:**

Das sind Krankheiten in der Familie.

Gibt es diese Krankheiten in Ihrer Familie?

- **Krankheiten als Kind:**

Welche **Kinder-Krankheiten** hatten Sie?

- **Genuss-mittel und Abhängig-keiten:**

Worauf können Sie **nicht** verzichten?

Zum Beispiel:

Süßigkeiten oder Zigaretten.

Oder andere **Sucht-mittel**?

- **Hilfe-Bedarf:**

Wobei brauchen Sie Hilfe?

Ein Hilfs-mittel ist zum Beispiel eine Brille.

Aber auch ein Sitz in der Dusche ist ein Hilfs-mittel.

- **Medikamente:**

Welche Medikamente nehmen Sie?



1.3 Infos zu meiner Kranken-geschichte

Vor-erkrankungen und Operationen

Hinweise zum Ausfüllen:



Was ist eine **Vor-erkrankung**?

Eine Vor-erkrankung hat schon früher angefangen.

Aber die Krankheit von früher ist heute noch der Grund für ein gesund-heit-liches Problem.

Zum Beispiel: Sie haben sich als Kind einen Arm gebrochen.

Der Arm ist wieder geheilt.

Trotzdem können Sie den Ellenbogen **nicht** gut bewegen.

Der Arm-bruch ist eine Vor-erkrankung für das steife Ellenbogen-gelenk.

Art der Erkrankung

Zum Beispiel: Knochen-bruch ist die Art der Erkrankung.

Welcher Knochen genau gebrochen war?

Das stellt der Arzt fest.



Hinweise zum Ausfüllen:

Diag·nose

Diagnose ist der medi-zinische Name für eine Krankheit.

Der Arzt stellt eine Krankheit fest bei Ihnen.

Zum Beispiel: Sie haben sich den Unterarm gebrochen.

Der Arzt schreibt das Fach·wort für diesen Knochen·bruch in Ihre Akte.

Ein gebrochener Unterarm heißt in der Akte: Unter·arm·frak·tur.

Das ist das Fach-Wort.

Man kann auch sagen: Die Diagnose vom Arzt.

Was tragen Sie ein bei **Zeit·raum und Dauer?**

Bei Zeit·raum.

Sie tragen ein: **Wann** hatten Sie diese Krankheit.

Erinnern Sie sich nur ungefähr an die Krankheit?

Tragen Sie das trotzdem ein.

Es muss nicht ganz genau sein.

Vielleicht ist eine Krankheit wieder·gekommen in verschiedenen Jahren.

Tragen Sie das auch ein.

Bei Dauer.

Sie tragen ein: **Wie lange** waren Sie krank.

Vielleicht hat die Krankheit mehrere Wochen gedauert.

Oder mehrere Monate.



Ich hatte diese Vor-erkrankungen:

Art der Erkrankung:

Diag·nose vom Arzt:

Zeitraum: Wann war das?

Dauer: Wie lange hat die Krankheit gedauert?

Platz für Notizen:

Art der Erkrankung:

Diag·nose vom Arzt:

Zeitraum: Wann war das?

Dauer: Wie lange hat die Krankheit gedauert?

Platz für Notizen:



Ich hatte diese Operationen:

Art der OP:

Diag·nose vom Arzt:

Wann war die OP?

Platz für Notizen:

Art der OP:

Diag·nose vom Arzt:

Wann war die OP?

Platz für Notizen:

1.3 Infos zu meiner Krankengeschichte

Erbliche Veranlagung und Risiko für eine Krankheit

Hinweise zum Ausfüllen:

Was ist eine **erbliche Veranlagung**?

Vielleicht haben in Ihrer Familie mehrere Personen eine bestimmte Krankheit.

Man sagt: Eine Krankheit liegt in der Familie.

Zum Beispiel: Ihre Mutter hatte schon hohen Blutdruck.

Und Ihre Oma hatte auch schon hohen Blutdruck.

Vielleicht bekommen Sie auch hohen Blutdruck.

Man sagt: Das Risiko für hohen Blutdruck bei Ihnen ist groß.

Ein anderes Wort für Risiko ist: Gefahr.

Was Sie eintragen können bei **erblichen Veranlagungen**:

Vielleicht gibt es in Ihrer Familie öfter eine bestimmte Krankheit.

Hier finden Sie medizinische Namen für verschiedene Krankheiten.

Fragen Sie in der Familie nach Krankheiten.

Zum Beispiel:

Einen Bruder oder eine Schwester.



Hinweise zum Ausfüllen:



Krankheiten in der Familie:

Jeder Mensch trägt in seinem Körper Erb-Informationen.

Eine Erb-Information ist zum Beispiel:

Die Augen-farbe vom Menschen.

Oder die Blut-gruppe.

Die Erb-Information nennt man auch: **Gene**.

Gene sind sehr, sehr winzig.

Eltern geben Gene an ihr Kind weiter.

Unsere Gene bestimmen auch über unsere Krankheiten.

Das heißt: Bekommt ein Mensch eine Krankheit oder nicht?

Vielleicht hatten Ihre Eltern schon eine Krankheit.

Zum Beispiel: Diabetes, also die Zucker-krankheit.

Dann bekommen Sie vielleicht auch Diabetes.

Manche Krankheiten können in der Familie durch die Gene weitergegeben werden.

Das nennt man: **Genetische Veran-lagung**.

Oder die meisten sagen: **Erbliche Veranlagung**.

In meiner Familie kommen diese Krankheiten vor:





Namen von verschiedenen Krankheiten:

Wenn jemand aus einer Familie diese Krankheit hat, dann haben oft noch mehr Personen aus der Familie diese Krankheit. Das nennt man Erbkrankheit.

Das sind zum Beispiel **Erbkrankheiten:**

Asthma, Bluter-Krankheit, Diabetes, Krankheiten vom Herzen und vom Kreislauf, Krebs und Rheuma.

Auch Allergien können die Eltern an die Kinder weitergeben. Zum Beispiel: Eine Allergie gegen bestimmte Medikamente, eine Allergie gegen Nahrungs-mittel, oder eine Allergie gegen Anti-bio-tikum.



Kinder-krankheiten

Was ist eine **Kinder-krankheit**?

Kinder-krankheiten bekommen meistens nur Kinder und Jugendliche. Sie sind für viele Kinder **nicht** gefährlich.

Und es gibt heute Impfungen gegen Kinder-krankheiten.

Aber vielleicht wurde ein erwachsener Mensch als Kind **nicht** gegen die Krankheit ge-impft.

Und der Mensch hat die Krankheit als Kind **nicht** bekommen.

Dann kann die Kinder-krankheit für den erwachsenen Menschen gefährlich sein.

Warum gibt es diese Liste?

Kinder-krankheiten erkennt man bei erwachsenen Menschen **nicht** so schnell.

Denn die Kinder-krankheiten sehen bei erwachsenen Menschen vielleicht anders aus.

Anders, als bei Kindern.

Dem Arzt helfen die Informationen von der Liste:

Hatten Sie als Kind diese Kinder-krankheit?

Man nennt das: Eine **Kinder-krankheit durch-machen**.

Viele Kinder-krankheiten kann man nämlich nur ein-mal bekommen.

Was Sie von der Liste an-kreuzen können:

In der Liste stehen die medizinischen Namen von Krankheiten.

Kreuzen Sie die durchgemachten Kinder-krankheiten an.

Machen Sie das Kreuz bei **d**. Das d steht für **durchgemacht**.

Vielleicht hatten Sie die Krankheit **nicht**.

Aber Sie wurden geimpft gegen die Kinder-krankheit.

Dann kreuzen Sie bei **i** an.

Das i steht für **impfen**.

Tipp: Schauen Sie in Ihrem Impf-ausweis.

Dort stehen alle Impfungen.



Ich hatte diese Kinder-krankheiten und Impfungen:

Krankheit / Impfung	d	i	Wann?	Wichtige Bemerkung
1 Diphtherie				
2 Drei-tage-fieber				
3 Keuch-husten				
4 Kinder-lähmung				
5 Haemo-phi-lus influenzae: Bakterien im Mund und Hals				
6 Hand-Fuß-Mund-Krankheit				
7 Hepatitis B				
8 Grind-flechte				
9 Masern				
10 Menin-go-kok-ken C: Hirn-haut-entzündung				
11 Pneu-mo-kok-ken-erkrankung: • Mittel-ohr-entzündung • Blut-vergiftung • Lungen-entzündung				
12 Ringel-röteln				
13 Röteln				
14 Scharlach				
15 Wind-pocken				
16				
17				

Ich hatte diese Krankheiten und Impfungen als Erwachsener

Eine **Impfung** schützt vor einer Krankheit.

Zum Beispiel:

Die Windpocken-Impfung.

Schauen Sie in Ihrem Impf-ausweis.

Dort stehen alle Impfungen.



Tipp: Sie können den Impf-ausweis in das Handbuch legen.
Oder Sie machen eine Kopie von dem Impf-ausweis.

Krankheit / Impfung	d	i	Wann? Wann zuletzt?	Wichtige Bemerkung
Covid-19: Corona				
Humane Papillom-Viren: HPV				
In-flu-enza: Grippe				

Genuss·mittel und Sucht·mittel

Genuss·mittel

Genuss·mittel sind **nicht** verboten.

Trotzdem sind viele Genuss·mittel schlecht für Ihre Gesundheit.
Ihr Körper kann zu viele Genuss·mittel **nicht gut** vertragen.

Deshalb können Sie eintragen:

Wie viel von diesem Genuss·mittel esse oder trinke ich?

So behalten Sie den Überblick.

Und Sie können sehen:

Vielleicht wird etwas zu viel.

Genuss·mittel sind Lebens·mittel.

Menschen brauchen die Genuss·mittel **nicht** zum Leben.

Zum Beispiel: Kaffee, Schokolade oder Cola.



Genuss-mittel und Sucht-mittel

Sucht-mittel

Sucht-mittel können Menschen süchtig machen.

Das heißt: Der Mensch kann **nicht mehr** ohne das Sucht-mittel sein.

Zum Beispiel: Ni-ko-tin.

Nikotin ist im Tabak von Zigaretten.

Nikotin-Sucht bedeutet:

Ein Mensch kann **nicht** auf-hören zu rauchen.

Ohne das Nikotin geht es dem Menschen schlecht.

Aber das Rauchen ist schlecht für die Gesundheit.

Der Rauch von den Zigaretten macht nämlich zum Beispiel die Lunge kaputt.

Und vielleicht kann man Lungen-krebs bekommen.

Medikamente können auch süchtig machen.

Zum Beispiel: Beruhigungs-mittel oder Schmerz-mittel.

Diese Information hilft dem Arzt.

Der Arzt kann besser entscheiden:

Welche Medikamente und Schmerz-mittel kann er Ihnen ohne Probleme verschreiben?

Und welche Schmerz-mittel **nicht**.

Sucht-mittel sind Drogen.

Zum Beispiel: Alkohol oder Zigaretten.

Sucht-mittel machen Menschen abhängig.

Dann hat der Mensch eine Abhängig-keit.

Ein anderes Wort ist eine Sucht.

Zum Beispiel:

Alkohol-Sucht oder Zigaretten-Sucht.



Genuss-mittel und Sucht-mittel

Worauf können Sie **nicht** verzichten?
 Zum Beispiel: Süßigkeiten oder Zigaretten.
 Oder nehmen Sie **Sucht-mittel**?



Was?	ja	nein	Wie-viel davon?	Wie oft?
Alkohol trinken	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
Beruhigungs-mittel Welche?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
Drogen nehmen Welche?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
Nasenspray benutzen Welches?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
Rauchen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
Schmerz-mittel nehmen Welche?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
Zu viele Süßigkeiten Zucker	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		

1.4 Hilfs-mittel und Assistenzen

Bei diesen Tätig-keiten brauche ich Hilfe:

Was?	ja	nein	Wichtige Bemerkung
aufstehen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
zur Toilette gehen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
waschen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
duschen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
baden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
anziehen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
essen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
trinken	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Essen klein-schneiden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
spazieren·gehen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
sich draußen zurecht·finden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
mit Bus und Bahn fahren	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Sonst noch:	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Sonst noch:	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Sonst noch:	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Sonst noch:	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	

Hilfe von einer anderen Person oder dem Pflege-dienst

Was Sie hier eintragen können:

Wer hilft Ihnen: Hilft Ihnen jemand aus der Familie oder ein Nachbar?

Kommt vielleicht ein Pflege-Dienst zu Ihnen?

Tragen Sie die Namen ein.

Ein **Hilfs-mittel** ist zum Beispiel eine Brille.

Aber auch ein Sitz in der Dusche ist ein Hilfs-mittel.

Ich bekomme Hilfe aus der Familie:

Ich bekomme Hilfe von einem Freund oder einem Nachbarn:

Ich bekomme Hilfe von einem Pflege-dienst:

Ich habe diese Hilfs-mittel:

<input type="checkbox"/> Brille	<input type="checkbox"/> Hör-gerät	<input type="checkbox"/> Zahn-ersatz
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

1.4 Hilfs·mittel und Assistenzen

Persönliche As·sis·tenz

Hinweise zum Ausfüllen:

Persönliche Assistenz

Eine Persönliche Assistenz ist eine Person.

Die Person unterstützt Sie bei verschiedenen Tätigkeiten.

Die Person bekommt Geld für die Unterstützung.

Ein anderes Wort für Unterstützung ist: Assistenz.

Persönliche Assistenz ist ein Beruf.

Die Unterstützung von der persönlichen Assistenz wird bezahlt.

Zum Beispiel von Ihnen mit dem **Persönlichen Budget**.

So spricht man das aus: Büh – djeh.

So heißt das Geld für die Assistenzen von Menschen mit Behinderungen.

Was Sie hier eintragen können:

Menschen mit Behinderungen haben verschiedene persönliche Assistenzen.

Deshalb gibt es hier mehrere Felder zum Ausfüllen.

Tragen Sie die Namen und Adressen von Ihren persönlichen Assistenzen hier ein.

So haben Sie einen Überblick über alle Assistenzen.





Meine persönlichen Assistenzen:

1	Name:	
Adresse von der persönlichen Assistenz		
Straße:		Haus-nummer:
Post-leitzahl und Ort:		
Telefon-nummer:		E-Mail-Adresse:

2	Name:	
Adresse von der persönlichen Assistenz		
Straße:		Haus-nummer:
Post-leitzahl und Ort:		
Telefon-nummer:		E-Mail-Adresse:

Meine persönlichen Assistenzen:

3	Name:	
Adresse von der persönlichen Assistenz		
Straße:		Haus-nummer:
Post-leitzahl und Ort:		
Telefon-nummer:		E-Mail-Adresse:

4	Name:	
Adresse von der persönlichen Assistenz		
Straße:		Haus-nummer:
Post-leitzahl und Ort:		
Telefon-nummer:		E-Mail-Adresse:

Meine Sprach-Assistenz



Was Sie hier eintragen können:

Benötigen Sie Dolmetscher für Gebärden-sprache?

Oder benutzen Sie Leichte Sprache?

Dann können Sie hier Ihre Assistenzen auf-schreiben.



Meine Sprach-Assistenzen:



1	Name Dolmetscher oder Dolmetscherin:	
Assistenz für:		
Straße:		Haus-nummer:
Post-leitzahl und Ort:		
Telefon-nummer:		E-Mail-Adresse:



2	Name Dolmetscher oder Dolmetscherin:	
Adresse von der persönlichen Assistenz		
Straße:		Haus-nummer:
Post-leitzahl und Ort:		
Telefon-nummer:	E-Mail-Adresse:	

Weitere technische Hilfen

Zum Beispiel:

Eine App zum Übersetzen in Gebärden-sprache.

Oder eine App für Bild-beschreibungen für blinde Menschen.

Oder ein Computer-Programm zum Vorlesen.

Schreiben Sie Ihre **technischen Hilfen** hier auf:

1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	
10	

Hilfs-mittel zur Fort-bewegung

Mobilitäts-hilfe

Mobil bedeutet: Unterwegs sein und überall hin-kommen.

Hier sind Ihre Hilfs-mittel für unterwegs gemeint.

Zum Beispiel: ein Rollstuhl oder ein Rollator.



Benutzen Sie diese Hilfs-mittel?

Name	ja	nein	Seit wann? Wie lange?	Wichtige Bemerkung
Geh-hilfe: _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
Rollstuhl	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
Elektro-Rollstuhl	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
Rollator	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
Elektro-mobil	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
Lifter	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
anderes Hilfs-mittel: _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
anderes Hilfs-mittel: _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		

nicht-sichtbare Beeinträchtigung

Was Sie hier eintragen können:

Manche Beeinträchtigungen sieht man **nicht**.

Trotzdem kann eine Information über diese Beeinträchtigung vieles erleichtern beim Arzt. Überlegen Sie:

Welche **nicht-sichtbaren** Beeinträchtigungen haben Sie?

Ein paar Beispiele:

Panik-Attacken, Angst-Zustände,
Empfindlichkeit gegenüber Geräuschen,
Sprachstörung, besondere Gefährdung
für Schocks.



1.5 Meine Medikamente

Eine Liste mit allen Medikamenten von Ihnen hilft bei jedem Arzt. Vielleicht gehen Sie zum ersten Mal zu einem Arzt. Zum Beispiel: Nach einem Unfall oder vor einer Operation. Dann ist eine gültige **Medikamenten-liste** sehr wichtig.

Tipp: Ihr Haus-arzt kennt alle Medikamente von Ihnen. Besorgen Sie sich bei Ihrem Haus-arzt eine neue Medikamenten-liste. Der Haus-arzt druckt die Medikamenten-liste für Sie aus.

Bedarfs-medikamente

Bedarfs-medikamente nehmen Sie nur manchmal ein. Zum Beispiel: Bei Kopf-schmerzen.





Was tragen Sie ein?

Beschwerde bedeutet:

Gegen welche Beschwerden nehmen Sie das Medikament?

Zum Beispiel: Zu hoher Blutdruck ist eine Beschwerde.

Dosierung bedeutet:

Wie-viel nehmen Sie von diesem Medikament?

Und zu welcher Tages-zeit? Schreiben Sie das so auf.

Zum Beispiel: Medikament Name 100 mg: 1-0-1.

Es bedeutet: Sie müssen von diesem Medikament morgens 1 Tablette nehmen und abends 1 Tablette nehmen.

Die 0 bedeutet: mittags müssen Sie **keine** Tablette nehmen.

Medikamenten-einnahme – Datum | Beginn bedeutet:

Wann haben Sie angefangen dieses Medikament einzunehmen?

Medikament-einnahme – Datum | Ende bedeutet:

Bis wann haben Sie dieses Medikament genommen?

Vielleicht müssen Sie ein Medikament **nicht mehr** nehmen?

Dann notieren Sie das unbedingt. Dann weiß der Arzt:

Welche Medikamente nehmen Sie **nicht mehr**.

Besondere Hinweise bedeutet:

Wird Ihnen zum Beispiel schlecht von einem Medikament?

Oder werden Sie besonders müde von einem Medikament?

Tragen Sie so etwas hier ein.



Meine Medikamenten-liste

Welche Medikamente nehmen Sie zur Zeit?

Welche Medikamente haben Sie früher genommen?

Schreiben Sie alle Medikamente auf.

Nehmen Sie die Medikamenten-liste mit zum Erst-Gespräch bei einem Arzt oder einer Ärztin.



Beschwerde:		Name vom Medikament:	
Dosierung:	Datum: Beginn	Datum: Ende	Besondere Hinweise:

Beschwerde:		Name vom Medikament:	
Dosierung:	Datum: Beginn	Datum: Ende	Besondere Hinweise:

Beschwerde:		Name vom Medikament:	
Dosierung:	Datum: Beginn	Datum: Ende	Besondere Hinweise:

Meine Medikamenten-liste

Welche Medikamente nehmen Sie zur Zeit?

Welche Medikamente haben Sie früher genommen?

Schreiben Sie alle Medikamente auf.

Nehmen Sie die Medikamenten-liste mit zum Erst-Gespräch bei einem Arzt oder einer Ärztin.



Beschwerde:		Name vom Medikament:	
Dosierung:	Datum: Beginn	Datum: Ende	Besondere Hinweise:

Beschwerde:		Name vom Medikament:	
Dosierung:	Datum: Beginn	Datum: Ende	Besondere Hinweise:

Beschwerde:		Name vom Medikament:	
Dosierung:	Datum: Beginn	Datum: Ende	Besondere Hinweise:

2. Meine Vorbereitung auf eine Behandlung

- 2.1 Erfahrungen mit einer Einrichtung
- 2.2 Pack-liste
- 2.3 Mit Ärzten sprechen

2. Meine Vorbereitung auf eine Behandlung

Wie Sie eine Behandlung planen können

Wir nennen Orte für Behandlungen: **Einrichtungen**.
Eine Einrichtung kann zum Beispiel ein Kranken·haus sein.
Der Name von der Einrichtung ist dann zum Beispiel:
Sankt Elisabeth Kranken·haus.

Stellen Sie sich auf eine Behandlung ein.
Sie können vorher überlegen:

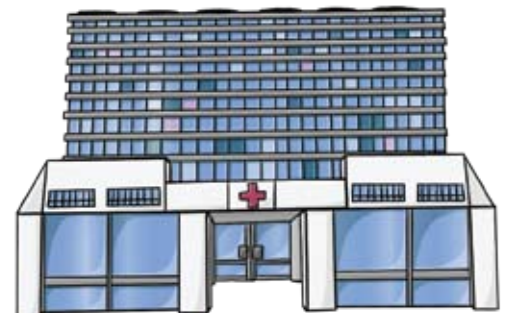
- Worum muss ich mich kümmern?
 - Was muss ich mit·nehmen in eine **Einrichtung**?
 - Brauche ich Unterstützung in dieser **Einrichtung**?
- Und wenn ja:
Welche Unterstützung?



Sie können sich nämlich Stress sparen,
wenn Sie vorher wissen:

Wie barriere·frei ist die **Einrichtung**:

- die Arzt-Praxis?
- das Kranken·haus?
- das Therapie·zentrum?



Infos zur Barriere-freiheit sammeln

Sammeln Sie die Infos über die Einrichtungen.
Schreiben Sie zum Beispiel Ihre Erfahrungen auf.
Welche Barrieren gibt es in einer Einrichtung?

Zum Beispiel: **Sprach-Barrieren**
bei der Anmeldung im Krankenhaus.

Später helfen Ihnen die Infos.
Zum Beispiel für weitere Behandlungen.
Dann nehmen Sie zum Beispiel
für die Anmeldung eine Verstehens-Assistenz mit.



Infos mit anderen Menschen teilen

Oder die Infos zur Barriere-freiheit
helfen anderen Menschen mit Behinderungen.
Sie können die Infos nämlich mit anderen Menschen teilen.

Zum Beispiel:
Vielleicht sind Sie in einer **Selbsthilfe-Gruppe**.
Dann teilen Sie die Infos in der Selbsthilfe-Gruppe.
Für andere Menschen mit Behinderungen sind
Ihre Erfahrungen sehr nützlich.
Und sie haben weniger Stress bei einer Behandlung.



2.1 Erfahrungen mit einer Einrichtung

Hinweise zum Ausfüllen:



Was Sie eintragen bei Datum

Wann haben Sie diese Erfahrung gemacht?
Schreiben Sie das Datum auf.

Vielleicht gibt es ein Problem in einer Einrichtung.
Dann sehen Sie am Datum:
Diese Erfahrung ist schon länger her.
Und das Problem gibt es vielleicht **nicht mehr**.

Bei sehr alten Erfahrungen:
Fragen Sie vor einer neuen Behandlung nach.

Öffnungszeiten von einem Krankenhaus oder einer Arzt-Praxis

Manche Einrichtungen sind an bestimmten Tagen zu.
Oder sie haben zu bestimmten Uhrzeiten geschlossen.

Zum Beispiel:

Am Mittwoch-nachmittag oder an Feier-tagen.

Schreiben Sie diese Info auf.

Manche Einrichtungen haben im Notfall auf.

Zum Beispiel:

Notfall-Ärzte oder Durchgangs-ärzte.

MRSA nennt man auch: **Krankenhauskeim**.

MRSA sind bestimmte Bakterien.

Die Bakterien kommen auf der Haut von Menschen vor.

Das ist **nicht** gefährlich.

Aber vielleicht bekommen Sie eine Entzündung.

Und Sie sollen Anti-bio-ti-kum nehmen.

Dann wirkt das Antibiotikum vielleicht **nicht**.

Das ist gefährlich für Menschen im Krankenhaus.

Deshalb macht das Personal im Krankenhaus einen Test auf **MRSA**.

Armband für Patienten:

Als Patient oder Patientin bekommen Sie ein Armband.

Das Armband bekommen Patienten bei der Aufnahme in ein Krankenhaus oder in eine Klinik.

So kann das Personal im Krankenhaus sicher sein:

Sie bekommen die richtige Behandlung.

Das Armband tragen Sie bis zum Ende vom Krankenhaus-Aufenthalt.





2.1 Erfahrungen mit einer Einrichtung

Fragen-Liste zu Erfahrungen

Datum: _____



Wie heißt die Einrichtung?

Wo ist die Einrichtung?

Telefon-nummer:

Können Sie an bestimmten Tagen **nicht** kommen?

- Mittwoch-nachmittag samstags sonntags
 an Feier-tagen
 Ein anderer Tag: _____

Können Sie zu bestimmten Uhr-zeiten **nicht** kommen?

Hin-kommen zur Einrichtung

Gibt es eine **Haltestelle** in der Nähe?

- ja nein

Wie heißt die Haltestelle?

Wie weit ist die Haltestelle von der Einrichtung entfernt?

- 5 Minuten 10 Minuten 15 Minuten 30 Minuten

Ist der Weg leicht zu finden?

ja nein

Kommentar:

Welche Linie fährt hin?

Probleme an der Haltestelle:

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Treppen | <input type="checkbox"/> ein kaputter Aufzug |
| <input type="checkbox"/> hoher Bordstein | <input type="checkbox"/> eine kaputte Roll-treppe |
| <input type="checkbox"/> Kopf-stein-pflaster | <input type="checkbox"/> keine Ampel |

Gibt es ein anderes Problem? Dann schreiben Sie es hier auf:

Barriere-freiheit an der Haltestelle:

- | | |
|---|---------------------------------|
| <input type="checkbox"/> flacher Bord-stein | <input type="checkbox"/> Aufzug |
| <input type="checkbox"/> Leit-system für Blinde | <input type="checkbox"/> Ampel |
| <input type="checkbox"/> | |

Ankommen in der Einrichtung

Ist die Einrichtung barriere-frei?

ja nein

Welche Probleme gibt es für Sie?

Haben Sie lange auf Ihre Behandlungen gewartet?

ja nein

Hatten Sie einen Termin? <input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> nein
Wie hat die Anmeldung geklappt? <input type="checkbox"/> gut <input type="checkbox"/> schlecht
Hat Ihnen jemand geholfen? <input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> nein
Ist die Anmelde-theke niedrig? <input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> nein
Gibt es einen vertraulichen Bereich für persönliche Gespräche? <input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> nein
Wurden Infos über Sie laut besprochen? <input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> nein
Bleiben über mehrere Tage
Haben Sie in der Einrichtung übernachtet? <input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> nein
Wie-viele Tage waren Sie dort? _____ Tage
Hat Ihnen jemand alles gezeigt? <input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> nein
Hat das Personal einen MRSA-Test bei Ihnen gemacht? <input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> nein
Haben Sie ein Armband für Patienten bekommen? <input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> nein
Was möchten Sie über die Einrichtung aufschreiben?

2.2 Pack-liste

Mehrere Tage in einer Einrichtung

Was sie einpacken können:

Manchmal dauern Behandlungen länger.
Dann gehen Sie vielleicht in eine **Klinik**.
Zum Beispiel: in eine Reha-Klinik.
Dort lernt ein Patient zum Beispiel wieder
Bewegungen zu machen nach einer OP.

Die Tage in einer Klinik sind anders als Zuhause.
In der Klinik können Sie **nicht** alleine
über den Alltag bestimmen.
Zum Beispiel:

- Die Zeiten für die Mahlzeiten sind anders.
- Sie bekommen Termine für Untersuchungen.
- Vielleicht sind Sie mit jemandem zusammen auf einem Zimmer.

Sie müssen sich auf andere Menschen einstellen.
Das ist vielleicht schwer für Sie.
Und es macht Ihnen Stress.

Die **Pack-liste** auf der nächsten Seite
soll Ihnen den Stress abnehmen.
Kreuzen Sie zuerst an:
Was müssen Sie mitnehmen?
Oder schreiben Sie etwas auf.

Vielleicht müssen Sie noch mal in eine Klinik.
Dann können Sie auf der Pack-liste nachschauen.





2.2 Pack-liste

Zum Beispiel: Für eine Klinik



Geld und Papiere

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Geld | <input type="checkbox"/> Überweisung |
| <input type="checkbox"/> Versicherten-karte
Gesundheits-karte | <input type="checkbox"/> Berichte vom Arzt
<input type="checkbox"/> Bescheinigungen |
| <input type="checkbox"/> Impf-ausweis | <input type="checkbox"/> Medikamenten-plan |
| <input type="checkbox"/> Ausweise | |
| Ausweis für: | |
| <input type="checkbox"/> Organ-spende | <input type="checkbox"/> Patienten-verfügung |
| <input type="checkbox"/> Diabetiker | <input type="checkbox"/> Vor-sorge-vollmacht |
| <input type="checkbox"/> Röntgen | <input type="checkbox"/> Herz-schritt-macher |

Hygiene und Hilfs-mittel

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Zahn-bürste | <input type="checkbox"/> Handtuch |
| <input type="checkbox"/> Zahn-pasta | <input type="checkbox"/> Wasch-lappen |
| | <input type="checkbox"/> Dusch-tuch |
| | <input type="checkbox"/> Brillen-putz-tuch |
| <input type="checkbox"/> Duschgel Seife | Hygiene für Frauen |
| <input type="checkbox"/> Shampoo | <input type="checkbox"/> Binden Vorlagen |
| <input type="checkbox"/> Haar-pflege | <input type="checkbox"/> Slipeinlagen |
| <input type="checkbox"/> Bürste Kamm | <input type="checkbox"/> Tampons |
| <input type="checkbox"/> Fön | |



<input type="checkbox"/> Deo <input type="checkbox"/> Creme <input type="checkbox"/> Body-Lotion <input type="checkbox"/> Rasier-schaum <input type="checkbox"/> After Shave <input type="checkbox"/> Rasier-apparat Rasierer	<input type="checkbox"/> Taschentücher <input type="checkbox"/> Brille <input type="checkbox"/> Lese-brille <input type="checkbox"/> Lupe <input type="checkbox"/> Kontakt-linsen
<input type="checkbox"/> meine Tabletten <input type="checkbox"/> Tabletten-box <input type="checkbox"/> meine Salben <input type="checkbox"/> Augen-tropfen	<input type="checkbox"/> Nagel-bürste <input type="checkbox"/> Nagelpfeile <input type="checkbox"/> Nagelschere <input type="checkbox"/> Nagelklipser

Kleidung	
<input type="checkbox"/> gemütliche Hose <input type="checkbox"/> gemütlicher Pulli <input type="checkbox"/> Jogging-hose <input type="checkbox"/> Leggins	<input type="checkbox"/> T-Shirts <input type="checkbox"/> Jeans <input type="checkbox"/> Pullis <input type="checkbox"/> Strickjacke
<input type="checkbox"/> Unter-hosen <input type="checkbox"/> Unter-hemden <input type="checkbox"/> BH <input type="checkbox"/> Socken <input type="checkbox"/> dicke Socken	<input type="checkbox"/> Sport-hose <input type="checkbox"/> Sport-shirt <input type="checkbox"/> Bademantel <input type="checkbox"/> Badeanzug <input type="checkbox"/> Badehose
<input type="checkbox"/> Regen-jacke Jacke <input type="checkbox"/> Haus-schuhe <input type="checkbox"/> Bade-latschen <input type="checkbox"/> Schuhe	<input type="checkbox"/> Schlaf-anzug <input type="checkbox"/> Nacht-hemd





Sonstiges	
<input type="checkbox"/> Handy mit Guthaben <input type="checkbox"/> Tablet <input type="checkbox"/> Lade-kabel <input type="checkbox"/> Lade-gerät E-Rolli <input type="checkbox"/> Stecker <input type="checkbox"/> Kopf-hörer	<input type="checkbox"/> Stift und Papier <input type="checkbox"/> etwas zu lesen <input type="checkbox"/> etwas zu malen <input type="checkbox"/> etwas zu basteln
<input type="checkbox"/> Hör-gerät <input type="checkbox"/> Ohr-stöpsel <input type="checkbox"/> Maske <input type="checkbox"/> Schlaf-brille <input type="checkbox"/> Sitz-kissen <input type="checkbox"/> Lagerungs-kissen <input type="checkbox"/> Kissen	Mahlzeiten <input type="checkbox"/> Saft <input type="checkbox"/> Trink-becher <input type="checkbox"/> Stroh-halme <input type="checkbox"/> Teller-rand <input type="checkbox"/> mein Ess-besteck
<input type="checkbox"/> Tasche für Sport-sachen <input type="checkbox"/> Regen-schirm <input type="checkbox"/> Nacht-licht Taschen-lampe	<input type="checkbox"/> Rollator

Was mir sonst noch einfällt
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>

2.3 Mit Ärzten sprechen

Fragen-Liste für Arzt-Gespräche

Im nächsten Kapitel finden Sie Fragen-Listen.
Eine Fragen-Liste ist eine Liste mit Fragen.
Gehen Sie vorher die Fragen-Liste durch.
So bereiten Sie sich gut auf eine Behandlung vor.



Hinweise zur Vorbereitung

Schlagen Sie im Handbuch im **Kapitel Tipps** nach.
Hier finden Sie wichtige Tipps:
Wie kann ich mich auf eine Behandlung vorbereiten?



Es gibt verschiedene Frage-Listen:

Für Gespräche in einer Arzt-Praxis.
Oder für Gespräche im Krankenhaus.
Nehmen Sie die passende Fragen-Liste mit.
Auf der Liste stehen Tipps für Fragen im Gespräch.



Fragen-Liste vorher Kopieren

Denken Sie dran:
Kopieren Sie vorher die Fragen-Liste.
Dann füllen Sie die Fragen-Liste aus.



3. Erstes Gespräch in der Arzt-Praxis oder im Krankenhaus

3.1 Fragen-Liste für das Aufnahme-Gespräch

3. Erstes Gespräch in der Arzt-Praxis oder im Krankenhaus

Das Aufnahme-gespräch

Das erste Gespräch vor einer Behandlung nennt man:

Aufnahme-gespräch.

Vor der Behandlung spricht ein Arzt oder eine Ärztin mit Ihnen.

Der Arzt oder die Ärztin möchte wissen:

Warum sind Sie da? Was haben Sie?

Vielleicht brauchen Sie eine Behandlung.

Zum Beispiel:

In einer Arzt-Praxis.

Oder in einem Kranken-haus.

Oder in einer anderen Einrichtung.

Dann können Sie beim ersten Gespräch

Ihre **Kranken-geschichte** erzählen.

Sie können sich

auf das Gespräch vorbereiten.



Kranken-geschichte erzählen oder zeigen

Kranken-geschichte nennt man:

Alle Krankheiten und Behandlungen von Ihnen von früher bis heute.

Vielleicht ist das viel.

Und an manches können Sie sich

nicht mehr gut erinnern.





Im Handbuch Meine Gesundheit haben Sie Ihre Kranken-geschichte.

Sie können nämlich Buch führen:

- Wie lange habe ich schon Beschwerden?
- Wo bin ich überall gewesen?
- Welche Behandlungen hatte ich?

Wenn Sie sich Notizen machen,
dann haben Sie alle Infos zusammen.
Und die Ärzte und Ärzt-innen
verstehen bei jeder Behandlung
mehr über Ihre Beschwerden.

Und können die richtige Behandlung vor-schlagen.



Infos von Ihnen sind am wichtigsten für den Arzt oder die Ärztin

Ein Arzt oder eine Ärztin untersucht Sie.

Dann stellt er oder sie fest:

Diese Krankheit haben Sie.

Das nennt man: Eine **Diagnose** stellen.

Was muss der Arzt oder die Ärztin wissen?

Das können Sie am besten sagen!

Sie sind die Fach-Person für Ihre Kranken-geschichte:

- **Sie** waren bei jeder Behandlung dabei.
- **Sie** haben die Schmerzen gefühlt.
- Und **Sie** merken, wenn es besser wird.

Deshalb sind die Infos von Ihnen am wichtigsten.

Unser Tipp:

Schreiben Sie diese wichtigen Infos auf.

Schreiben Sie sich auch Fragen an die Ärzte und Ärztinnen auf.

Nehmen Sie alles mit zum ersten Gespräch.



Kranken·geschichte im Handbuch Meine Gesundheit

Das Handbuch Meine Gesundheit
ist Ihre Kranken·geschichte.
Haben Sie die Seiten vorne ausgefüllt?
Dann haben Sie wichtige Infos gesammelt.

Und Sie sind immer gut vorbereitet
auf jede neue Behandlung.

Aber Sie können noch mehr machen:
Sie können Infos zu bestimmten Beschwerden sammeln.



Tagebuch führen

Sie schreiben die Beschwerden und
die Schmerzen auf.

Das nennt man:

Ein **Tagebuch** führen.

Diese Tagebücher finden Sie im **Kapitel 6:**
Alles über meine Behandlungen auf Seite 121.



In diesem Handbuch gibt es:

- Ein **Schmerz-Tagebuch** auf Seite 123.
Zum Beispiel: Wie stark die Schmerzen an einem Tag sind.
- Ein **Beschwerde-Tagebuch** auf Seite 126.
Zum Beispiel: Welche Beschwerde Sie haben.
- Ein **Medikamenten-Tagebuch** auf Seite 127.
Zum Beispiel:
Welche Medikamente Sie bei einer Behandlung einnehmen.



Hinweis: **Beschwerden und Schmerzen aufschreiben**

Was ist damit gemeint?

Vielleicht haben Sie Probleme mit etwas.

Oder etwas geht **nicht** mehr gut.

Zum Beispiel:

Sie können **nicht** gut schlafen.

Oder es fällt Ihnen etwas schwer.

Zum Beispiel:

Das Atmen fällt Ihnen schwer.

Schreiben Sie diese Beschwerden auf.

Sie können auch Ihre **Schmerzen** aufschreiben:

Wie stark sind meine Schmerzen?

Wann kommen Schmerzen?

Tragen Sie das Datum ein.

Und wie stark die Schmerzen sind.

Machen Sie das jeden Tag.

Das ist dann Ihr **Schmerz-Tagebuch**.



Fragen be·antworten beim Arzt

Sie müssen vor der ersten Untersuchung auf viele Fragen antworten.

Dafür gibt es die **Fragen-Liste für das Aufnahme-gespräch**.

Mit der Fragen-Liste bereiten Sie sich vor für das Aufnahme-Gespräch.

Vielleicht haben Sie selbst Fragen an den Arzt oder an die Ärztin.

Und Sie möchten beim Gespräch an die Fragen denken.

Dann können Sie Ihre Fragen vorher hier eintragen.

Oder eine Assistenz trägt die Fragen ein.





3.1 Fragen-Liste für das Aufnahme-Gespräch



Name vom Arzt oder von der Ärztin:		Datum vom Gespräch:
Sagen Sie dem Arzt oder der Ärztin vor dem Gespräch: Bitte sprechen Sie langsam. Stellen Sie Ihre Fragen leicht verständlich. Und erklären Sie bitte die Fach-Wörter.		
Mein Name:	Meine Patienten-Nummer:	
Vorbereitung: Schreiben Sie die Antworten vor dem Termin auf.		
Infos im Schmerz-Tagebuch <input type="checkbox"/> Diese Schmerzen habe ich:		
Infos im Beschwerde-Tagebuch <input type="checkbox"/> Jetzt habe ich diese Beschwerden:		
Wie haben die Beschwerden angefangen?		

Sind die Beschwerden schlimmer geworden?

Woher können die Beschwerden kommen?

Das habe ich schon wegen den Beschwerden gemacht:
Zum Beispiel: Andere Untersuchungen oder Medikamente.

Was hat geholfen gegen die Schmerzen?

Was hilft nicht gegen die Schmerzen?

Was hilft Ihnen bei den Beschwerden?

Haben Sie sonst noch Beschwerden oder Probleme?

nein ja

Welche?

Was sagt der Arzt oder die Ärztin beim Gespräch?

Was soll gemacht werden?

Was soll ich machen?

Was möchten Sie den Arzt oder die Ärztin fragen?
Hier können Sie Ihre **eigenen Fragen** aufschreiben:

4 . Meine Behandlungen in einer Arzt-Praxis

- 4 .1 Fragen-Liste für Untersuchungen: **ambulant**
- 4 .2 Behandlung mit Medikamenten

4

4. Meine Behandlungen in einer Arzt-Praxis

Sie haben zuerst ein Aufnahme-gespräch.
Danach kommt die erste Untersuchung.
Das nennt man: **Erst-Untersuchung**.

Bei der Erst-Untersuchung möchte
der Arzt oder die Ärztin heraus-finden:
Was fehlt Ihnen?
Welche Behandlung ist richtig für Sie?



Fragen zur Untersuchung

Die Erst-Untersuchung ist wichtig
für die Behandlung danach.

Es ist wichtig:

- Machen Sie gut mit bei den Untersuchungen.
- Haben Sie **keine** Angst vor der Untersuchung.
- Antworten Sie ehrlich auf Fragen.
- Sie bestimmen selbst über Ihren Körper.



Vielleicht werden bei der Erst-Untersuchung verschiedene
Untersuchungen gemacht.

Oder eine besondere Untersuchung.

Zum Beispiel: Eine Ultra-schall-Untersuchung.

Haben Sie Fragen zur Untersuchung?

Dann lassen Sie sich alles gut erklären.

Schreiben Sie die Antworten auf.



4.1 Fragen-Liste für Untersuchungen: **ambulant**



Tipp: Fragen-Liste für Untersuchungen mit-nehmen

Nehmen Sie eine Fragen-Liste mit in die Arzt-Praxis.

Machen Sie sich Notizen beim Gespräch.

Fragen Sie auch nach.

Lassen Sie sich alles gut erklären.

Schwere Wörter kann eine Schreib-Assistenz aufschreiben.

Oder der Arzt schreibt für Sie die Antworten auf.

Ambulante Behandlung bedeutet:

Zwischen den Behandlungen können Sie wieder nach Hause gehen.

Sie übernachten **nicht** in der Arzt-Praxis.

Und **nicht** im Therapie-Zentrum.

Das Gegenteil von ambulanter Behandlung ist:

Stationäre Behandlung.

Es bedeutet: Sie bleiben auch über Nacht.

Eine 2. Meinung ein-holen

Das bedeutet: Sie lassen sich auch von einem anderen Arzt untersuchen.

Ein anderer Arzt bestätigt die Meinung vom ersten Arzt.

Oder ein anderer Arzt findet vielleicht etwas anderes heraus.

Eine **2. Meinung** ist zum Beispiel dann wichtig:

- Wenn es um eine schwere Krankheit geht.
- Wenn es um eine besondere Behandlung geht.
- Wenn eine Behandlung gefährlich ist.





4.1 Fragen-Liste für Untersuchungen: **ambulant**

Name vom Arzt oder von der Ärztin:	Datum vom Gespräch:
<p>Sagen Sie dem Arzt oder der Ärztin vor dem Gespräch: Bitte sprechen Sie langsam. Stellen Sie Ihre Fragen leicht verständlich. Und erklären Sie bitte die Fach-Wörter.</p>	
Was sollen die Ärzte bei der Untersuchung herausfinden?	
Ist die Untersuchung gefährlich? <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> ja Wenn ja: Was ist gefährlich?	
Kann man auch eine andere Untersuchung machen? <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> ja Wenn ja: Das ist die andere Möglichkeit:	
Bei welchem Arzt kann ich mir eine 2. Meinung holen?	

Wann soll die Untersuchung sein?

Wo soll die Untersuchung sein?

Wie läuft die Untersuchung ab?

Muss ich mich besonders auf die Untersuchung vorbereiten?

nein ja

Wenn ja: Wie muss ich mich vorbereiten?

Muss ich etwas Besonderes zur Untersuchung wissen?

Was muss ich zur Untersuchung mitbringen?

Fragen Sie den Arzt oder die Ärztin.

Impf-ausweis

Medikamenten-Liste

Röntgen-Pass

Arzt-Brief von _____

Arzt-Brief von _____

Hilfs-mittel von mir: _____

Was ich sonst noch brauche:

-
-
-

Wann bekomme ich die Ergebnisse von der Untersuchung?

Wo kann ich nach den Ergebnissen fragen?

Wie geht es nach der Untersuchung weiter?

Welche Behandlung bekomme ich dann?

Fragen von Ihnen:

4.2 Behandlung mit Medikamenten

Medikamente gehören zu den meisten Behandlungen dazu.
Sie helfen auf viele Arten.

Medikamente können auf diese Arten helfen:

- **unseren Körper heilen.**
Zum Beispiel:
Wenn es eine Entzündung im Körper gibt.
- **Schmerzen lindern.**
Zum Beispiel:
Schmerz-Tabletten.
- **uns vor Krankheiten schützen.**
Zum Beispiel:
Eine Grippe-Impfung.



Medikamente können auch gefährlich sein.

Zum Beispiel:

- wenn jemand falsche Medikamente nimmt.
- wenn jemand zu-viele Medikamente nimmt.
- wenn jemand die Medikamente **nicht** verträgt.



Fragen Sie nach bei Medikamenten!

Seien Sie mit Medikamenten immer genau.
Nehmen Sie immer genau die richtige Menge.
Halten Sie sich an die Anweisungen vom Arzt.
Das ist wichtig.
Damit Sie immer die richtige Behandlung bekommen.



Sind Sie un-sicher mit einem Medikament?

Dann fragen Sie nach.

Vielleicht verträgt jemand ein Medikament **nicht**.
Dann braucht die Person ein anderes Medikament.



Fühlen Sie sich nach der Einnahme schlecht?

Dann fragen Sie nach!



Ist Ihnen etwas aufgefallen bei den Medikamenten für Sie?

Dann fragen Sie lieber nach.
Denn vielleicht ist ein Fehler passiert.

Bei Medikamenten dürfen **keine** Fehler passieren.
Deshalb müssen alle gut aufpassen:

- Sie selbst.
- Der Arzt oder die Ärztin.
- Das medizinische Personal.
- Die Assistenzen von Ihnen.

So erkennen Sie einen Fehler

- Wenn plötzlich ein neues Medikament dabei ist.
- Wenn Sie das Medikament **nicht** erkennen.
Und es anders aus-sieht als sonst.
- Wenn Sie das Medikament zu einer falschen Zeit bekommen.



5. Meine Behandlungen in einem Krankenhaus

- 5.1 Fragen-Liste für Untersuchungen: **sta·tio·när**
- 5.2 Operation
- 5.3 Narkose
- 5.4 Arzt-Visite
- 5.5 Entlassung

5. Meine Behandlung in einem Krankenhaus

Sie haben die ersten Untersuchungen hinter sich?
Und alle Fragen mit dem Ärzte-Team besprochen?
Dann steht vielleicht eine **Behandlung im Krankenhaus** an.
Zum Beispiel eine Operation.



Möchten Sie eine Fragen-Liste durchgehen
für eine Behandlung im Krankenhaus?
Die **Fragen von der Liste** sind wie bei einer ambulanten Behandlung.

Behandlung im Krankenhaus bedeutet:

Sie bleiben auch über Nacht.

Zum Beispiel: Sie bleiben für mehrere Tage im Krankenhaus.

Vielleicht wegen einer Operation.

Man kann auch sagen: **Sta·tio·nä·re Behandlung**

In diesem Kapitel lesen Sie Infos
über Behandlungen im Krankenhaus.
Und wie eine Behandlung im Krankenhaus abläuft.
Hier stehen Infos zu diesen Themen:

- Operation
- Narkose
- Ärzte-Visite

Zu jedem Thema gibt es **Fragen-Listen**.
So können Sie sich gut
auf die Behandlung im Krankenhaus vorbereiten.





5.1 Fragen-Liste für Untersuchungen: sta·tio·när



Name vom Arzt oder von der Ärztin:	Datum vom Gespräch:
<p>Sagen Sie dem Arzt oder der Ärztin vor dem Gespräch: Bitte sprechen Sie langsam. Stellen Sie Ihre Fragen leicht verständlich. Und erklären Sie bitte die Fach-Wörter.</p>	
Was sollen die Ärzte bei der Untersuchung herausfinden?	
Ist die Untersuchung gefährlich? <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> ja	
Kann man auch eine andere Untersuchung machen? <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> ja Wenn ja: Das ist eine andere Möglichkeit:	
Bei welchem Arzt kann ich mir eine 2. Meinung holen?	

Wann soll die Untersuchung sein?

Wo soll die Untersuchung sein?

Wie läuft die Untersuchung ab?

Muss ich mich besonders auf die Untersuchung vorbereiten?

nein ja

Wenn ja: Wie muss ich mich vorbereiten?

Muss ich etwas Besonderes zur Untersuchung wissen?

Was muss ich zur Untersuchung mitbringen?

Fragen Sie den Arzt oder die Ärztin.

Impf-ausweis

Medikamenten-Liste

Röntgen-Pass

Arzt-Brief von _____

Arzt-Brief von _____

Hilfs-mittel von mir: _____

Was ich sonst noch brauche:

Wann bekomme ich die Ergebnisse von der Untersuchung?

Wo kann ich nach den Ergebnissen fragen?

Wie geht es nach der Untersuchung weiter?

Welche Behandlung bekomme ich dann?

Was möchten Sie den Arzt oder die Ärztin fragen?
Hier können Sie **Ihre eigenen Fragen** aufschreiben:

5.2 Operation

Eine Operation ist eine Behandlung am Körper.
Eine Operation ist **keine** leichte Entscheidung.
Das kann gefährlich sein.
Man nennt das: Risiken bei einer Operation.



Eine **Operation** ist eine Behandlung am Körper.
Zum Beispiel: Etwas wird am Körper heraus-geschnitten.
Zum Beispiel: Der Blind-darm.
Bei einer Operation bekommt der Patient oder die Patientin eine Betäubung.
Das nennt man: **Narkose**.
Man merkt nichts von der Operation.
Zur Operation kann man auch kurz sagen: OP.

Die Operation soll gut verlaufen.
Und Sie sollen die richtige Entscheidung treffen:
Möchten Sie sich operieren lassen?
Ist die OP notwendig?

Deshalb ist es wichtig:
Sich gut informieren über die Operation.
Und sich gut auf-klären lassen über die Risiken von der Operation.

Nach der OP kommt der Patient auf die Intensiv-Station.
Man kann auch sagen: **Auf-wach-Raum**.
Dort wird der Patient überwacht.

Es gibt ein **Beratungs-Gespräch** mit dem Ärzte-Team.
Das Beratungs-Gespräch ist immer vor einer Operation.
Zum Beispiel mit

- dem Haus-arzt oder der Hausärztin.
- dem Fach-arzt oder der Fach-ärztin.
- dem Arzt oder der Ärztin im Krankenhaus.



Jeder Patient und jede Patientin hat ein Beratungs-Gespräch.
Das Beratungs-Gespräch ist vor der Operation.
Das Gespräch ist eine Vorbereitung auf die Operation.
Sie bekommen viele Infos bei dem Beratungs-Gespräch:
Infos über die Operation.
Und Infos über die Risiken von der Operation.

Sie können eine **Vertrauens-Person** zu dem Gespräch mitnehmen.
So können Sie eine gute Entscheidung treffen.
Und eine selbst-bestimmte Entscheidung.

Vielleicht sprechen Sie mit mehreren Ärzten.
Und Sie bekommen viele Infos.
Bereiten Sie sich deshalb gut vor
auf das Beratungs-Gespräch.



Dafür gibt es die Fragen-Liste über eine Operation.

5.2 Operation

Hinweise zum Ausfüllen:



Tipp: Vertrauens-Person und Fragen-Liste

Sie können eine **Vertrauens-Person** zu dem Gespräch mitnehmen.

So können Sie eine gute Entscheidung treffen.

Und eine selbst-bestimmte Entscheidung.

Vielleicht sprechen Sie mit mehreren Ärzten.

Und Sie bekommen viele Infos.

Bereiten Sie sich deshalb gut vor auf das Beratungs-Gespräch.

Dafür gibt es die **Fragen-Liste über eine Operation**.

Arbeits-unfähig-keit

Das bedeutet:

Jemand kann nicht arbeiten wegen einer schweren Verletzung.

Oder wegen einer schweren Krankheit.

Oder weil die Person eine OP hatte.



Name: Müller, Hans		Datum: 12.11.01	
Geburtsdatum: 12.11.01		Geburtsort: Berlin	
<input checked="" type="checkbox"/> Operationen	<input type="checkbox"/> Krankheiten		
Unterschiedliche Adressen: Geburtsort: Berlin			
Unterschiedliche Adressen: Geburtsort: Berlin			
Unterschiedliche Adressen: Geburtsort: Berlin			
Unterschiedliche Adressen: Geburtsort: Berlin			
Unterschiedliche Adressen: Geburtsort: Berlin			



5.2 Operation

Fragen-Liste für das Beratungs-Gespräch



Name vom Arzt oder von der Ärztin:		Datum vom Gespräch:
<p>Sagen Sie dem Arzt oder der Ärztin vor dem Gespräch: Bitte sprechen Sie langsam. Stellen Sie Ihre Fragen leicht verständlich. Und erklären Sie bitte die Fach-Wörter.</p>		
Mein Name:	Meine Patienten-Nummer:	
Vor der OP		
Warum ist die OP notwendig?		
Wie erfolgreich ist die OP?		
Fragen Sie den Arzt oder die Ärztin: Wenn Sie meine Diagnose hätten: Würden Sie selbst diese OP machen lassen? <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> ja		
Gibt es noch andere Behandlungen als die OP? <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> ja		

Können wir eine andere Behandlung vor der Operation testen?

nein ja

Welche Behandlung?

Vielleicht möchte ich mir eine **2. Meinung einholen.**

Können Sie mir eine Fach-arzt-Praxis empfehlen?

nein ja

Welche Fach-arzt-Praxis?

**Was passiert,
wenn ich mich nicht operieren lasse?**

**Wie-viel Erfahrung haben die Ärzte in diesem Krankenhaus
mit meiner Krankheit?**

Was muss ich vor der Operation dringend wissen?

Welche Risiken gibt es bei der Operation?

Während der OP

Was kann bei der Operation passieren?

Falls etwas bei der OP passiert:
Was müssen die Ärzte dann vielleicht machen?

Können die Ärzte vielleicht **etwas Neues erkennen** bei der OP?
Oder etwas Neues entdecken?

nein ja

Können die Ärzte mich darüber informieren, bevor sie etwas machen?

nein ja

Wenn sie mich erst informieren können:

Dann sollen die Ärzte mich wenn möglich erst fragen.

Wie lange kann die Operation dauern?

Wo kann eine **Vertrauens-Person** auf mich warten?

Können die Ärzte die Vertrauens-Person informieren?

nein ja

Nach der OP

Was ist wichtig nach der Operation?

Wovon hängt der Erfolg der Operation ab?

Was kann ich dafür tun?

Welche **Beschwerden** kann ich nach der Operation haben?

-
-
-

Welche Beschwerden werden wieder weggehen?

-
-
-

Wie lange bin ich nach der Operation **arbeits-unfähig**?

Was möchten Sie den Arzt oder die Ärztin fragen?
Hier können Sie **Ihre eigenen Fragen** aufschreiben:

5.3 Narkose

Eine **Narkose** schützt Sie vor Schmerzen bei einer OP.

Eine Narkose ist eine Betäubung.

So kann das Ärzte-Team in Ruhe arbeiten.

Und Sie haben **keine** Schmerzen bei der OP.

Es gibt verschiedene **Narkose-Arten**:

Die Narkose für einen Körper-teil.

Das nennt man: **Örtliche Betäubung**.

Der Patient oder die Patientin

ist während der OP wach.



Und es gibt die **Voll-narkose**.

Bei einer Voll-narkose bekommen Sie **gar nichts** mit von der OP.

Dann werden Sie künstlich be-atmet bei der OP.

Narkosen können **gefährlich** sein.

Zum Beispiel:

Wenn jemand eine **Vor-erkrankung** hat.

Oder jemand hat Epilepsie.

Deshalb ist es wichtig:

Gut Bescheid zu wissen

über die Risiken von einer Narkose.

Und es wichtig:

Der Arzt muss gut Bescheid wissen.

Über die Vor-erkrankungen von dem Patienten.



Ein **Fach-arzt** muss vor jeder Narkose ein Gespräch führen mit dem Patienten oder der Patientin.



Der **Fach-arzt** arbeitet in dem Bereich **Anäs-the-sie**.
Anäs-the-sie ist das Fach-wort für Betäubung.
So wird das ausgesprochen: **A – näs – teh – sie**
Man nennt den Fach-arzt also: Anästhesist oder Anästhesistin.
Der Fach-arzt kennt sich gut aus mit den Narkosen.
Der Fach-arzt erklärt alles zur Narkose.

Hinweis: Info-Blatt über die Narkose

Sie bekommen ein **Info-Blatt vom Fach-arzt**.
Auf dem Info-Blatt stehen alle wichtigen Infos.
Lesen Sie das Info-Blatt.
Haben Sie Fragen zu den Infos?
Möchten Sie noch etwas Wichtiges sagen?
Oder müssen die Ärzte noch etwas wichtiges wissen?
Zum Beispiel:
Sie haben noch eine andere Krankheit.
Dann sprechen Sie darüber im Gespräch.
Der Fach-arzt nimmt sich Zeit für das Gespräch.
Sie können alles ansprechen.



Wichtig!

Vielleicht haben Sie Allergien.
Oder Sie vertragen etwas **nicht**:
Müssen die Ärzte das bei der Narkose beachten?
Vielleicht sind Sie anfällig für eine bestimmte Krankheit.
Zum Beispiel gibt es eine Erb-krankheit in Ihrer Familie.
Müssen die Ärzte das bei der Narkose beachten?





5.3 Narkose

Fragen-Liste für das Info-Gespräch



Name vom Arzt oder von der Ärztin:		Datum vom Gespräch:
<p>Sagen Sie dem Arzt oder der Ärztin vor dem Gespräch: Bitte sprechen Sie langsam. Stellen Sie Ihre Fragen leicht verständlich. Und erklären Sie bitte die Fach-Wörter.</p>		
Mein Name:	Meine Patienten-Nummer:	
Muss ich eine Narkose bekommen? <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> ja. Lesen Sie bitte weiter.		
Art der Narkose		
Bekomme ich eine Voll-narkose? <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> ja		
Was ist gut an einer Voll-narkose?		
Was ist schlecht an einer Voll-narkose?		

Bekomme ich eine örtliche Betäubung?

nein ja

Was ist **gut** an einer örtlichen Betäubung?

Was ist **schlecht** an einer örtlichen Betäubung?

Welche Narkose ist in meinem Fall besser?

Örtliche Betäubung Voll-narkose

Warum ist diese Narkose-art in meinem Fall besser?

Vor der Narkose

Wenn der Termin von der Operation verschoben wird:
Sagt das Ärzte-Team mir recht-zeitig Bescheid?

Darf ich vor der Narkose essen und trinken?

nein ja

ja, aber nur bis zu dieser Uhr-zeit darf ich essen und trinken:

Was muss ich vor der Narkose unbedingt wissen?

Während der Narkose

Welche **Risiken** gibt es bei einer Narkose?

Was kann während der Narkose passieren?

Können die Ärzte mich **erst** darüber informieren?

nein ja

Wenn ja:

Dann sollen die Ärzte mich wenn möglich erst fragen.

Und was machen die Ärzte dann?

Nach der Narkose: Wenn die Betäubung der Narkose nachlässt

Was ist wichtig **nach** einer Narkose?

Muss ich auf etwas achten?

Muss ich mit Übelkeit rechnen?

nein ja

Wenn ja: Was kann ich dagegen tun?

Vielleicht haben Sie Allergien. Oder Sie vertragen etwas **nicht**.

Müssen die Ärzte das bei der Narkose be-achten?

nein ja

Achtung bei Medikamenten!
Vertrage ich alle Medikamente?



Müssen die Ärzte auf meine **Vor-erkrankungen** achten?

nein ja

Wenn ich anfällig für bestimmte Krankheiten bin:

Müssen die Ärzte das bei der Narkose beachten?

Zum Beispiel: Erb-krankheiten.

nein ja

Was möchten Sie den Arzt oder die Ärztin fragen?

Hier können Sie **Ihre eigenen Fragen** auf-schreiben:

5.4 Arzt-Visite

Arzt-Visite bedeutet:

Der Arzt oder die Ärztin kommt mit einem Team in das Zimmer von dem Patienten.

Man kann auch sagen:

Eine Visite ist ein Arzt-Besuch.



Der Arzt oder die Ärztin schaut nach dem Patienten.

Und das Ärzte-Team prüft:

Wie geht es dem Patienten nach der OP?

Oder nach der Behandlung.

Die Arzt-Visite gibt es im Krankenhaus.

Und auch bei der ambulanten Behandlung.

Die Visite ist ein wichtiges Gespräch.

Damit der Arzt oder die Ärztin immer Bescheid wissen über die Gesundheit vom Patienten.

Deshalb ist es sehr wichtig:

Geben Sie **genaue Rückmeldungen**.

Und seien Sie ehrlich.

Dann können die Ärzte Sie richtig behandeln.

Haben Sie Fragen?

Dann fragen Sie bei der Arzt-Visite nach.

Oder haben Sie etwas **nicht** verstanden?

Dann dürfen Sie das sagen.

Fragen Sie auch mehrmals nach.

Es geht nämlich um Ihre Gesundheit!



Das Ärzte-Team gibt dem Patienten Infos über die Gesundheit.

Und das Team bewertet Ihren Gesundheitszustand:
Verläuft die Behandlung vom Patienten gut?

Der Arzt erklärt dem Patienten:
Was ist als nächstes zu tun?

Das bespricht der Arzt oder die Ärztin
mit dem Patienten.

Der Patient kann dem Arzt immer Fragen stellen
über seine Gesundheit

Tipp: Seien Sie mutig

Stellen Sie Fragen.

Vielleicht ist Ihnen ein Thema besonders wichtig.

Oder Sie beschäftigt ein Thema besonders.

Vielleicht ist etwas nach der Operation anders als früher.

- Brauchen Sie Unterstützung?
- Haben Sie vor etwas Angst?
- Oder belastet Sie etwas?

Sprechen Sie mit Ihrem Arzt oder Ihrer Ärztin darüber.

Sprechen Sie wichtige Themen an. Dann wissen die Ärzte Bescheid.

Und Ihr Arzt oder Ihre Ärztin kann Ihnen helfen.



Tipp: sich aufklären lassen über eine Behandlung

Achten Sie darauf:

Immer Bescheid zu wissen über den Ablauf von der Behandlung.

Müssen die Ärzte bei der Behandlung etwas entscheiden?

Dann sollen die Ärzte Sie erst fragen.

Und die Ärzte sollen Sie aufklären

über den Ablauf von der Behandlung.

So können Sie als Patient oder Patientin mitentscheiden.

Unterstützung von einer Vertrauens-Person

Vielleicht fühlen Sie sich sicherer

mit einer vertrauten Person.

Sie können eine vertraute Person dazu holen.

Zum Beispiel:

- einen Betreuer oder eine Betreuerin
- ein Familien-Mitglied
- einen Freund oder eine Freundin



Die **Vertrauens-Person** kann Ihnen

bei Fragen oder Antworten helfen.

Und Sie bei Entscheidungen unterstützen.

Haben Sie Fragen oder Bedenken?

Dann sprechen Sie darüber

mit der Vertrauens-Person.

Am besten vor der Arzt-Visite.





5.4 Arzt-Visite

Fragen-Liste für die Arzt-Visite



Name vom Arzt oder von der Ärztin:		Datum vom Gespräch:
Sagen Sie dem Arzt oder der Ärztin vor dem Gespräch: Bitte sprechen Sie langsam. Stellen Sie Ihre Fragen leicht verständlich. Und erklären Sie bitte die Fach-Wörter.		
Mein Name:	Meine Patienten-Nummer:	
Meinung vom Ärzte-Team:		
Wie zufrieden sind Sie mit dem Ablauf von der Behandlung? <input type="checkbox"/> sehr zufrieden <input type="checkbox"/> zufrieden <input type="checkbox"/> nicht zufrieden		
Und mit dem Ablauf von der Krankheit? <input type="checkbox"/> sehr zufrieden <input type="checkbox"/> zufrieden <input type="checkbox"/> nicht zufrieden		
Was hat sich seit der letzten Arzt-Visite verändert?		

Das habe ich seit der letzten Arzt-Visite beobachtet:

Was sagen Sie dazu?

Was müssen die Ärzte das nächste Mal machen?

Was kann ich für die Heilung tun?

Was möchten Sie den Arzt oder die Ärztin fragen?
Hier können Sie **Ihre eigenen Fragen** aufschreiben:

5.5 Entlassung

Entlassung bedeutet: Die Behandlung ist zu Ende.
Und der Patient oder die Patientin
kommt aus dem Krankenhaus.
Der Arzt geht bei der Entlassung zum Patienten.
Und spricht mit dem Patienten.
Das nennt man: **Entlassungs-Gespräch.**



Sie können bei dem Entlassungs-Gespräch Fragen stellen.
Zum Beispiel:

- Haben Sie noch Fragen zum **Heilungs-Prozess?**
Das heißt zum Beispiel:
Wie schnell oder wie langsam wird jemand gesund.
- Haben Sie noch Fragen zu den Medikamenten?
Damit ist gemeint:
Welche Medikamente müssen Sie jetzt nehmen.
Wie-viele Medikamente müssen Sie nehmen.

Nach der Behandlung müssen Sie vielleicht
Medikamente nehmen.

Überprüfen Sie auch:

Haben Sie die not-wendigen Medikamente zu Hause?
Das ist wichtig.

Damit Sie alles zu Hause haben.

Und damit Sie nicht noch zur Apotheke müssen.



5.5 Entlassung

Fragen-Liste für das Entlassungs-Gespräch

Hinweise zum Ausfüllen:

Tipp: Auf Vor-warnungen achten.

Auf welche **Anzeichen** müssen Sie besonders achten?

Anzeichen von Ihrem Körper sind zum Beispiel:

Schmerzen oder Beschwerden.

Also zum Beispiel: Kopschmerzen oder Übelkeit.

Anzeichen sind eine Vor-warnung.

Jemand merkt: Es geht mir **nicht** so gut.

Der Arzt sagt Ihnen Bescheid:

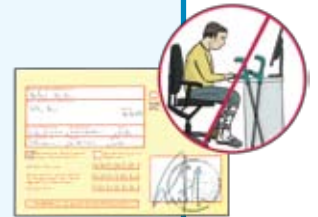
Auf welche Anzeichen Sie achten müssen.



Arbeits-unfähig-keit

Das bedeutet: Jemand kann nicht arbeiten wegen einer schweren Verletzung oder einer schweren Krankheit.

Oder wegen einer OP.



Selbst-hilfe-Gruppen:

Selbst-hilfe bedeutet:

Menschen mit derselben Krankheit treffen sich.

Sie reden miteinander.

Sie sprechen zum Beispiel über ihre Erfahrungen mit der Krankheit.

Dadurch merken die Menschen:

Anderen mit derselben Krankheit geht es ähnlich.

Sie fühlen sich besser.

Die Gespräche und die Treffen helfen den kranken Menschen.

Deshalb sagt man dazu: Selbst-hilfe.





5.5 Entlassung

Fragen-Liste für das Entlassungs-Gespräch



Name vom Arzt oder von der Ärztin:	Datum vom Gespräch:
Sagen Sie dem Arzt oder der Ärztin vor dem Gespräch: Bitte sprechen Sie langsam. Stellen Sie Ihre Fragen leicht verständlich. Und erklären Sie bitte die Fach-Wörter.	
Bekomme ich rechtzeitig Bescheid über das Datum von der Entlassung? <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> ja Wann werde ich entlassen?	
Was muss ich unbedingt wissen, um zu Hause gut versorgt zu sein?	
Welche Medikamente brauche ich?	
Kann ich zu Hause alleine sein? <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> ja Oder sollte immer jemand bei mir sein? <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> ja	

Worauf muss ich bei der Einnahme von Medikamenten achten?

Gibt es Empfehlungen für die weitere Behandlung?

nein ja

Gibt es Rezepte für Medikamente oder andere Anweisungen?

Zum Beispiel:

Therapien

Hilfs-mittel

Brauche ich Hilfs-mittel?

nein ja

Hilfs-mittel sind zum Beispiel:

Rollator _____

Pflege-bett _____

Rollstuhl _____

Kann mich das Krankenhaus dabei unterstützen:

Wie ich Hilfsmittel bekomme.

Und mir bei der Vorbereitung helfen.

nein ja

Welche Ansprech-personen gibt es für Hilfs-mittel?

Brauche ich einen Termin für eine Kontroll-Untersuchung?

nein ja

Wann soll die Kontrolle sein?

Wann bekomme ich die Ergebnisse von meinen Untersuchungen?

Zum Beispiel: Von einer Kontroll-Untersuchung.

Von wem bekomme ich die Ergebnisse von der Untersuchung?

Bekommt der Hausarzt auch die Ergebnisse von der Untersuchung?

nein ja

Und meine Fach-ärzte?

nein ja

Diese Ärzte bekommen die Ergebnisse

Wann kann ich wieder alles normal machen?

Bekomme ich eine Bescheinigung für **Arbeits-unfähig-keit?**

nein ja

**Was kann ich tun, damit es mir schnell wieder besser geht?
Wie kann ich die Heilung unterstützen?**

Können die gleichen Probleme wieder vorkommen?

Zum Beispiel: Schmerzen oder Beschwerden.

nein ja

Diese Probleme können vorkommen:

**Vielleicht suche ich eine Selbst-hilfe-Gruppe.
Wo kann ich so eine Gruppe finden?**

Was möchten Sie den Arzt oder die Ärztin fragen?
Hier können Sie **Ihre eigenen Fragen** aufschreiben:



Der Arzt-Brief



Der **Arzt-Brief** ist eine Info über die Behandlung oder über die Diagnose. Andere Ärzte müssen vielleicht auch über die Behandlung Bescheid wissen. Oder über die Diagnose. Diese Ärzte bekommen den Arzt-Brief.

Können Sie mir eine Kopie von dem Arzt-Brief geben?	<input type="checkbox"/> ja	<input type="checkbox"/> nein
Können wir den Arzt-Brief zusammen lesen? Damit ich sicher bin: Ich habe alles verstanden.	<input type="checkbox"/> ja	<input type="checkbox"/> nein
Kann eine vertraute Person dabei sein?	<input type="checkbox"/> ja	<input type="checkbox"/> nein
Ist der Arzt-Brief vollständig?	<input type="checkbox"/> ja	<input type="checkbox"/> nein
Oder muss noch etwas ergänzt werden?	<input type="checkbox"/> ja	<input type="checkbox"/> nein
Weitere Fragen zu dem Arzt-Brief: Was möchten Sie den Arzt oder die Ärztin fragen? Hier können Sie Ihre eigenen Fragen aufschreiben:		

6. Alles über meine Behandlungen

- 6.1 Schmerzen und Schmerz-Tagebuch
- 6.2 Beschwerden und Beschwerde-Tagebuch
- 6.3 Medikamente und Medikamenten-Tagebuch

6. Alles über meine Behandlungen

Die Gespräche mit einem Arzt oder einer Ärztin sind für die Behandlung sehr wichtig.

Es ist aber auch wichtig:

Sich selbst zu beobachten.

Und alles aufzuschreiben



Ein Tagebuch führen über die Beschwerden und Schmerzen.

Zum Beispiel:

- **Welche** Beschwerden Sie haben und wo.
Zum Beispiel: Beschwerden beim Atmen, Herz-rasen oder Kopfschmerzen.
- **Wann** Sie Beschwerden haben.
- **Wie stark** die Schmerzen sind.



In diesem Kapitel finden Sie:

- Ein Schmerz-Tagebuch.
- Ein Beschwerde-Tagebuch.
- Und ein Medikamenten-Tagebuch.



6.1 Schmerzen und Schmerz-Tagebuch

Schreiben Sie die Schmerzen und Beschwerden auf.
So haben Sie selbst einen guten Überblick
über Ihre Schmerzen und Beschwerden.
Wie es Ihnen **während** einer Behandlung geht.
Und wie es Ihnen **nach einer Behandlung** geht.

Diese Infos helfen dem Arzt.
So bekommt der Arzt einen guten Überblick
über den Verlauf von Ihrer Behandlung.
Und über den Verlauf von der Heilung.
Zum Beispiel:

Der Arzt muss Ihnen vielleicht andere Medikamente geben.
Oder die **Dosierung** von dem Medikament ändern.



Dosierung bedeutet:

Wie-viel Sie von einem Medikament nehmen.



Vielleicht haben Sie an einem Tag viel Schmerzen.
Und an einem anderen Tag wenig Schmerzen.
Das sind **wichtige Infos** für den Arzt.
Aber das nächste Arzt-Gespräch ist vielleicht erst nach ein paar Wochen.
Man kann sich die Infos über die Schmerzen nicht so lange merken.
Deshalb können Sie die Schmerzen und Beschwerden aufschreiben.
Dann können Sie dem Arzt genau sagen:
Welche Beschwerden Sie hatten.
Und wann die Schmerzen stärker oder schwächer waren.

Sie können in den Tagebüchern genau aufschreiben:

- Sind die Schmerzen **sehr** stark?
- Oder sind die Schmerzen **nicht** so stark?



6.1 Schmerzen und Schmerz-Tagebuch

Hinweise zum Ausfüllen:

Sie können diese Infos in die Tagebücher eintragen:

- **Wie stark die Schmerzen sind.**

Es gibt die Zahlen 0 bis 10.

0 bedeutet: **Keine** Schmerzen.

10 bedeutet: **Sehr starke** Schmerzen.

Kreuzen Sie die Zahl im Schmerz-Tagebuch an.

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Mo	...	X
Di	...	X
Mi		
Do		
Fr	...	X
Sa		
So		

- Das **Datum**.
- Haben Sie die Schmerzen zu einer **bestimmten Zeit**?
Oder wenn Sie etwas bestimmtes machen?
Dann schreiben Sie das auf.
- **An welcher Stelle** haben Sie Schmerzen?
- **Wie lange** hat der Schmerz gedauert?



Schmerz-Tagebuch

Datum:			Uhrzeit:			Dauer:				
Beschreibung vom Schmerz:										
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Datum:			Uhrzeit:			Dauer:				
Beschreibung vom Schmerz:										
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Datum:			Uhrzeit:			Dauer:				
Beschreibung vom Schmerz:										
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10



6.2 Beschwerden und Beschwerde-Tagebuch

Vielleicht haben Sie Beschwerden während einer Behandlung im Krankenhaus.

Oder während einer Behandlung in einer Klinik.

Dann können Sie diese Beschwerden hier aufschreiben.

Datum	Beschwerde und Notizen	Uhrzeit	Dauer

6.3 Medikamente und Medikamenten-Tagebuch

Patienten brauchen meistens Medikamente.
Nach und während einer Behandlung.
Oder als Therapie.

Der Arzt muss die Medikamente richtig **dosieren**.

Dosieren bedeutet:

Die richtige Anzahl an Tabletten geben.
Oder die richtige Menge von einem Medikament.

Es ist deshalb sehr wichtig:

Beobachten Sie das Einnehmen von Medikamenten.
Schreiben Sie das Einnehmen von Medikamenten auf:

- Wann nehmen Sie Medikamente?
- Welche Medikamente nehmen Sie?

So behalten Sie einen Überblick
über die Medikamente.
Und auch der Arzt hat einen Überblick
über die Medikamente.



Hinweis zu Medikamenten

Vielleicht vertragen Sie ein Medikament **nicht**.
Oder ein Medikament wirkt **nicht** so gut.
Dann steht diese Info im Schmerz-Tagebuch.
Und der Arzt weiß genau Bescheid:
Welches Medikament Sie eingenommen haben.
Und kann Ihnen vielleicht ein anderes Medikament geben.



6.3 Medikamente und Medikamenten-Tagebuch



Hinweise zum Ausfüllen:

Welche Medikamente nehmen Sie während einer Behandlung?

Zum Beispiel: Während einer Therapie.

Schreiben Sie alle Medikamente auf.

So haben Sie immer einen guten Überblick über Ihre Medikamente.

Die Medikamenten-Liste ist eine Hilfe für den Arzt:

Falls Sie ein Medikament nicht vertragen sollten.

Dann kann der Arzt oder die Ärztin das schnell feststellen.

Was Sie hier eintragen können:

Dosierung bedeutet: Wie-viel nehmen Sie von diesem Medikament?

Und zu welcher Tages-zeit?

Schreiben Sie das so auf.

Zum Beispiel: Medikament Name 100 mg: 1-0-1.

Es bedeutet:

Sie müssen von diesem Medikament morgens 1 Tablette nehmen und abends 1 Tablette nehmen.

Die 0 bedeutet: Mittags müssen Sie **keine** Tablette nehmen.

Medikamenten-einnahme – Datum | Beginn bedeutet:

Wann haben Sie angefangen dieses Medikament einzunehmen?

Medikament-einnahme – Datum | Ende bedeutet:

Bis wann haben Sie dieses Medikament genommen?

Vielleicht müssen Sie ein Medikament **nicht mehr** nehmen?

Dann notieren Sie das unbedingt.

Dann weiß der Arzt: Welche Medikamente nehmen Sie **nicht mehr**.

Besondere Hinweise bedeutet:

Wird Ihnen zum Beispiel schlecht von einem Medikament?

Oder werden Sie besonders müde von einem Medikament?

Tragen Sie so etwas hier ein.



Meine Medikamenten-liste



Welche Medikamente nehmen Sie während einer Behandlung?

Zum Beispiel: Während einer Therapie.

Schreiben Sie alle Medikamente auf.

So haben Sie immer einen guten Überblick über Ihre Medikamente.

Beschwerde:		Name vom Medikament:	
Dosierung:	Datum: Beginn	Datum: Ende	Besondere Hinweise:

Beschwerde:		Name vom Medikament:	
Dosierung:	Datum: Beginn	Datum: Ende	Besondere Hinweise:

Beschwerde:		Name vom Medikament:	
Dosierung:	Datum: Beginn	Datum: Ende	Besondere Hinweise:

7. Wie geht es mir nach einer Behandlung?

7.1 Fragen-Liste: Nach einer Behandlung

7 . Wie geht es mir nach einer Behandlung?

Nach einer Behandlung verändert sich vielleicht etwas in Ihrem Leben.

Zum Beispiel:

Vielleicht haben Sie eine Un·verträglichkeit.

Und Sie müssen auf bestimmte Lebensmittel verzichten.

Vielleicht müssen Sie bestimmte Medikamente nehmen.

Oder Sie müssen sich an ein Hilfs·mittel gewöhnen.

Deshalb ist es wichtig:

Beobachten Sie genau Ihren Körper.

Nach einer Behandlung gibt es oft **Kontroll-Termine**.

Der Arzt oder die Ärztin prüft:

- Lief die Behandlung gut?
- Hat die Behandlung geholfen?
- Ist auch nach der Behandlung alles in Ordnung?
Auch nach längerer Zeit.
- Muss der Arzt vielleicht
andere Medikamente geben?
Oder brauchen Sie eine andere **Dosierung**
von einem Medikament?



Besprechen Sie mit Ihrem Arzt:

- Wie oft müssen Sie zur Kontrolle?
- Wie lange ist eine Kontrolle sinnvoll?
- Wann müssen Sie sich wieder melden?



Wann müssen Sie sich wieder melden?

Zum Beispiel: Wenn Sie bestimmte **Anzeichen** merken.

Anzeichen von Ihrem Körper sind zum Beispiel: Kopfschmerzen oder andere Beschwerden.

Der Arzt kann Ihnen genau sagen:

- Auf welche Anzeichen Sie achten sollen.
- Aus welchen Gründen Sie sich wieder für eine Kontrolle melden müssen.



7.1 Fragen-Liste: Nach einer Behandlung

Hinweise zum Ausfüllen:

Wie geht es Ihnen nach einer Behandlung?

Dabei soll Ihnen die Fragen-Liste helfen.

Hier können Sie Ihre **Be-obachtungen** aufschreiben.

Und Sie haben einen Überblick:

Wie es Ihnen nach einer Behandlung geht.

Und ob Sie vielleicht zu einer Kontrolle müssen.

Wie geht es weiter nach einer Behandlung?

Auch diese Fragen können Sie in der Fragen-Liste beantworten.

Zum Beispiel:

Bekommen Sie weitere Behandlungen bei einem Arzt?

Nehmen Sie Medikamente nach der Behandlung?

Welche Therapien gibt es?

Ergo-therapie

Wenn der Patient wieder etwas neu lernen muss.

Zum Beispiel: sich zu bewegen.

Ein anderes Wort ist: **Arbeits-therapie**

oder **Beschäftigungs-therapie**.

Phy-sio-therapie

Man kann auch sagen: **Kranken-gymnastik** oder Massagen.

Logo-pä-die

Bei Behandlungen zur Sprache oder dem Sprechen.

Oder wenn der Patient Probleme beim Schlucken hat.

Ein anderes Wort ist **Sprach-heil-Behandlung**.





7.1 Fragen-Liste: Nach einer Behandlung

Fragen-Liste zum Ausfüllen

Meine Beobachtungen:
Sind die Beschwerden von früher besser geworden? <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> ja
Oder sind die Beschwerden schlechter geworden? <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> ja
Haben Sie neue Beschwerden? <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> ja Welche Beschwerden sind neu?
Sind die Schmerzen nach der Behandlung besser oder schlechter? <input type="checkbox"/> besser <input type="checkbox"/> schlechter <input type="checkbox"/> gleich
Haben Sie eine Wunde? Vielleicht von einer OP? <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> ja
Heilt die Wunde? <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> ja

Wie geht es weiter nach der Behandlung?

Betreut und behandelt Sie ein Arzt?

- nein ja
 Haus·arzt Fach·arzt

Bekommen Sie Medikamente nach der Behandlung?

- nein ja

Gehen Sie zu einer Therapie?

- nein ja

Wenn ja: Welche Therapie?

- Kranken·gymnastik Sprach·heil·behandlung
 Arbeits·therapie und Beschäftigungs·therapie

Haben Sie eine Betreuung für zu Hause?

Zum Beispiel: Eine vertraute Person oder einen Pflege·dienst.

- nein ja

Das habe ich noch be·obachtet:

8. Mehr Informationen: Anlaufstellen

- 8.1 Selbsthilfe
- 8.2 Sozialdienst
- 8.3 Bei einer Beschwerde

8. Mehr Informationen: **Anlauf-stellen**

Anlauf-stellen sind **Info-stellen** oder **Beratungs-stellen**.

Dort bekommen Sie mehr Informationen zu einem Thema.

Oder Beratung und Unterstützung.

Zum Beispiel beim Thema **Selbst-hilfe-Gruppen**.



8.1 **Selbst-hilfe**

Hilfe von Menschen mit ähnlichen Fragen

In diesem Handbuch lesen Sie viele Infos über Medizin und Behandlungen.

Vielleicht bekommt ein Patient eine **Diagnose**.

Der Arzt sagt dem Patienten:

Sie haben diese Krankheit.



Aber der Patient hat die Diagnose **nicht** erwartet.

Er kennt sich vielleicht **nicht** aus mit der Krankheit.

Der Patient weiß **nicht**:

Verändert die Krankheit etwas in meinem Leben?

Oder wie verändert sich mein Leben nach einem Unfall?



Zum Beispiel:

Jemand darf bestimmte Lebens-mittel **nicht mehr** essen.

Oder jemand braucht ein Hilfs-mittel nach einem Unfall.

Das kann schnell Angst machen.



Deshalb gibt es die Selbst-hilfe.

Selbst-hilfe bedeutet:

Menschen mit derselben Krankheit unterstützen sich.

Das hilft den Menschen.

Sie merken: Ich bin **nicht** allein.

Selbst-hilfe sind zum Beispiel:

Vereine und Gruppen.

Die Vereine machen sich stark
für Menschen mit Behinderungen.

Und für Menschen mit Krankheiten.



Die Vereine und Gruppen bieten Unterstützung an.

Und andere Veranstaltungen.

Zum Beispiel:

Menschen mit der-selben Krankheit
oder mit einer Behinderung treffen sich.

Sie sprechen mit-einander in **Selbst-hilfe-Gruppen**.



Die Menschen in Selbst-hilfe-Gruppen können über ihre Krankheiten sprechen.

Oder über Behinderungen im Leben.

Sie lernen etwas von den Erfahrungen der anderen Menschen.

Und sie können sich gegenseitig Tipps geben.

Die Selbst-hilfe hilft vielen Menschen.

Denn viele Menschen können mit-machen bei den Selbst-hilfe-Gruppen.

Und sich zusammen unterstützen.

Hier finden Sie mehr Infos über Selbst-hilfe und Selbst-hilfe-Gruppen:

- **Infos im Internet zum Thema:**
Selbst-hilfe in Nord-rhein-Westfalen
www.lag-selbsthilfe-nrw.de



- **Anlauf-stellen vor Ort**
von der Info-stelle **KISS**.
Die Abkürzung steht für: **K**ontakt-stelle und **I**nformations-**S**telle für **S**elbst-hilfe.
Hier bekommen Sie Infos
über Selbst-hilfe-Gruppen.
Und in welchen Städten es Selbst-hilfe-Gruppen gibt.
www.selbsthilfe.nrw/kontaktstellen/



- **Mehr Infos im Internet**
über Selbst-hilfe und Selbst-hilfe-Gruppen:
 - www.bag-selbsthilfe.de
 - www.selbsthilfe.nrw
 - www.selbsthilfe.paritaet.org
 - www.nakos.de
 - www.koskon.de



8.2 Sozial-dienst

Eine Krankheit kann das Leben von einem Patienten verändern.
Oder wenn jemand wegen einer Behandlung im Krankenhaus war.

Vielleicht ändert sich dann etwas im Leben.
Jemand muss vielleicht im täg-lichen Leben
etwas anders machen als früher.

Man kann sich viele Sorgen machen
über die Gesundheit.
Und auch über die Familie oder den Beruf.
Das kann einen Menschen belasten.



Der **Klinik-sozial-dienst** bietet Beratungen an.
Und Patienten bekommen Infos beim Sozial-dienst.
Infos über Themen im Krankenhaus.
Zum Beispiel: Über **Hilfs-mittel**.

Hilfs-mittel unterstützen eine Person im täglichen Leben.
Hilfs-mittel sind zum Beispiel:
Eine Hilfe im Haushalt oder ein Pflegebett.

Vielleicht möchten Sie wissen:
Wie geht es weiter nach einer Behandlung?
Der Sozial-dienst hilft Ihnen auch bei Anträgen.
Der Sozial-dienst ist ein **kosten-loses** Angebot in jeder Klinik.
Und in Krankenhäusern.



Das bietet der Klinik-sozial-dienst an:

- Beratung zu Hilfs-angeboten.
- Hilfe bei Anträgen.
- Beratung über Leistungen für Sie.
Und welche Stelle die Leistung bezahlt.
- Hilfe beim Wechsel von einer Einrichtung in eine andere Einrichtung.
Zum Beispiel:
Vom Krankenhaus in eine Pflege-Einrichtung.

Tipp:

Fragen Sie das Personal im Krankenhaus nach dem Klinik-sozial-dienst.

Zum Beispiel:

Sie können die Kranken-pfleger oder Krankenschwestern fragen.

Und bitten Sie um ein Gespräch mit einer Person vom Klinik-sozial-dienst.



8.3 Bei einer Beschwerde

Vielleicht gibt es ein Problem bei einer Behandlung.

Oder Sie möchten sich über etwas beschweren.

Zum Beispiel:

Es ist ein Fehler passiert

bei einer Behandlung von Ihnen.

Dann gibt es verschiedene **Anlaufstellen**.



Die Patienten-für-sprecher

Diese Menschen helfen den Patienten und Patient:innen.

Sie kümmern sich mit Ihnen zusammen um das Problem.

Patienten-für-sprecher arbeiten ehrenamtlich.

Das bedeutet: Sie bekommen **kein** Geld.

Patienten-für-sprecher prüfen das Problem oder die Beschwerde.

Und sie finden die richtige Ansprechperson für Sie.

Dann fragen die Patienten-für-sprecher nach:

Welche Ansprechpersonen gibt es für das Problem?

Wen sprechen Sie an bei einem Streit?

Oder etwas anderes.

Patienten-für-sprecher helfen einen Streit zu schlichten.

Sie sprechen mit beiden Seiten:

Mit einem Patienten und mit dem Krankenhaus-Personal.

Man sagt auch:

Sie vermitteln zwischen dem Patienten

und dem Krankenhaus-Personal.



Tipp: Sprechzeiten beachten

Die Patienten-für-sprecher sind zu bestimmten Zeiten erreichbar.
Sie können anrufen oder sich im Krankenhaus treffen.

Das nennt man: **Vor Ort treffen.**

Ein Treffen vor Ort müssen Sie vielleicht erst ab-sprechen.

Fragen Sie das Krankenhaus-Personal nach den Sprech-zeiten.

Weitere Anlauf-stellen bei Problemen oder bei einer Beschwerde

- **BAG Selbst-hilfe:**

Die Abkürzung bedeutet:

Bundes-arbeits-Gemeinschaft Selbst-hilfe.

Die BAG Selbst-hilfe sind viele Verbände und Orga-nisa-tionen
für Selbst-hilfe und Selbst-hilfe-Gruppen.

www.bag-selbsthilfe.de

- **Ärzte-kammer:**

Vermuten Sie einen **Fehler bei einer Behandlung?**

Die Ärzte-kammer hilft bei fehlerhaften Behandlungen.

Die Mitarbeiter von der Ärzte-kammer prüfen:

Gab es einen Fehler bei einer Behandlung?

Man sagt: Sie machen ein **Gutachten.**

Und sie kümmern sich um eine **Schlichtung.**

Das Schlichtungs-Verfahren ist kosten-los.



- **Un-abhängige Patienten-Beratung Deutschland:**

Un-abhängig bedeutet:

Diese Menschen arbeiten **nicht** für ein Krankenhaus oder für eine Klinik.

Die Menschen bieten Beratungen im Internet an.

Sie bieten telefonische Beratung an.

Oder Beratungen vor Ort.

Sprechen Sie einen Termin ab für eine Beratung vor Ort.

Hier finden Sie mehr Infos:

www.patientenberatung.de



- **Die Be-auftragte der Landes-regierung für Menschen mit Behinderung**

Das ist die Be-auftragte der Landes-regierung für Menschen mit Behinderung und Patienten und Patient:innen in Nordrhein-Westfalen.

Sie heißt Claudia Middendorf.

Sie setzt sich ein für die Anliegen von Menschen mit Behinderungen.

Und für Patienten und Patient:innen.

Haben Sie ein Anliegen?

Dann finden Sie im Internet mehr Infos.

Und die Kontakt-Daten.

Das ist die Internet-seite:

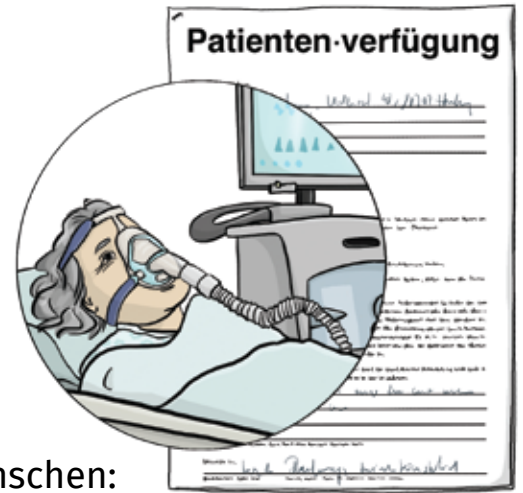
www.patientenbeauftragte.nrw.de.



9. Meine Unterlagen für Behandlungen

- 9.1 Die Patienten-verfügung
- 9.2 Die Vor-sorge-vollmacht
- 9.3 Der Organ-spende-Ausweis
- 9.4 Wichtige Unterlagen auf einen Blick

9.1 Die Patienten-verfügung



Eine Patienten-verfügung ist ein Text.

In dem Text steht der Wunsch von dem Menschen:

So möchte der Mensch später behandelt werden.

Zum Beispiel:

Bei einer schweren Krankheit.

Oder am Ende vom Leben.

Der Mensch hat den Text unterschrieben.

In die Patienten-verfügung schreiben Sie:

Welche Behandlung Sie in einem Notfall möchten.

Oder welche Behandlung Sie **nicht** möchten.

Die Patienten-verfügung hat der Haus-arzt.

Und der Patient oder die Patientin.

Vielleicht auch eine Assistenz von Ihnen

oder eine andere vertraute Person.

Bei einem Notfall fragt ein Arzt

nach Ihrer Patienten-verfügung.



Mehr Infos zur Patienten-verfügung finden Sie im Internet.

Das ist die Internet-Seite vom Bundes-ministerium der Justiz:

www.bmj.de.

Die Infos sind in schwerer Sprache.

9.2 Die Vor-sorge-vollmacht

Alte Menschen und Menschen mit einer Behinderung brauchen **Unterstützung bei rechtlichen Dingen**.

Zum Beispiel beim Amt.

Oder wenn es mit der Kranken-kasse etwas zu regeln gibt.

Aber auch bei Fragen zur Gesundheit. Dabei hilft eine rechtliche Betreuung



Eine **Vor-sorge-vollmacht** ist ein Text.

Der Patient oder die Patientin unterschreibt den Text.

Im Text steht:

Wer soll mich rechtlich betreuen?

Die Vor-sorge-vollmacht ist eine Erlaubnis.

Sie erlauben einer Person

Sie bei **rechtlichen Dingen** zu vertreten.

Zum Beispiel:

Wenn ein Mensch seine Angelegenheiten

nicht mehr selbst regeln kann.

Vielleicht nach einem Unfall.

Oder als alter Mensch.



Die Person mit der Vor-sorge-vollmacht ist der oder die Be-vollmächtigte.

Das kann zum Beispiel eine vertraute Person sein.

Sie können auch mehrere Personen eintragen.

Der oder die Be-vollmächtigte entscheidet für Sie:

- In einem Notfall.
- Wenn Sie **nicht** entscheiden können.
- Wenn Sie alt sind.

Hinweis: Beglaubigung

Vielleicht brauchen Sie eine **be-glaubigte** Vor-sorge-vollmacht.

Beglaubigt bedeutet:

Sie müssen die Vor-sorge-vollmacht **bestätigen** lassen.

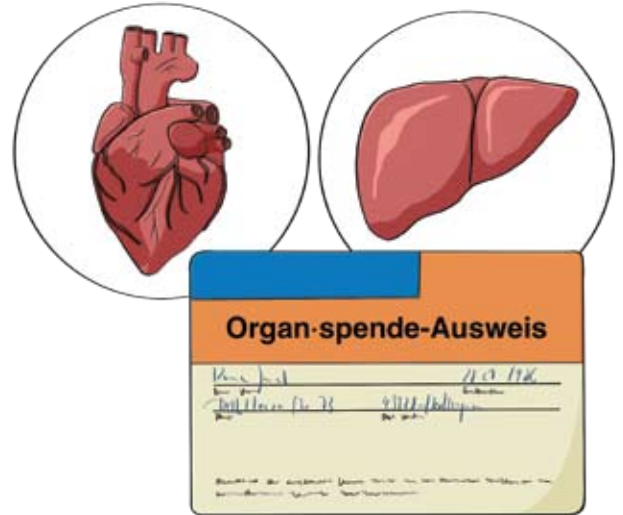
Das macht zum Beispiel ein Notar.

Dafür ist ein Notar da.

Der Notar bestätigt:

Die Vollmacht ist echt.





9.3 Der Organ-spende-Ausweis

Organ-spende bedeutet:

Menschen können nach dem Tod ihre **Organe** anderen Personen geben.

Organe nennt man Teile aus dem Körper.

Zum Beispiel:

Das Herz.

Oder die Lunge.

Oder andere Teile aus dem Körper.

Ein Mensch kann auch **Gewebe** spenden.

Gewebe sind zum Beispiel:

- Herz-klappen
- Knochen-gewebe
- Horn-haut

Ein Organ-spende-Ausweis hilft dem Personal im Krankenhaus:

- Möchte der Patient oder die Patientin Organe spenden?
- Oder nur bestimmte Organe?
- Oder möchte der Patient **nicht** seine Organe spenden?

Vielleicht hat jemand **keinen** Organ-spende-Ausweis.

Dann müssen die Angehörigen für die Person entscheiden.

Sie können auch im Organ-spende-Ausweis eintragen:

Die Angehörigen sollen darüber entscheiden.



Hinweis: Einen Organ-spende-Ausweis bekommen.



Sie können einen Organ-spende-Ausweis im Internet bekommen.
Zum Beispiel auf diesen Internet-Seiten:

www.organspende-info.de

www.netzwerk-organspende-nrw.de

Auch im **Gesundheits·amt** in Ihrer Stadt können Sie einen Organ-spende-Ausweis bekommen.

9.4 Wichtige Unterlagen auf einen Blick

<p>Haben Sie einen Organ-spende-Ausweis?</p> <p><input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> ja</p> <p>Wo ist der Ausweis?</p>		
<p>Haben Sie eine Patienten-verfügung?</p> <p><input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> ja</p> <p>Wo ist die Patienten-verfügung?</p>		
<p>Haben Sie eine Vor-sorge-vollmacht?</p> <p><input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> ja</p> <p>Wo ist die Vor-sorge-vollmacht mit Ihrer Unterschrift?</p>		
<p>Wer hat die Vor-sorge-vollmacht von Ihnen?</p>		
<p>Vorname und Nachname von der bevoll-mächtigten Person:</p>		
<p>Straße und Haus-nummer:</p>		<p>Post-leit-zahl und Wohn-ort:</p>
<p>Telefon-nummer:</p>		<p>E-Mail-Adresse:</p>

Tipp 1: Hinweis für den Notfall

Haben Sie eine Vor-sorge-vollmacht und eine Patienten-verfügung?
Das sind wichtige Unterlagen für Not-ärzte und für das Personal im Krankenhaus.

Diese Personen müssen im Notfall darüber Bescheid wissen.

Deshalb ist es wichtig:

Sie können einen **Hinweis auf einen Zettel** schreiben.

Legen Sie den Zettel in Ihr Porte-monnaie.

Dann finden die Ärzte und das Personal im Krankenhaus den Hinweis schnell.

Und sie wissen Bescheid über Ihre Entscheidungen zu Behandlungen.



Tipp 2: Kopien im Handbuch

Sie können wichtige Unterlagen kopieren.

Machen Sie eine Kopie



- von der Patienten-verfügung.
- von der Vor-sorge-vollmacht.
- vom Organ-spende-Ausweis.



Legen Sie die Kopien in das Handbuch.



So haben Sie alle wichtigen Unterlagen zusammen.









10. Fach·wörter in Leichter Sprache




Fach·wort	Erklärung	Bild
<p>Abhängig·keit</p>	<p>Sucht·mittel können Menschen süchtig machen. Das heißt: Der Mensch kann nicht mehr ohne das Sucht·mittel sein. Man sagt auch: Der Mensch hat eine Abhängigkeit. Zum Beispiel: Ni·ko·tin-Abhängigkeit. Nikotin ist im Tabak von Zigaretten. Ein Mensch kann nicht auf·hören zu rauchen. Ohne das Rauchen geht es dem Menschen schlecht.</p>	 <p>The illustration shows a man's head and shoulders. He has a neutral, somewhat sad expression. Above his head is a thought bubble containing a smiling man holding a glass of beer. This visualizes the concept of craving or dependence on a substance.</p>
<p>ambulante Behandlung</p>	<p>Ein Patient wird in einer Praxis behandelt. Oder in einem Krankenhaus. Aber nur für die Behandlung. Danach darf der Patient wieder nach Hause gehen.</p>	 <p>The illustration depicts a medical consultation. A male doctor in a white lab coat is seated on a rolling office chair, holding a clipboard. He is facing a female patient who is seated on a simple metal bench. They appear to be in a clinical setting, representing outpatient care.</p>




Fach·wort	Erklärung	Bild
<p>Anäs·the·sie</p>	<p>Anäs·the·sie ist das Fach·wort für Betäubung. So wird das ausgesprochen: A – näs – teh – sie Ein anderes Wort ist: Narkose. Man nennt den Fach·arzt: Anästhesist oder Anästhesistin. Der Fach·arzt kennt sich gut aus mit den Narkosen. Der Fach·arzt erklärt alles zur Narkose.</p>	
<p>An·erkannter Grad der Behinderung</p>	<p>Die Abkürzung ist GdB. Das ist eine Zahl im Schwerbehinderten-Ausweis. Die Zahl bedeutet: Wie sehr ist jemand durch die Beeinträchtigung eingeschränkt? Ein Amt entscheidet über die Zahl. 20 bedeutet: sehr wenig. 100 bedeutet: sehr viel.</p>	

Fach-wort	Erklärung	Bild
<p>Anlauf-stelle</p>	<p>Ein anderes Wort ist Beratungs-stelle. Oder Info-stelle. Dort bekommen Sie mehr Informationen. Zum Beispiel: Info-Hefte zum Thema Selbst-hilfe.</p>	
<p>Anzeichen von Ihrem Körper bei Medikamenten</p>	<p>Vertragen Sie ein Medikament nicht? Dann merken Sie das durch Anzeichen von Ihrem Körper. Anzeichen sind Schmerzen oder Beschwerden. Zum Beispiel: Kopfschmerzen oder Übelkeit. Anzeichen sind eine Vor-warnung. Also wenn jemand merkt: Es geht mir nicht so gut. Der Arzt sagt Ihnen Bescheid: Auf welche Anzeichen Sie achten müssen.</p>	



Fach·wort	Erklärung	Bild
<p>Arbeits-unfähig·keit</p>	<p>Das bedeutet: Jemand kann nicht arbeiten. Zum Beispiel: Wegen einer schweren Verletzung. Oder wegen einer Krankheit. Oder wegen einer OP.</p>	
<p>Arzt-Brief</p>	<p>Der Arzt-Brief ist eine Info über die Behandlung. Oder über die Diagnose. Vielleicht müssen andere Ärzte auch über die Behandlung Bescheid wissen. Oder über die Diagnose. Dann schreibt der Arzt einen Arzt-Brief.</p>	
<p>Assistenz</p>	<p>Eine Person unterstützt jemanden. Das heißt: Die Person hilft bei etwas. Die Person nennt man: Assis·tenz.</p>	



Fach-wort	Erklärung	Bild
Aufnahme-gespräch	So nennt man das erste Gespräch bei einem Arzt.	
Bedarfs-medikamente	<p>Bedarfs-medikamente nehmen Sie nur manchmal ein. Zum Beispiel: Bei Kopf-schmerzen. Der Arzt sagt zu Ihnen: Nehmen Sie das Medikament bei Bedarf ein. Das heißt: Wenn Sie Kopf-schmerzen haben.</p>	
Beglaubigte Vor-sorge-vollmacht	<p>Beglaubigt bedeutet: Sie müssen die Vor-sorge-vollmacht bestätigen lassen. Das macht ein Notar. Der Notar bestätigt: Die Vor-sorge-vollmacht ist echt. Sie haben die Vor-sorge-vollmacht selbst unterschrieben.</p>	


Fach-wort	Erklärung	Bild
<p>Behandlung</p>	<p>Eine Behandlung ist eine Untersuchung beim Arzt. Oder eine Therapie. Ein Patient bekommt eine Behandlung. Zum Beispiel im Krankenhaus. Oder in einer Arzt-Praxis.</p>	
<p>Behandlungs-plan</p>	<p>Ein Behandlungs-plan ist ein Plan über die Behandlung. Darin stehen Infos zur Behandlung. Zum Beispiel: Diese Behandlung bekommt der Patient oder die Patientin. So lange dauert die Behandlung.</p>	
<p>Behandlungs-verlauf</p>	<p>Behandlungs-verlauf bedeutet: Was bei der Behandlung passiert ist. Und wie die Behandlung für den Patienten oder die Patientin war: Hat die Behandlung geholfen? Hat die Behandlung die Krankheit verschlimmert?</p>	


Fach·wort	Erklärung	Bild
<p>Beschwerden</p>	<p>Vielleicht haben Sie Probleme mit etwas. Oder etwas fällt Ihnen schwer. Zum Beispiel: Sie können nicht gut schlafen. Oder das Atmen fällt Ihnen schwer. Dann nennt man das: Beschwerden.</p>	
<p>Diabetes</p>	<p>So ist das Fach-Wort für die Zucker-krankheit.</p>	
<p>Diagnose</p>	<p>Diag·nose bedeutet: Der Arzt stellt eine Krankheit fest. Dann sagt der Arzt: So heißt die Krankheit. Und wie man die Krankheit behandeln kann. Der Arzt schreibt den medi·zinischen Namen für die Krankheit in die Patienten-Akte.</p>	




Fach·wort	Erklärung	Bild
<p>Dolmetscher</p>	<p>Es gibt verschiedene Dolmetscher. Zum Beispiel: Dolmetscher für Fremd-Sprachen. Oder Dolmetscher für Leichte Sprache. Sie übersetzen die gesprochene schwere Sprache in Leichte Sprache. Oder Dolmetscher für Gebärden·sprache. Sie übersetzen die gesprochene Sprache in Gebärden·sprache. Zum Beispiel bei einem Gespräch mit dem Arzt.</p>	
<p>Dosierung</p>	<p>Ein·nehmen von einer bestimmten Menge an Medikamenten.</p>	
<p>Einrichtung</p>	<p>Eine Einrichtung ist zum Beispiel eine Arzt-Praxis. Oder ein Kranken·haus. Der Name von der Einrichtung ist dann zum Beispiel: Sankt Elisabeth Kranken·haus.</p>	


Fach-wort	Erklärung	Bild
<p>Entlassung</p>	<p>Entlassung bedeutet: Die Behandlung ist zu Ende. Und der Patient oder die Patientin kommt aus dem Krankenhaus. Der Arzt geht bei der Entlassung zum Patienten. Und spricht mit dem Patienten. Das nennt man: Entlassungs-gespräch.</p>	
<p>Erb-krankheiten</p>	<p>Manche Krankheiten kommen in einer Familie häufig vor. Das nennt man: Erb-krankheiten. Das sind zum Beispiel Erb-krankheiten: Asthma, die Bluter-Krankheit, Diabetes, Krankheiten vom Herzen und vom Kreislauf, Krebs und Rheuma. Auch Allergien können die Eltern an die Kinder weitergeben. Zum Beispiel: Eine Allergie gegen bestimmte Medikamente, eine Allergie gegen Nahrungs-mittel, oder eine Allergie gegen Anti-bio-tikum.</p>	



Fach·wort	Erklärung	Bild
<p>Erbliche Veranlagung</p>	<p>Gibt es in der Familie diese Krankheit? Zum Beispiel: Hat die Mutter oder der Vater auch diese Krankheit? Dann wird die Krankheit in der Familie vielleicht vererbt. Das nennt man: Erbliche Veranlagung. Man kann auch sagen: Die Eltern geben die Krankheit an die Kinder weiter.</p>	
<p>Ergo·therapie</p>	<p>Ein Patient kann Ergo·therapie bekommen. Zum Beispiel: Wenn der Patient wieder etwas neu lernen muss. Zum Beispiel: sich zu bewegen. Ein anderes Wort ist: Arbeits·therapie oder Beschäftigungs·therapie.</p>	



Fach-wort	Erklärung	Bild
<p>Genetische Ver-anlagung</p>	<p>Gibt es in der Familie diese Krankheit? Zum Beispiel: Hat die Mutter oder der Vater auch diese Krankheit? Dann wird die Krankheit in der Familie vielleicht vererbt. Das nennt man: Erbliche Veranlagung. Oder man sagt: Genetische Veranlagung. Man kann auch sagen: Die Eltern geben die Krankheit an die Kinder weiter.</p>	 <p>The illustration shows a man in a white t-shirt and blue jeans holding a baby in his arms. To the left of the man, there is a circular callout containing a white pill bottle with a red cap and a box of pills. Two arrows point from the callout towards the man, suggesting a connection between the medication and the person.</p>


Fach·wort	Erklärung	Bild
<p>Genuss·mittel</p>	<p>Genuss·mittel sind Lebens·mittel. Aber die Menschen brauchen Genuss·mittel nicht zum Leben. Trotzdem wollen Menschen Genuss·mittel. Zum Beispiel: Weil sie sehr gut schmecken. Oder weil sie wach machen.</p> <p>Zu viel von einem Genuss·mittel ist oft nicht gesund. Genuss·mittel können zum Beispiel sehr viel Zucker enthalten. Oder andere un·gesunde Stoffe. Deshalb soll man nur wenig Genuss·mittel essen oder trinken. Genuss·mittel sind nämlich schlecht für die Gesundheit.</p> <p>Zum Beispiel:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Süßigkeiten. • Kaffee. • Limonaden. <p>Und vieles mehr.</p>	


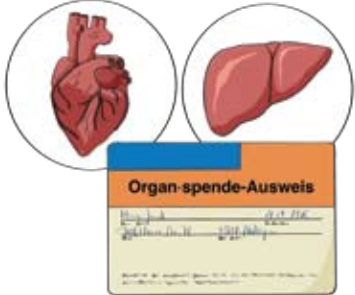
Fach·wort	Erklärung	Bild
<p>Handbuch</p>	<p>Ein Handbuch hat viele Informationen über ein Thema. In einem Handbuch kann man etwas nachschauen. Ein Handbuch hilft beim Erledigen von wichtigen Aufgaben.</p>	
<p>Hilfe-Bedarf</p>	<p>Man kann auch sagen: Unterstützungs-Bedarf. Das bedeutet: Wo·bei braucht jemand Unterstützung?</p>	
<p>Hilfs·mittel</p>	<p>Ein Hilfs·mittel ist zum Beispiel eine Brille. Oder ein Hör·gerät. Oder eine Geh·Hilfe. Aber auch ein Sitz in der Dusche ist ein Hilfs·mittel.</p>	




Fach·wort	Erklärung	Bild
<p>Impfung oder Schutz-Impfung</p>	<p>Eine Schutz-Impfung schützt einen Menschen vor einer gefährlichen Krankheit.</p> <p>Meistens bekommt man eine Schutz-Impfung mit einer Spritze.</p> <p>Das heißt:</p> <p>Man bekommt ein Medikament.</p> <p>Das Medikament schützt den Körper vor der Krankheit.</p> <p>Dann bekommt der Mensch die Krankheit nicht.</p> <p>Man nennt das:</p> <p>Im·mun gegen eine Krankheit sein.</p> <p>Und die Schutz-Impfung nennt man auch:</p> <p>Im·mu·ni·sierung.</p> <p>Es gibt verschiedene Schutz-Impfungen.</p> <p>Zum Beispiel:</p> <p>Schutz-Impfung vor Masern.</p> <p>Schutz-Impfung vor Kinder·lähmung.</p>	


Fach·wort	Erklärung	Bild
<p>Kinder·krankheit</p>	<p>Kinder können bestimmte Krankheiten bekommen. Zum Beispiel: Röteln oder Windpocken. Diese Krankheiten nennt man: Kinder·krankheiten. Meistens bekommen nur Kinder diese Krankheiten.</p>	
<p>Kranken·geschichte</p>	<p>Alles über die Krankheiten von einer Person. Dazu gehören auch die Operationen.</p>	
<p>Logo·pä·die</p>	<p>Bekommt ein Mensch als Behandlung bei Schwierigkeiten mit dem Sprechen. Oder mit der Stimme. Oder wenn der Mensch Probleme beim Schlucken hat. Ein anderes Wort ist: Sprach·heil·Behandlung.</p>	



Fach·wort	Erklärung	Bild
<p>Mobilitäts·hilfe</p>	<p>Mobil bedeutet: Von einem Ort zum anderen Ort kommen. Oder Unterwegs·sein. Eine Mobilitäts·hilfe ist ein Hilfs·mittel für die Fort·bewegung. Zum Beispiel: Ein Rollstuhl oder ein Rollator.</p>	
<p>MRSA</p>	<p>MRSA nennt man auch: Kranken·haus·keim. MRSA sind bestimmte Bakterien. Diese Bakterien kommen auf der Haut von Menschen vor. Das ist nicht gefährlich. Aber vielleicht bekommen Sie eine Entzündung. Und Sie sollen Anti·bio·ti·kum nehmen. Dann wirkt das Antibiotikum vielleicht nicht. Das ist gefährlich für Menschen im Kranken·haus. Deshalb macht das Personal im Krankenhaus einen Test auf MRSA.</p>	




Fach·wort	Erklärung	Bild
<p>Mündig·sein</p>	<p>Eine Person weiß genau Bescheid über die eigene Gesundheit. Deshalb kann die Person selbst·bestimmen. Die Person kann gute Entscheidungen treffen.</p>	
<p>Narkose</p>	<p>Eine Narkose schützt Sie vor Schmerzen bei einer Operation. Eine Narkose ist eine Betäubung. So kann das Ärzte-Team in Ruhe arbeiten. Und Sie haben keine Schmerzen bei einer Operation. Vor jeder Narkose muss es ein Gespräch geben mit einem Fach·arzt für Anäs·the·sie. Es gibt verschiedene Arten von Narkose: Vollnarkose oder eine Örtliche Betäubung.</p>	



Fach-wort	Erklärung	Bild
<p>Operation</p>	<p>Eine Operation ist eine Behandlung am Körper. Man kann auch sagen: Ein Eingriff durch einen Arzt oder eine Ärztin. Dabei werden medizinische Geräte benutzt. Und der Körper wird verletzt. Aber man spürt keine Schmerzen. Meistens bekommt man nämlich vor der Operation ein Betäubungs-Mittel. Dann spürt man die Schmerzen durch den Eingriff am Körper nicht. Viele sagen nur die Abkürzung für Operation: OP</p>	
<p>Organ-spende</p>	<p>Organ-spende bedeutet: Ein Mensch kann seine Organe nach seinem Tod an andere Personen spenden. Oder Gewebe spenden. Gewebe sind zum Beispiel:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Herz-klappen • Knochen-gewebe • Horn-haut 	



Fach·wort	Erklärung	Bild
<p>Örtliche Betäubung</p>	<p>Das ist eine Art der Narkose. Die Örtliche Betäubung ist eine Betäubung für einen Körper·teil. So merken Sie nichts von einer Behandlung. Aber Sie sind während der Behandlung wach.</p>	
<p>Patienten-ID oder Patienten-Nummer</p>	<p>Jeder Patient bekommt einmal eine Patienten-Nummer. So kann man im Computer diesen Patienten oder diese Patientin immer wieder·finden. Zum Beispiel bei jeder Behandlung im Krankenhaus oder in einer Arzt-Praxis. Man nennt die Patienten-Nummer auch: Patienten-Iden·ti·fi·kation. Die Abkürzung ist: Patienten-ID.</p>	
<p>Patienten·verfügung</p>	<p>Eine Patienten·verfügung ist eine unterschriebene Erklärung. In der Erklärung steht: So sollen die Ärzte den Menschen behandeln. Zum Beispiel: Bei einer sehr schweren Krankheit. Oder am Ende vom Leben.</p>	


Fach·wort	Erklärung	Bild
<p>Patienten·armband</p>	<p>Als Patient oder als Patientin im Krankenhaus bekommen Sie ein Armband. Das Armband bekommen Sie bei der Auf·nahme ins Krankenhaus. Oder in die Klinik. Auf dem Armband steht Ihre Patienten·Nummer. Das Personal findet so wichtige Infos über Sie. Und kann sicher sein: Sie bekommen die richtige Behandlung. Das Armband tragen Sie bis zum Ende vom Kranken·haus·Aufenthalt.</p>	


Fach-wort	Erklärung	Bild
<p>Pflege-grad</p>	<p>Menschen brauchen Unterstützung bei der Pflege. Zum Beispiel: Wenn sie alt sind. Oder wegen einer Be-einträchtigung. Die Pflege-kasse bezahlt die Unterstützung bei der Pflege. Aber die Pflege-kasse muss vorher fest-stellen: Wieviel Pflege braucht der Mensch?</p> <p>Dann schreibt die Pflege-kasse einen Brief. Im Brief steht der Pflege-grad. Das heißt: So-viel Pflege braucht dieser Mensch. Es gibt die Pflegegrade 1 - 5. 5 bedeutet viel Pflege. 1 bedeutet wenig Pflege.</p>	 <p>The illustration shows four people sitting around a table in a meeting. One person is pointing at a document. Above them, a circular callout shows an elderly person being assisted by another person, representing the need for care.</p>
<p>Pflege-personal</p>	<p>Das sind zum Beispiel: Die Mitarbeiter und Mitarbeiter-innen im Krankenhaus. Man kann auch sagen: Die Kranken-pfleger und Kranken-schwestern.</p>	 <p>The illustration shows four healthcare professionals standing in a row. From left to right: a male doctor in a white coat, a male nurse in blue scrubs, a female nurse in pink scrubs, and a male healthcare worker in a brown uniform.</p>



Fach·wort	Erklärung	Bild
Phy·sio·therapie	Man kann auch sagen: Kranken·gymnastik und Massagen.	
Rechtliche Betreuung	Die rechtliche Betreuung kann einen Menschen vertreten: <ul style="list-style-type: none"> • Bei Ämtern. • Bei Fragen zum Geld. • Bei den Entscheidungen zur Gesundheit. • Oder bei allem. Manche Menschen haben eine rechtliche Betreuung. Die rechtliche Betreuung hat einen Brief vom Gericht.	
Risiken	Risiken bedeutet: Etwas kann gefährlich sein. Zum Beispiel eine Operation.	




Fach·wort	Erklärung	Bild
<p>Schwer·behinderung</p>	<p>Schwerbehinderung ist ein Wort aus dem Gesetz. Menschen können eine Beeinträchtigung haben. Zum Beispiel: Eine Seh·beeinträchtigung. Oder eine andere Beeinträchtigung. Die Beeinträchtigung schränkt den Menschen ein. Vieles im Alltag ist deshalb schwierig. Eine Beeinträchtigung bleibt länger. Im Gesetz steht: Länger als 6 Monate. Dann können Menschen mit einer Beeinträchtigung einen Schwerbehinderten-Ausweis bekommen. Und sie bekommen Unterstützung. Die Unterstützung bezahlt das Amt.</p>	
<p>Selbst·hilfe</p>	<p>Menschen mit derselben Krankheit unterstützen sich. Sie sprechen mit·einander. Das hilft den Menschen. Die Selbst·hilfe, das sind Vereine und Gruppen. Sie machen sich stark für Menschen mit Behinderungen und mit Krankheiten.</p>	



Fach·wort	Erklärung	Bild
<p>Selbst·hilfe-Gruppe</p>	<p>Menschen mit derselben Krankheit unterstützen sich. Sie sprechen miteinander. Das hilft den Menschen. Sie merken: Ich bin nicht allein. Die Selbst·hilfe sind zum Beispiel Vereine und Gruppen. Sie machen sich stark für Menschen mit Behinderungen. Und für Menschen mit Krankheiten.</p>	
<p>Sozial·dienst</p>	<p>Es gibt den Sozial·dienst in Krankenhäusern. Der Sozial·dienst bietet Beratungen an. Und Sie bekommen viele Infos beim Sozial·dienst. Zum Beispiel über Hilfs·mittel. Oder wenn Sie Unterstützung bei Anträgen brauchen. Der Sozial·dienst ist ein kostenloses Angebot in jeder Klinik.</p>	


Fach·wort	Erklärung	Bild
<p>Sta·tio·näre Behandlung</p>	<p>Stationär bedeutet: Der Patient oder die Patientin wird im Krankenhaus aufgenommen. Die Person liegt im Krankenhaus für mehr als einen Tag. Zum Beispiel für ein paar Tage oder noch länger. Das nennt man: Stationäre Behandlung. So kann der Patient gut versorgt werden. Das Pflege·personal und die Ärzte sind immer in der Nähe.</p>	 <p>The illustration shows a patient lying in a hospital bed. Three medical professionals are standing around the bed: a male doctor in a white coat on the left, a female nurse in a purple uniform in the center, and another male doctor in a white coat on the right. They appear to be in the middle of a medical examination or discussion. A medical light fixture is visible above the bed.</p>

Fach·wort	Erklärung	Bild
<p>Sucht·mittel</p>	<p>Sucht·mittel können Menschen süchtig machen. Manche Menschen haben eine Abhängigkeit von einem Sucht·mittel. Das heißt: Sie können nicht mehr ohne das Sucht·mittel sein.</p> <p>Ein Sucht·mittel ist zum Beispiel: Nikotin. Nikotin ist in Zigaretten. Deshalb macht Zigaretten·rauchen Menschen süchtig. Ein Mensch möchte immer wieder eine Zigarette rauchen.</p> <p>Oder Alkohol. Alkohol ist in Bier und in Wein. Aber auch in anderen Getränken. Oder in Speisen.</p> <p>Alkohol macht süchtig. Der Mensch will immer wieder Alkohol trinken. Denn der Alkohol im Getränk macht lustig. Und ein Mensch mit Problemen vergisst die Probleme.</p>	

Fach·wort	Erklärung	Bild
	<p>Vielleicht trinkt der Mensch immer wieder Alkohol. Dann braucht der Körper immer wieder den Alkohol. Der Alkohol macht viel kaputt im Körper.</p> <p>Zum Beispiel: Die Leber und das Gehirn. Abhängigkeiten sind gefährlich für Menschen.</p>	
Therapie	<p>Ein Arzt behandelt Ihre Krankheit. Das nennt man: Therapie</p>	
Un·verträglich·keit	<p>Vielleicht vertragen Sie ein Medikament nicht. Oder ein Medikament wirkt nicht so gut. Das nennt man: Un·verträglich·keit.</p>	

Fach·wort	Erklärung	Bild
Verstehens-Assistenz	<p>Die Assistenz hilft Ihnen bei schwerer Sprache. Die Assistenz übersetzt schwere Sprache in Leichte Sprache. Stellen Sie die Assistenz beim Arzt-Besuch als Verstehens-Assistenz vor.</p>	
Versicherungs·nummer	<p>Das ist Ihre Nummer von der Kranken·kasse. Sie finden Ihre Versicherungs·nummer auf Ihrer Versicherten·karte. Die Versicherten·karte ist Ihre Gesundheits·karte.</p>	
Visite	<p>Ein anderes Wort für Visite ist: Besuch. Ein Arzt kommt zu Ihnen ins Zimmer. Vielleicht mit einem Team zusammen. Das Team schaut: Wie geht es dem Patienten zum Beispiel: Nach einer OP. Oder bei einer Behandlung.</p>	

Fach-wort	Erklärung	Bild
<p>Voll-narkose</p>	<p>Das ist eine Art der Narkose. Bei einer Voll-narkose bekommen Sie nichts mit von der Operation. Sie schlafen ein. Und Sie werden künstlich be-atmet.</p>	
<p>Vor-erkrankung</p>	<p>Vor-erkrankung bedeutet: Welche Krankheiten ein Patient schon hatte. Eine Vor-erkrankung hat schon früher angefangen. Aber die Krankheit von früher kann heute noch der Grund für ein gesundheitliches Problem sein. Deshalb wollen die Ärzte wissen: Welche Vor-erkrankungen hat ein Arzt schon festgestellt?</p>	

Fach·wort	Erklärung	Bild
<p>Vor·sorge·vollmacht</p>	<p>Eine Vor·sorge·vollmacht ist für später. Man legt fest: Wer soll mich später unterstützen bei den rechtlichen Angelegenheiten? Diese Person steht in der Vor·sorge·vollmacht. Eine Vollmacht ist eine Erlaubnis. Vielleicht kann ein Mensch später seine Angelegenheiten nicht mehr selbst regeln. Dann kann die Person die Vor·sorge·vollmacht zeigen. Und darf für den anderen Menschen entscheiden.</p>	 <p>The image shows a document titled 'Vorsorge-vollmacht' with various fields and checkboxes. To its right is a circular inset illustration. In the illustration, a woman with grey hair, wearing a grey jacket and a green top, stands and holds a pink folder. She is looking towards a woman lying in a hospital bed. The woman in the bed is wearing a green patterned top and appears to be resting or recovering.</p>

Wer hat das Handbuch Meine Gesundheit gemacht?

Teil 1

LAG Selbsthilfe NRW

**Landes·arbeits·gemeinschaft Selbst·hilfe
von Menschen mit Be·hinderung und chronischer Er·krankung
und ihren An·gehörigen Nord·rhein·West·falen e. V.**

Neubrückenstraße 12 – 14

48143 Münster

Telefon 02 51 / 4 34 00

www.lag-selbsthilfe-nrw.de

info@lag-selbsthilfe-nrw.de



Text Leichte Sprache

Kirsten Czerner-Nicolas und Franca Leistenschneider

www.leichte-sprache-inklusive.de

Verstehensprüfung Leichte Sprache

Silke Agne, Nicole Franke, Anestis Loukidis, Cordula Schumacher,
Daniela Pindor, Sieglinde Didier, Christian Hehemann



© Europäisches Logo für einfaches Lesen: Inclusion Europe.

Weitere Informationen unter:

<https://easy-to-read.inclusion-europe.eu/de/europaisches-logo/>

Wer hat das Handbuch Meine Gesundheit gemacht?

Teil 2



Bilder Leichte Sprache

Inga Kramer, www.ingakramer.de

Bild Ordner-Rückseite

SewcreamStudio/Adobe Stock

Gestaltung

Thomas Bucker, www.eins-a-gestaltung.de

Druck

Wentker Druck, Greven | August 2024

Projekt-Förderung durch die gesetzlichen Krankenkassen/-verbände in NRW

