

Gut vorbereitet zum Arzt-Termin – Ein Leitfaden für Patientinnen und Patienten

Katrin Gehring, Gesundheitsdirektion Kanton Zürich
Dominique Vogt, Careum Stiftung

Hintergrund

Das Arzt-Patienten-Gespräch findet meist innerhalb eines sehr begrenzten zeitlichen Rahmens statt und ist häufig durch eine asymmetrische Gesprächssituation gekennzeichnet. Seitens der Patientinnen und Patienten bleiben nicht selten Fragen offen und Anliegen oder Bedenken unausgesprochen. Auch werden Entscheidungen über die Behandlungsstrategie teilweise auf Basis unzureichender Informationen getroffen oder die Gründe für die Wichtigkeit der Einhaltung der Behandlungsregimes können von den Betroffenen nicht verstanden und verinnerlicht werden. Ziel ist es daher ein Hilfsmittel zu erarbeiten, das Patientinnen und Patienten dabei unterstützt, die Zeit während des Arztbesuchs möglichst gut zu nutzen und gut informierte Entscheidungen treffen zu können.

Methodik

Im Anschluss an eine umfassende Recherche vorliegender Beispiele und methodischer Ansätze wurden die Prinzipien für die Entwicklung des Patientenleitfadens definiert. Der Leitfaden soll ...

- Patienten vor, während und nach dem Arztbesuch unterstützen.
- inhaltlich möglichst allgemeingültig angelegt sein, d.h. beispielsweise krankheitsübergreifend für alle Patientengruppen nutzbar sein.
- sowohl den Bedürfnissen der Patientinnen und Patienten, als auch den Anforderungen der Ärzteschaft entsprechen. Die Entwicklung des Leitfadens erfolgt deshalb partizipativ mit beiden Gruppen. Mit Hilfe von Experteninterviews wurde die Einschätzung der Ärzte und Ärztinnen eingeholt. Die Perspektive der Patienten und Patientinnen wurde in Form eines Gruppeninterviews erfragt.
- dem Prinzip folgen: so viel wie nötig, so wenig wie möglich. Daraus folgt eine Fokussierung auf wenige Kernbotschaften.
- durch Sprache und Gestaltung eine möglichst niederschwellige Nutzung durch einen breiten Personenkreis ermöglichen. Zu diesem Zweck wird er in leicht verständliche Sprache übersetzt. Zudem berücksichtigt er die dazugehörigen Gestaltungsprinzipien für eine leichte Lesbarkeit.

Ergebnisse

Der erarbeitete Leitfaden zur Vorbereitung von Arztbesuch gliedert sich in drei inhaltliche Abschnitte, die jeweils auf einer Seite dargestellt werden: Vor dem Arztbesuch, Im Sprechzimmer, Nach dem Arztbesuch.

- Im ersten Teil werden Tipps und Hinweise gegeben, die die Patientinnen und Patienten auf den Arztbesuch vorbereiten und weist auf Aspekte wie relevante Unterlagen und der Einbezug von Vertrauenspersonen hin. Er liefert zudem generelle Anregungen zum Gespräch mit den Fachpersonen.
- Der zweite Teil fokussiert auf die Konsultation selbst und präsentiert ein Set von zentralen Fragen, die der Ärztin / dem Arzt gestellt werden können. Der Leitfaden berücksichtigt dabei

Elemente der Ask-me-3-Kampagne, Aspekte von Choosing-Wisely in Bezug auf Behandlungsentscheidungen sowie ganz grundlegend die Gesundheitskompetenz-Dimensionen «Informationen finden» und «Informationen beurteilen». Es wurden fünf Kernbotschaften definiert, die jeweils durch wenige Unterfragen erläutert werden. Die fünf Kernfragen lauten: Was habe ich? Was kann ich tun? Warum ist es wichtig, das zu tun? Wie geht es weiter? Wo finde ich Informationen und Unterstützung?

- Im dritten Abschnitt des Hilfsmittels werden für die Patienten wichtige Punkte im Nachgang des Arztbesuchs benannt, die dazu anregen sollen, den Arzttermin nachzubereiten.

Schlussfolgerung

Mit dem erarbeiteten Hilfsmittel zur Vorbereitung und auch Begleitung von Arztbesuch kann ein wichtiger Beitrag zur Stärkung der persönlichen Gesundheitskompetenz von Patientinnen und Patienten geleistet werden. Auch kann der Leitfaden im Idealfall zu einer Sensibilisierung der Fachpersonen beitragen, wenn er während der Konsultation genutzt wird. Das Hilfsmittel wird kostenfrei zur Verfügung gestellt und bei Fachpersonen und Organisationen im Gesundheitssystem breit gestreut werden.