Patientenbroschüre
Diese Broschüre kann Ihnen dabei helfen, Ihre Bedürfnisse und Wünsche mit Ihrem Arzt* zu besprechen.

Hilfreiche Tipps **für Ihr Arztgespräch**

Für Menschen mit DLBCL

sobi
rare **strength**

Sie möchten sich gern besser auf Ihr Arztgespräch vorbereiten?

Dieser Leitfaden kann Ihnen dabei behilflich sein, Ihre wichtigen Themen und Fragen bei Ihrem nächsten Arzttermin anzusprechen. Ab und an vergisst man nämlich leider, welche Fragen man während des Arztgesprächs stellen wollte oder dass man auch mal über seine eigenen Bedürfnisse sprechen möchte. Auch können die Informationen, die man von seinem Arzt bekommt, vielleicht schwer verständlich sein und man hat einfach keine Kraft mehr, genau zuzuhören.

Damit Ihr Arztgespräch künftig als Chance von Ihnen genutzt werden kann, gibt Ihnen diese Broschüre hilfreiche Tipps und Hinweise zur Vor- und Nachbereitung Ihres Termins und kann auch während Ihres Gesprächs genutzt werden. Damit haben Sie die Möglichkeit, sich auf Ihr Arztgespräch zu konzentrieren und über Ihre Wünsche und Ziele mit Ihrem Arzt zu sprechen.

* Der besseren Lesbarkeit halber verwenden wir nur die männliche Form von „Patient", „Arzt", "Behandler" usw. Selbstverständlich sind damit immer auch weibliche Personen und Menschen mit weiteren Geschlechtsidentitäten gemeint.

Inhaltsverzeichnis

Die Vorbereitung auf Ihren Arzttermin 4

Tipps für Ihr Arztgespräch 6

Fragen für Ihr Arztgespräch 8

Ihre Gesprächsnotizen 11

Zum Heraustrennen!

Die Vorbereitung auf Ihren Arzttermin

Vor Ihrem Termin

Jeder Arzttermin kann eine Chance sein

Die Zeit beim Arzt ist oft begrenzt und wir alle kennen die Aufregung vor dem Gang ins Sprechzimmer.
Mit vielen Gedanken im Kopf lassen sich oft nicht alle Bedürfnisse klar und deutlich dem Arzt gegenüber schildern und das Gespräch läuft nicht optimal.
Deshalb ist Folgendes wichtig:
Ordnen Sie Ihre Gedanken vor dem Gespräch mit Ihrem Arzt und machen Sie sich Notizen, um alle wichtigen Dinge im Auge zu behalten.

Wissen aneignen

Für ein erfolgreiches Arztgespräch ist es vor allem wichtig, über seine eigene Erkrankung so viele Informationen wie möglich zu sammeln und sich Wissen anzueignen.
Mit viel Wissen über Ihre Erkrankung können Sie das, was Ihnen Ihr Arzt sagt, besser einordnen. Wenn Ihre erste Therapie nicht erfolgreich verlaufen ist, können Sie mit Ihrem Arzt über mögliche Therapieoptionen sprechen. Dazu sollten Sie sich Gedanken machen, was Ihnen für Ihre Therapie wichtig ist.

Während Ihres Termins

Zuhören

Jedes Gespräch sollte konstruktiv sein. Aufmerksames Zuhören ist der Schlüssel für ein gutes Gespräch. Versuchen Sie also alle Informationen zu verstehen und verschaffen Sie sich Gehör für Ihre Bedürfnisse. Nur wenn Sie ein gemeinsames Verständnis haben, können Sie das meiste aus dem Termin holen.
Auch wenn es Sie Überwindung kostet – nehmen Sie Ihren Mut zusammen und sprechen Sie offen darüber, was Sie bewegt.

Nach Ihrem Termin

Die Vorbereitung auf Ihren nächsten Termin beginnt bereits jetzt

Oft schließen sich Ihrem Arztgespräch weitere Untersuchungen oder Behandlungen an. Wichtig ist auch hier, dass Sie immer verstehen, warum gewisse Untersuchungen gemacht werden. Erkundigen Sie sich auch nach Ihren Testergebnissen.
Aus den Ergebnissen der Untersuchungen oder des Gesprächs mit Ihrem Arzt ergeben sich sicherlich neue Erkenntnisse und Fragen für Ihr nächstes Arztgespräch. Notieren Sie sich diese gleich hier in den „Gesprächsnotizen" ab Seite 11.

Tipps für Ihr Arztgespräch

Hier finden Sie Tipps, die für das Gespräch mit Ihrem Behandler hilfreich sein können:

Gut zu wissen

Stellen Sie Fragen

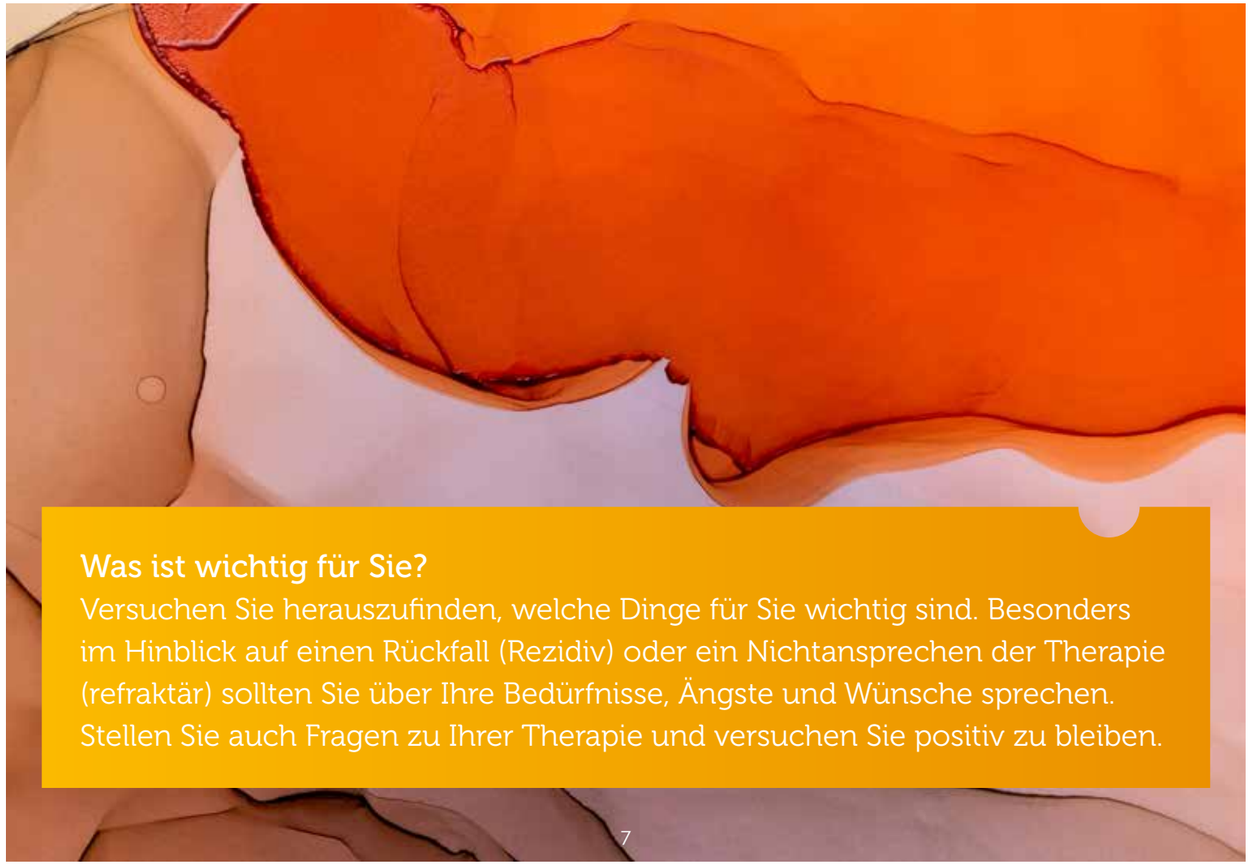
Jedes Arztgespräch ist Ihre individuelle Zeit mit Ihrem Behandler, der Ihre Fragen beantworten möchte. Also nutzen Sie die Gelegenheit und stellen Sie alle Ihre Fragen, die Sie im Leben mit Ihrem DLBCL beschäftigen.

Sie sind nicht alleine

Bitten Sie ein Familienmitglied, einen Freund oder Partner, Sie zu Ihrem Termin zu begleiten. Ihre Begleitung kann Ihnen ein Gefühl von Sicherheit geben und Sie bei dem Gespräch unterstützen.

Das Arztgespräch

Denken Sie daran, Ihre Notizen griffbereit zu haben und besprechen Sie die wichtigsten Punkte mit Ihrem Arzt.



Was ist wichtig für Sie?

Versuchen Sie herauszufinden, welche Dinge für Sie wichtig sind. Besonders im Hinblick auf einen Rückfall (Rezidiv) oder ein Nichtansprechen der Therapie (refraktär) sollten Sie über Ihre Bedürfnisse, Ängste und Wünsche sprechen. Stellen Sie auch Fragen zu Ihrer Therapie und versuchen Sie positiv zu bleiben.

Fragen für das Arztgespräch

Mit den folgenden Vorschlägen für Fragen, die Sie Ihrem Arzt stellen können, möchten wir Ihnen etwas an die Hand geben, um sich auf das nächste Gespräch mit Ihrem Arzt vorzubereiten. Nehmen Sie ganz einfach die Broschüre zu diesem mit.

Bitte betrachten Sie die Auswahl an Fragen als Vorschlag. Suchen Sie immer die Fragen heraus, die Ihnen in diesem Moment vordringlich erscheinen und notieren Sie diese auf Ihrem persönlichen „Spickzettel". Selbstverständlich können Sie auch eigene Fragen ergänzen.

Fragen, die Sie stellen können

… zur Therapie

- Welche Therapieoptionen kommen aktuell für mich infrage?
- Wie ist der Ablauf der weiteren Behandlung?
- Muss ich für die Behandlung im Krankenhaus bleiben, oder kann sie ambulant erfolgen?
- Welche Art von Nebenwirkungen können auftreten?

Fragen, die Sie stellen können

… zur Lebensqualität

- Wird es zu Veränderungen in meinem Alltag kommen und wie stark wird dadurch meine Lebensqulität beeinflusst?
- Haben Sie Tipps, wie ich mit meiner Erkrankung umgehen kann? Sollte ich meinen Lebensstil ändern?
- Kann eine gesunde Ernährung den Krankheitsverlauf positiv beeinflussen?
- An wen kann ich mich zur Besprechung meiner Sorgen wenden?
- Wie bespreche ich meinen Rückfall mit meinen Angehörigen?

Fragen, die Sie stellen können

… nach der Diagnose

- Was genau passiert in meinem Körper bei einem DLBCL?
- In welchem Stadium befinde ich mich und was bedeutet das für meine Chance auf Heilung?
- Kommen weitere Beschwerden/Symptome auf mich zu?
- Wie kann ich mit diesen umgehen?
- Welche weiteren Untersuchungen und Behandlungen kommen nun auf mich zu?
- Wie stark werden mich die Behandlungen beeinträchtigen?
- Wo bekomme ich weitere Informationen oder Unterstützung?
- Ich möchte noch Kinder bekommen. Was passiert mit meinem Kinderwunsch?

Zum Heraustrennen!

Ihre **Gesprächsnotizen**

Datum: / /

Meine Frage: _____

Antwort des Arztes: _____

Meine Frage: _____

Antwort des Arztes: _____

Ihre **Gesprächsnotizen**

Datum: / /

Meine Frage:

Antwort des Arztes:

Meine Frage:

Antwort des Arztes:

Zum Heraustrennen!

Zum Heraustrennen!

Ihre **Gesprächsnotizen**

Datum: / /

Meine Frage:

Antwort des Arztes:

Meine Frage:

Antwort des Arztes:

Ihre **Gesprächsnotizen**

Datum: / /

Meine Frage:

Antwort des Arztes:

Meine Frage:

Antwort des Arztes:

Zum Heraustrennen!

Zum Heraustrennen!

Ihre **Gesprächsnotizen**

Datum: / /

Meine Frage:

Antwort des Arztes:

Meine Frage:

Antwort des Arztes:

Ihre **Gesprächsnotizen**

Datum: / /

Meine Frage:

Antwort des Arztes:

Meine Frage:

Antwort des Arztes:

Zum Heraustrennen!

Zum Heraustrennen!

Ihre **Gesprächsnotizen**

Datum: / /

Meine Frage:

Antwort des Arztes:

Meine Frage:

Antwort des Arztes:

Ihre **Gesprächsnotizen**

Datum: / /

Meine Frage: _____

_____

Antwort des Arztes: _____

_____

_____

_____

Meine Frage: _____

_____

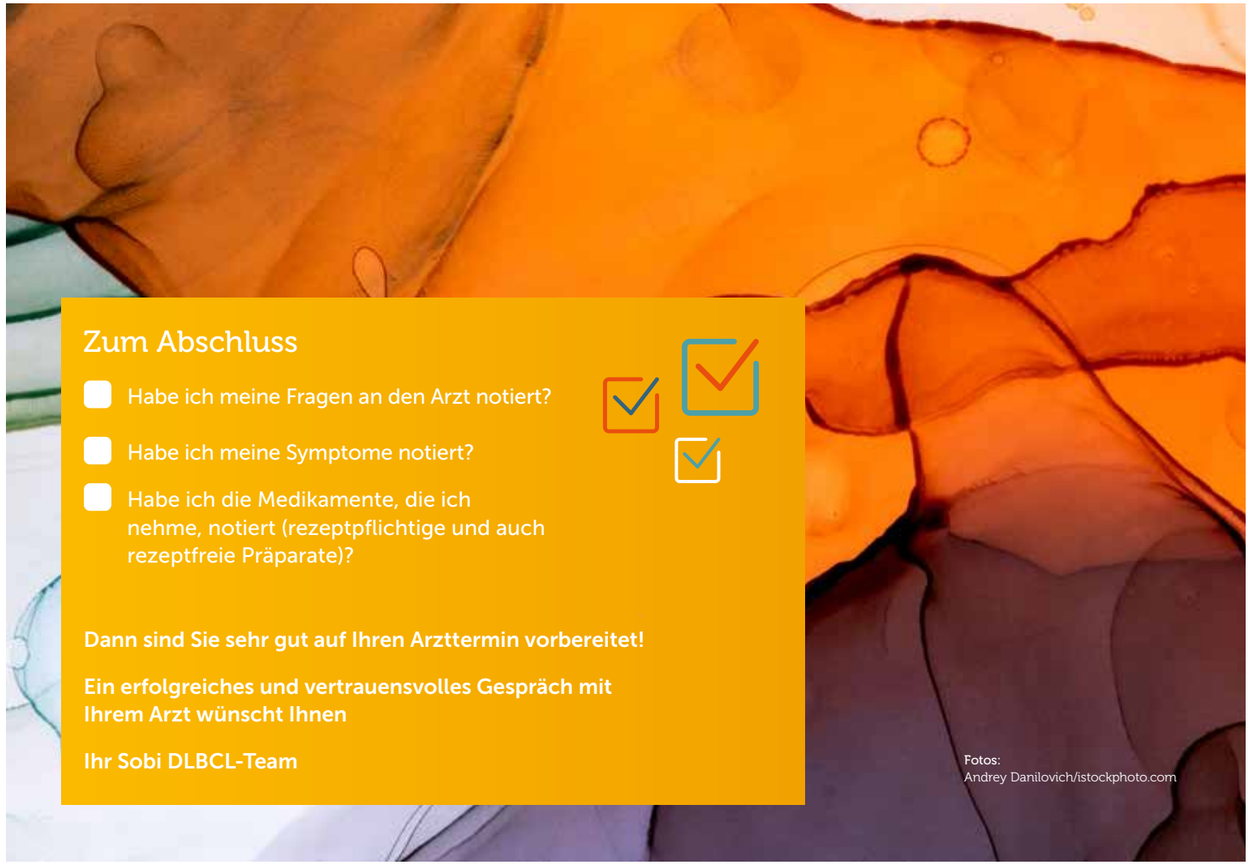
Antwort des Arztes: _____

_____

_____

_____

Zum Heraustrennen!



Zum Abschluss

- ☐ Habe ich meine Fragen an den Arzt notiert?
- ☐ Habe ich meine Symptome notiert?
- ☐ Habe ich die Medikamente, die ich nehme, notiert (rezeptpflichtige und auch rezeptfreie Präparate)?

Dann sind Sie sehr gut auf Ihren Arzttermin vorbereitet!

Ein erfolgreiches und vertrauensvolles Gespräch mit Ihrem Arzt wünscht Ihnen

Ihr Sobi DLBCL-Team

Fotos:
Andrey Danilovich/istockphoto.com

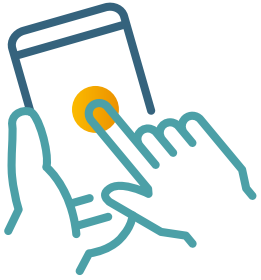
selten VEREINT

Die Plattform für seltene Erkrankungen

Mehr Infos zu DLBCL finden Sie auf Selten Vereint:

Selten Vereint ist eine Plattform, die sich seltenen Erkrankungen widmet und umfassende Informationen für Betroffene, Angehörige und Interessierte bietet. Unser Ziel ist es, eine zentrale Anlaufstelle zu schaffen, die nicht nur fundiertes Wissen über eine Vielzahl von seltenen Krankheiten wie DLBCL vermittelt, sondern auch das Gefühl der Zusammengehörigkeit stärkt, indem wir uns Themen widmen, die Betroffene erkrankungsübergreifend beschäftigen. Seltene Erkrankungen sind zwar individuell und einzigartig, doch die Gemeinschaft der Betroffenen steht vor ähnlichen Herausforderungen, die man gemeinsam bewältigen kann. **Schauen Sie rein!**

www.selten-vereint.de



YouTube

youtube.com/@SeltenVereint

Instagram

instagram.com/seltenvereint

facebook

facebook.com/seltenvereint

Swedish Orphan Biovitrum GmbH
Fraunhoferstr. 9a, 82152 Martinsried, Deutschland
www.sobi-deutschland.de

sobi
rare **strength**

159-ZYN-D(D)-0425-V01