

Überlegungen zum Arztbesuch (Was ist das Ziel meines Besuches? Was sind meine Fragen? Was nehme ich mit?)

1. Soll ich mich von jemanden begleiten lassen?

→ Möglicherweise ist der Arzt darauf angewiesen, mit jemanden zu sprechen, der bei einem Anfall dabei war und über diesen berichten kann. Darum kann es sinnvoll sein sich z.B. von einem Angehörigen begleiten zu lassen.

2. Für folgende Medikamente wird ein neues Rezept benötigt

→ Machen Sie sich eine Liste

3. Das nehme ich mit

→ Fragen Sie bei der Terminvereinbarung zum ersten Arztbesuch nach, was Sie mitbringen sollen (z.B. Krankenkassenkarte)

- Anfallskalender
- Medikamentenliste
- Liste von Medikamenten (auch rezeptpflichtige) die infolge einer anderen Erkrankung eingenommen werden
- Ärztlicher Befund und Röntgenbilder zu einer anderen Erkrankung oder Unfall

4. Wichtige Informationen, die mein Arzt wissen muss

→ Machen Sie sich vor dem Arztbesuch Notizen

Beispiele:

- Was hat sich seit dem letzten Besuch generell verändert (Arbeitssituation, Schule, Partnerschaft, Familie, Freizeit, Reisen, Sport, u.ä.)
- Wann und wie oft hatte ich Anfälle (Anfallskalender mitnehmen)
- Wie sieht ein typischer Anfall aus (ggf. Handyaufnahme zeigen)
- Wurde ich bei einem Anfall verletzt
- Haben sich die Anfälle verändert (häufiger, stärker, länger)
- Was könnte meine Anfälle ausgelöst haben (Stress, weniger Schlaf, TV, Computer, unregelmässiges Essen, u.ä.)
- Habe ich mit der aktuellen medikamentösen Behandlung Nebenwirkungen oder Beeinträchtigungen festgestellt (Schlaflosigkeit, Zittern, Allergien, Gewichtsveränderungen, Konzentrationsschwierigkeiten, Müdigkeit, Schwindel, u.ä.)
- Wann und wie oft treten diese Nebenwirkungen auf
- Hat sich mein allgemeiner Gesundheitszustand verändert
- Ich muss zurzeit (oder für immer) noch andere Medikamente einnehmen, die nichts mit der Epilepsie zu tun haben

5. Das möchte ich von meinem Arzt wissen

→ Stellen Sie die Fragen vor dem Arztbesuch zusammen

Beispiele:

- Was bewirken meine Medikamente
- Vertragen sich neu verschriebene Medikamente mit denjenigen, die ich schon einnehme
- Was tue ich, wenn ich vergessen habe die Medikamente einzunehmen oder diese ausversehen doppelt eingenommen habe
- Was kann gegen die Nebenwirkungen und/oder Beeinträchtigungen getan werden
- Sind eventuell Veränderungen/Anpassungen in meinem Alltag notwendig (z.B. Vorsichtsmassnahmen/Regeln bezüglich Sport, Freizeit, Schule, Arbeit, Tagesstruktur, Ruhezeiten etc.)
- Wenn Tests durchgeführt wurden, welche Resultate haben diese ergeben
- Muss ich bis zum nächsten Arztbesuch auf etwas ganz besonders achten
- Mit welchen zusätzlichen (komplementären) Massnahmen kann ich meine Situation verbessern
- Wen soll ich in meinem persönlichen Umfeld informieren und wie
- Befürchtungen und Ängste ansprechen
- Welches unterstützende Angebot bietet die behandelnde bzw. regionale Klinik an (Sozialdienst, Psychotherapie, Epilepsiesprechstunde, u.ä.)

6. Falls Sie sich eine Zweitmeinung wünschen

→ Sprechen Sie offen mit Ihrem behandelnden Arzt darüber und bitten Sie ihn Ihre Krankenakte dem gewünschten Arzt weiterzuleiten.

Achtung: Vergessen Sie nicht vorgängig abzuklären, ob die Kosten für eine Zweitmeinung von Ihrer Krankenkasse übernommen wird.