

Ältere Menschen in der hausärztlichen Praxis

Instrumente und Anleitungen



Walter Oswald, Beat Künzi



Einleitung

Diese hier vorgestellte Broschüre enthält Hilfen (im folgenden auch «Instrumente» genannt), welche die Rolle älterer Patienten in der hausärztlichen Versorgung stärken und deren «Einbeziehung» fördern sollen. Im Arzt-Patient-Gespräch bedeutet Patienteneinbeziehung, dass der Arzt¹ Aktivitäten entwickelt, die es dem Patienten ermöglichen, sich in der Konsultation aktiver einzubringen. Diese können zum Beispiel darin bestehen, dem Patienten ausreichend Gelegenheit zu geben, Fragen zu stellen, seine Sichtweise bezüglich seiner Erkrankung darzulegen und sich an Entscheidungen bezüglich seiner Gesundheitsversorgung zu beteiligen. Ebenso kann der Patient von sich aus entsprechende Aktivitäten entwickeln [1–4].

Es ist eine sowohl ethische als auch rechtliche Verpflichtung, Patienten ausreichende Informationen und eine Berücksichtigung ihrer Wünsche hinsichtlich ihrer medizinischen Versorgung anzubieten [5]. Die Einbeziehung der Sicht des Patienten kann eine Voraussetzung dafür sein, dass Arzt und Patient bezüglich der Diagnose und im Hinblick auf eine geeignete Behandlungsmethode Einigkeit erzielen. Auch kann die aktive Beteiligung des Patienten sich positiv auf den Verlauf und das Ergebnis der Behandlung auswirken. Sie kann dazu führen, dass der Arzt mehr auf die Wünsche des Patienten eingeht und dass sich die Zufriedenheit des Patienten und auch des Arztes mit der medizinischen Versorgung erhöht [6, 7].

Viele ältere Patienten bevorzugen einen direktiven Stil ihres Arztes und erwarten, dass er die Entscheidungen trifft [4, 8, 9]. Dies ist jedoch nicht bei allen älteren Menschen gleichermassen der Fall, und viele von ihnen möchten ausreichend informiert und zumindest bis zu einem bestimmten Grad am Entscheidungsprozess beteiligt werden [10]. Auch wenn der

Arzt letztlich die Entscheidungen trifft, kann er dies besser im Einvernehmen mit dem Patienten, wenn dieser ausreichend Gelegenheit hat, seine Erfahrungen einzubringen und Fragen zu stellen [11, 12].

Die im folgenden vorgestellten Instrumente wurden im Rahmen der internationalen Studie IMPROVE ausgewählt und in Zusammenarbeit mit Ärzten und Patienten aus 11 Ländern getestet. Die wichtigsten Ziele des Projekts waren:

- Die Erforschung von Faktoren, welche die Einbeziehung älterer Menschen in ihre hausärztliche Versorgung hemmen oder fördern (Interviews mit Patienten und Ärzten) [13].

- Die Auswahl geeigneter Instrumente zur Förderung der Einbeziehung älterer Patienten und die Überprüfung der Anwendbarkeit dieser Instrumente in der alltäglichen hausärztlichen Praxis.

Aufgrund von Vorstudien wurden die Instrumente im Vergleich zum Original zum Teil leicht verändert, um sie der Verwendung speziell mit älteren Menschen anzupassen.

- Das Notizblatt für das Arzt-Patient-Gespräch «Was ich mit meinem Arzt / meiner Ärztin besprechen möchte ...», ein Notizblatt mit einer einfachen, offenen Frage, die Patienten dazu ermutigen soll, alle Fragen und Themen zu notieren (und anzusprechen), über die sie mit ihrem Arzt / ihrer Ärztin reden möchten [14]. (Abb. 1, Seite 868)

- Das Notizblatt für Patienten «Wie machen Sie das Beste aus Ihrem Arztbesuch?», das Patienten mit Hilfe einiger Leitfragen (drei offene und vier geschlossene Fragen) dabei unterstützen soll, ihre Sichtweise im Gespräch einzubringen [15]. (Abb. 2, Seite 868)

- Das Schaubild «Verändern oder nicht verändern?», ein Blatt mit symbolischen Bildern, die unterschiedliche Aspekte des alltäglichen Lebens darstellen, welche Auswirkungen auf die Gesundheit haben können. Mit dieser visuellen Hilfe sollen Patienten dazu motiviert werden, darüber zu sprechen, ob sie bezüglich dieser – oder auch anderer – Aspekte in ihrem Leben etwas ändern möchten, und ggf. angeregt werden, diese Veränderungen umzusetzen [16]. (Abb. 3, Seite 868)

- Das «Gesundheitstagebuch», ein Büchlein basierend auf 7 «Coop-Charts»², das dazu anregen soll, mit dem Patienten zusammen über unterschiedliche Aspekte seines gesundheitlichen Befindens zu sprechen und mehr über die Ursachen für einen guten

1 Da das Aufzählen der männlichen und weiblichen Form die Lesbarkeit zum Teil erheblich erschwert, verwenden wir meistens die männliche Form oder den Plural. Sie stehen für Männer und Frauen gleichermassen.

2 Fragebögen mit bebilderten Antwortskalen, die ursprünglich zur Erhebung des allgemeinen Gesundheitszustands von Patienten entwickelt wurden.

bzw. schlechten Gesundheitszustand sowie Möglichkeiten der Einflussnahme herauszufinden [17]. (Abb. 4, Seiten 869–871)

■ Das «Patienten-Blatt», ein Notizblatt mit zwei offenen und vier standardisierten Fragen, das Patienten dazu anregen soll, beim Arzt über alles zu sprechen, was ihnen wichtig ist. Dieses Blatt basiert auf den Erfahrungen mit den oben genannten, vorher getesteten Instrumenten und wurde auf dieser Grundlage im Rahmen von IMPROVE entwickelt. (Abb. 5, Seiten 871)

Sie können die hier verkleinert abgebildeten Instrumente – Notizblatt, Gesundheitstagebuch, Stimmungsbarometer, Kontaktblatt ... – einzeln im A4-Format von der Website von swisspep herunterladen: <http://www.swisspep.ch/pages/Improve.html>. Diese stehen Ihnen frei zur Verfügung. Wer über keinen Internetanschluss verfügt, kann die gedruckte Broschüre gratis bei swisspep bestellen (in diesem Falle senden Sie bitte ein an Sie adressiertes und mit Fr. 1.80 frankiertes C4-Couvert an swisspep).

Anwendung der Instrumente

Im Rahmen der IMPROVE-Studie erwiesen sich alle Instrumente für ältere Patienten in bestimmten Situationen als sehr sinnvoll. Die Patienten wurden dazu motiviert, aus ihrer Sicht wichtige Themen anzusprechen und Fragen zu stellen. Ärzte erhielten wichtige Informationen und erfuhren mehr darüber, welche Fragen, Probleme und Ängste ihre Patienten am meisten bewegten. Keines der getesteten Instrumente war jedoch für ältere Patienten generell hilfreich, und manche Patienten fühlten sich durch deren Anwendung in der Gesprächsführung eher behindert. Es sollte deshalb letztlich immer die Entscheidung des Patienten sein, ob er ein solches Instrument verwenden möchte oder nicht.

Sie als Arzt können diese Instrumente bestimmten Patienten anbieten, wenn Sie das Gefühl haben, dies könnte sinnvoll sein. Oder Sie können Ihre Patienten darüber entscheiden lassen, ob sie eines davon verwenden möchten, indem Sie sie im Wartezimmer auslegen.

Auch können Sie die Anwendung der Instrumente variieren und der jeweiligen Situation oder der Persönlichkeit des Patienten anpassen. So können Ihre Patienten die «Notizblätter» auch als Leitfaden für das Gespräch verwenden, ohne sie schriftlich auszufüllen. Ebenso kann das Gesundheitstagebuch in den Konsultationen gemeinsam mit dem Patienten durchgegangen und besprochen werden, wenn das

Ausfüllen des Tagebuchs für diesen Patienten zu schwierig erscheint. Ebenso ist es möglich, nicht alle Fragen im Gesundheitstagebuch zu besprechen, sondern einige auszuwählen.

Im Praxisalltag sollen diese Instrumente Sie und Ihre Patienten daran erinnern, speziell der Sicht des betagten Patienten mehr Aufmerksamkeit zu widmen. Möglicherweise dauert es einige Zeit, bis Sie herausgefunden haben, wie Sie am besten damit umgehen. Achten Sie aber bitte darauf, dass Ihre Patienten sich durch ein solches Instrument nicht unter Druck gesetzt fühlen, in der Konsultation «effektiv» zu sein und Zeit zu sparen. Das wäre nicht im Sinne einer Patienten-Einbeziehung. Gerade wenn es möglicherweise in einzelnen Konsultationen sogar etwas länger dauern kann, die Fragen des Patienten zu beantworten, kann dies langfristig sinnvoll und auch zeitsparend sein, indem Missverständnisse zwischen Ihnen und Ihren Patienten sowie Unzufriedenheit und Ängste auf Seiten Ihrer Patienten vermieden werden.

Wenn Sie Fragen haben, wenden Sie sich bitte an uns!

Walter Oswald, Beat Künzi
swisspep – Institut für Qualität und Forschung
im Gesundheitswesen
Mattenstrasse 9
CH-3073 Gümligen
info@swisspep.ch

Literatur

- 1 Wensing M, Baker R. Involving people: concepts, principles, and approaches. *Eur J Gen Pract* 2003;9:62–5.
- 2 Elwyn G, Edwards A, Kinnersley P, Grol R. Shared decision making and the concept of equipoise: The competences of involving patients in healthcare choices. *Br J Gen Pract* 2000; 50:892–99.
- 3 Tennstedt SL. Empowering older patients to communicate more effectively in the medical encounter. *Clin Geriatr Med* 2000;16:61–70.
- 4 Wippenbeck P. Einbeziehung älterer Patienten in der hausärztlichen Versorgung. Möglichkeiten und Grenzen. Ausgewählte Ergebnisse einer Arzt-Patienten-Befragung. Diplomarbeit an der Hochschule Magdeburg-Stendal im Studiengang Gesundheitsförderung und Gesundheitsmanagement, 2002.
- 5 Zanoni U. Beim Arzt. Eine Gebrauchsanleitung. Zürich: Beobachter-Buchverlag, 2002. S. 148–58.
- 6 Rao JK, Weinberger M, Kroenke K. Visit-specific expectations and patient-centered outcomes: a literature review. *Arch Fam Med* 2000;9:1148–55.
- 7 Interventions to improve adherence to medical regimens in the elderly. Washington, DC: Center for the Advancement of Health; 1999.
- 8 Klingenberg A, Bahrs O, Szecsenyi J. Was wünschen Patienten vom Hausarzt? Erste Ergebnisse einer europäischen Gemeinschaftsstudie. *Z Allg Med* 1996;72:180–6.
- 9 McKinstry B. Do patients wish to be involved in decision making in the consultation? A cross sectional survey with video vignettes. *BMJ* 2000;321:867–71.

- 10 Klingenberg A, Wippenbeck P, Szecsenyi J. Stärkung der Rolle älterer Menschen in der Hausarztpraxis – Informationsbedürfnisse aus Sicht von Ärzten und Patienten. In: Gesundheitsinformationen für jung und alt? Wie können Informationsbedürfnisse älterer Menschen befriedigt werden? Tagungsband einer Kooperationsveranstaltung der Landesvereinigung für Gesundheit Niedersachsen e.V. und des BKK Landesverbandes Niedersachsen, Hannover 2002.
 - 11 Künzi B. Der Patient und die Qualität der ärztlichen Leistung. *PrimaryCare* 2002;2:125–31.
 - 12 Künzi B. Vom Mechaniker zum Mentor. *VSAO Journal* 2003;22:10–2.
 - 13 Wetzels R, Aean Geest T, Wensing M, Ferreira P L, Grol R, Baker R. GPs' view on involvement of older patients: a European qualitative study. *Patient Educ Couns* 2004, in press.
 - 14 Cunningham C, Newton R. A question sheet to encourage written consultation questions. *Quality in Health Care* 2000;9:42–6.
 - 15 McKinley RK, Middleton JF. What do patients want from doctors? Content analysis of written patient agendas for the consultation. *Br J Gen Pract* 1999;49:796–800.
 - 16 Stott NCH, Rollnick S, Rees MR, Pill RM. Innovation in clinical method: diabetes care and negotiating skills. *Fam Pract* 1995;12:413–8.
 - 17 Nelson E, Wasson J, Kirk J, Keller A, Clark D, Dietrich A, Stewart A, Zubkoff M. Assessment of function in routine clinical practice: description of the COOP Chart method and preliminary findings. *J Chron Dis* 1987;40:55–69.
- Weiterführende Literatur zum Thema**
- Wensing M, Mainz J, Ferreira P, Hearnshaw H, Hjortdahl P, et al. General practice care and patients' priorities in Europe: an international comparison. *Health Policy* 1998;45:175–86.
 - Grol R, Wensing M, Mainz J, Ferreira P, Hearnshaw H, et al. Patients' priorities with respect to general practice care: an international comparison. *Fam Pract* 1999;16:4–11.
 - Klingenberg A, Bahrs O, Szecsenyi J. Wie beurteilen Patienten Hausärzte und ihre Praxen? Deutsche Ergebnisse der europäischen Studie zur Bewertung hausärztlicher Versorgung durch Patienten (EUROPEP). *Z Ärztl Fortbild Quallsich* 1999;93:437–45.
 - Künzi B. EUROPEP: Verbesserung der medizinischen Versorgung durch Einbezug der Patienten. *ManagedCare* 1999;1:14–5.
 - Grol R, Wensing M, Mainz J, Jung HP, Ferreira P, et al. Patients in Europe evaluate general practice care: an international comparison. *Br J Gen Pract* 2000;50:882–7.
 - Wensing M, Vedsted P, Kersnik J, Peersman W, Klingenberg A, et al. Patient satisfaction with availability of general practice: an international comparison. *Int J Qual Health Care* 2002;14:111–8.
 - Klingenberg A, Szecsenyi J. Unterstützungsbedarf von pflegenden Angehörigen. Befragungsergebnisse aus Familien Demenzkranker in einer ländlichen Region bei Bremen. *Z Allg Med* 1999;75:1113–8.
 - Häcki M, Kissling B, Künzi B, Oswald W. ARPAZ und Quali Doc: eine vergleichende Darstellung zweier auf Patientenbefragung basierender Qualitätsmessinstrumente. *PrimaryCare* 2002;2:157–63.
 - Klingenberg A, Hesse E, Habs M, Schaper G, Bolley J, Kreisch M, Szecsenyi J. Das Projekt PRO DEM – Psychosoziale Unterstützung für Demenzkranke und ihre pflegenden Angehörigen. *Neurotransmitter* 2003;6:33–9.
 - Szecsenyi J, Klingenberg A, Pelz J, Magdeburg K. Bewertung eines Patientenbuchs durch Patienten – Ergebnisse aus der ärztlichen Qualitätsgemeinschaft Ried. *Z Ärztl Fortbild Quallsich* 2001;95:407–12.
 - Hearnshaw H, Wensing M, Mainz J, Grol R, Ferreira P, Helin-Salmivaara A, et al. The effects of interactions between patient characteristics on patients' opinions of general practice care in eight European countries. *Primary Health Care Res Develop* 2002;3:231–7.
 - Künzi B. Der Beitrag der Hausärzte an eine wirksame, zweckmässige und wirtschaftliche Gesundheitsversorgung in der Schweiz. *PrimaryCare* 2003;3:513–7.
 - Künzi B. Swisspep Quali Doc®: A balanced scorecard to capture and extend the added values of general practice / family medicine. In: O'Riordan M, Seuntjens L, Grol R (Eds.). *Improving patient care in primary care in Europe*. Houten, NL: Bohn Stafleu Van Loghum; 2004.
 - Künzi B. Swisspep QualiDoc® gibt Rechenschaft über hausärztliche Wirksamkeit. In: Schaffert R, Wahlster Th, Hrsg. *Qualität neu erfinden? Qualitätsmerkmale im Sozial- und Gesundheitswesen unter der Lupe*. Zürich: Edition 8; 2004 (Bezug direkt bei swisspep).

Notizblatt für das Arzt–Patient–Gespräch

Liebe Patientin, lieber Patient,

Bitte schreiben Sie alles auf, was Sie Ihren Arzt / Ihre Ärztin fragen möchten oder worüber Sie sprechen wollen.

Bitte nehmen Sie den Bogen mit in das Sprechzimmer. Sie können ihn für sich selbst als Notizblatt nutzen oder dem Arzt zum durchlesen geben.

Nächster Termin: _____
am _____
um _____

Praxisstempel

Was ich mit meinem Arzt / meiner Ärztin besprechen möchte ...





Abbildung 1

Notizblatt für Patienten

Wie machen Sie das Beste aus Ihrem Arztbesuch?



Liebe Patientin, lieber Patient,

auf der Rückseite dieses Bogens können Sie sich mit Ihren ganz persönlichen Fragen und Anliegen auf das Gespräch mit Ihrem Arzt bzw. Ihrer Ärztin ein wenig vorbereiten, damit über alles gesprochen wird, was Ihnen wichtig ist.

Bitte nehmen Sie den Bogen mit in das Sprechzimmer. Sie können ihn für sich selbst als Notizblatt nutzen oder dem Arzt zum durchlesen geben.

Nächster Termin: _____
am _____
um _____

Praxisstempel

Abbildung 2a

Notizblatt für Patienten
Wie machen Sie das Beste aus Ihrem Arztbesuch?

Worüber möchte ich mit meinem Arzt / meiner Ärztin sprechen?

Welche Gedanken oder Ideen habe ich zu diesen Dingen bzw. diesem Problem selber schon gehabt?

Welche Fragen habe ich an den Arzt / die Ärztin?

Was sollte mein Arzt / meine Ärztin darüber hinaus tun?
(Bitte ankreuzen)

	Ja	Nein
• Untersuchung durchführen.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Ursachen / Erkrankung erklären.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Medikamente verschreiben.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Hinweise geben, was ich selbst tun kann.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Sonstiges (bitte angeben):		

Abbildung 2b

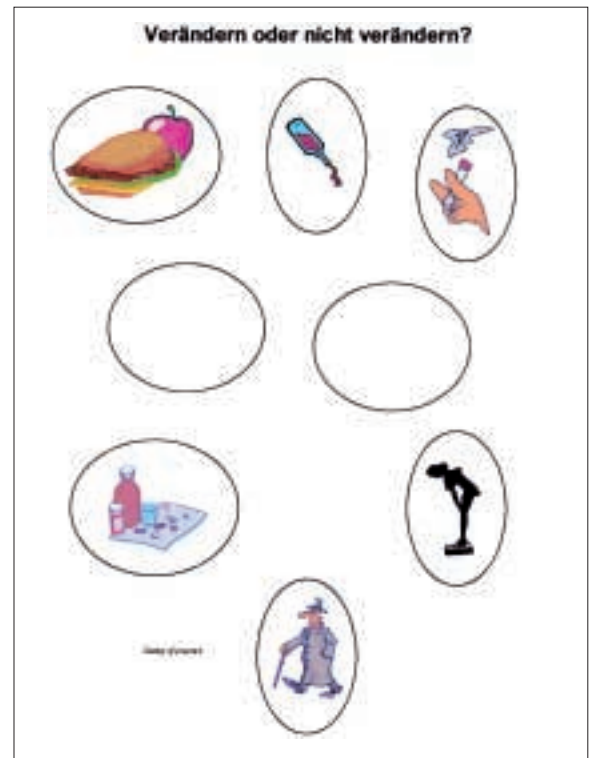



Abbildung 3



Mein Gesundheitstagebuch

Liebe Patientin, lieber Patient,

Dieses kleine Heftchen soll Ihnen und Ihrem Arzt bzw. Ihrer Ärztin dabei helfen, sich gemeinsam ein Bild von Ihrer Gesundheit und Ihrem allgemeinen Wohlbefinden zu machen.

Die Idee ist, dass Sie sich alle zwei Wochen das Heftchen einmal nehmen und die Fragen in Ruhe beantworten. Kreuzen Sie dazu für jede der sieben Fragen die passende Antwort an. Notieren Sie auch das jeweils aktuelle Datum. Außerdem können Sie zu jeder Frage auf der rechten Seite des Heftchens wichtige Dinge notieren, z. B. ihre Beschwerden genau beschreiben oder Ereignisse, die Einflüsse auf Ihr Wohlbefinden hatten.

Sie können auf diese Weise nicht nur Ihren aktuellen Gesundheitszustand einschätzen, sondern auch Veränderungen über einen längeren Zeitraum feststellen. Dies können auch wichtige Informationen für Ihren Arzt / Ihre Ärztin sein. Deshalb bringen Sie das Heftchen bitte zu Ihrem Besuch beim Hausarzt mit.

Nächster Termin:

am _____

um _____

Praxisstempel

Abbildung 4a

Musterbeispiel für das Beantworten der Fragen

1. Körperliche Leistungsfähigkeit Tragen Sie hier das jeweilige Datum ein

Während der letzten zwei Wochen... Welches war die stärkste körperliche Belastung, die Sie für mindestens zwei Minuten durchhalten konnten?

	Datum	Datum	Datum	Datum
	07/05	21/05	04/06	.../.../...
Sehr starke Belastung, z.B. schnell rennen	1	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Starke Belastung, z.B. langsam laufen, joggen	2	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mäßige Belastung, z.B. zügig gehen	3	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Leichte Belastung, z.B. spazierengehen	4	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sehr leichte Belastung, z.B. nur langsam gehen, oder unfähig zu gehen	5	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Kreuzen Sie hier die passende Antwort an

Musterbeispiel für das Eintragen der Notizen

Datum 07/05 Hatte immer wieder Atembeschwerden, das Wetter macht mir zu schaffen

Datum 21/05 Fühle mich wohl, schaffe viel im Haushalt und gehe viel spazieren

Notieren Sie hier bitte wichtige Dinge (beschreiben Sie z. B. Ihre Beschwerden etc.)

Abbildung 4b

1. Körperliche Leistungsfähigkeit

Während der letzten zwei Wochen... Welches war die stärkste körperliche Belastung, die Sie für mindestens zwei Minuten durchhalten konnten?

	Datum	Datum	Datum	Datum
	.../.../...	.../.../...	.../.../...	.../.../...
Sehr starke Belastung, z.B. schnell rennen	1	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Starke Belastung, z.B. langsam laufen, joggen	2	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mäßige Belastung, z.B. zügig gehen	3	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Leichte Belastung, z.B. spazierengehen	4	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sehr leichte Belastung, z.B. nur langsam gehen, oder unfähig zu gehen	5	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Notizen

Datum _____

Abbildung 4c

2. Stimmung

Während der letzten zwei Wochen... Wie stark fühlten Sie sich seelisch belastet - waren Sie beispielsweise ängstlich, deprimiert, reizbar, niedergeschlagen oder traurig?

	Datum	Datum	Datum	Datum
	.../.../...	.../.../...	.../.../...	.../.../...
Überhaupt nicht	1	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ein wenig	2	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mäßig	3	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Deutlich	4	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Stark	5	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>






Notizen

Datum _____

Abbildung 4d

3. Tägliche Aufgaben

Während der letzten zwei Wochen... Hatten Sie auf Grund Ihres Gesundheitszustandes oder Ihrer Stimmung Schwierigkeiten, Ihre alltäglichen Arbeiten und Aufgaben innerhalb und außerhalb des Hauses zu erledigen?

		Datum	Datum	Datum	Datum	
		
Überhaupt keine Schwierigkeiten		1	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Wenig Schwierigkeiten		2	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Einige Schwierigkeiten		3	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Viele Schwierigkeiten		4	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Habe nichts geschafft		5	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>





Notizen

Datum

Abbildung 4e

4. Kontakte zu Mitmenschen

Während der letzten zwei Wochen... Wurden Ihre Kontakte mit der Familie, mit Freunden, Nachbarn usw. durch Ihren Gesundheitszustand oder Ihre Stimmung eingeschränkt?

		Datum	Datum	Datum	Datum	
		
Überhaupt nicht		1	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ein wenig		2	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mäßig		3	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Deutlich		4	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sehr stark		5	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>






Notizen

Datum

Abbildung 4f

5. Schmerzen

In den vergangenen zwei Wochen... Wie stark waren Ihre körperlichen Schmerzen im Allgemeinen?

		Datum	Datum	Datum	Datum	
		
Keine Schmerzen		1	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sehr leichte Schmerzen		2	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mäßige Schmerzen		3	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Starke Schmerzen		4	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sehr starke Schmerzen		5	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>






Notizen

Datum

Abbildung 4g

6. Allgemeine Gesundheit

Während der letzten zwei Wochen... Wie würden Sie Ihren Gesundheitszustand insgesamt beurteilen?

		Datum	Datum	Datum	Datum	
		
Ausgezeichnet		1	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sehr gut		2	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gut		3	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mäßig		4	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Schlecht		5	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Notizen

Datum

Abbildung 4h

7. Veränderung der Gesundheit

Wie würden Sie Ihren jetzigen Gesundheitszustand verglichen mit dem von vor zwei Wochen einschätzen?

		Datum	Datum	Datum	Datum
	/...../...../...../...../...../...../...../.....
Viel besser	▲▲ ++	1	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Etwas besser	▲ +	2	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ungefähr gleich	◀▶ =	3	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Etwas schlechter	▼ -	4	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Viel schlechter	▼▼ --	5	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Datum _____ Notizen _____

Abbildung 4i

Patienten-Blatt

Liebe Patientin, lieber Patient,

dieses Blatt soll Sie dabei unterstützen alles zu erwähnen, worüber Sie mit Ihrer Ärztin / Ihrem Arzt sprechen möchten. Es wird Ihrer Ärztin / Ihrem Arzt außerdem helfen herauszufinden, welche Informationen und Hilfen Sie benötigen.

Bitte nehmen Sie dieses Blatt mit in das Sprechzimmer. Sie können es ausfüllen und Ihrem Arzt / Ihrer Ärztin aushändigen oder auch selbst als Grundlage für das Gespräch verwenden.

Nächster Termin:

Am _____ Um _____

Abbildung 5a

Worüber möchte ich mit dem Arzt / mit der Ärztin sprechen?
(Bitte notieren Sie das für Sie wichtigste Anliegen zuerst)

Welche Gedanken oder Ideen habe ich selbst dazu, zum Beispiel zu den Ursachen, möglichen Behandlungsmethoden?

Was soll der Arzt / die Ärztin tun? (Bitte ankreuzen)

	Ja	Nein
- Untersuchung durchführen.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- Ursachen / Krankheiten erklären	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- Medikamente verordnen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- Ratschläge geben, was ich selbst tun kann	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- Sonstiges (Bitte eintragen): _____		

Abbildung 5b

Wie würden Sie Ihren Gesundheitszustand im Allgemeinen beschreiben:

Ausgezeichnet	Sehr gut	Gut	Mäßig	Schlecht
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

In den vergangenen 2 Wochen: Wie sehr haben Ihr körperliches Befinden oder seelische Probleme Ihr normales Leben beeinträchtigt?

Gar nicht	Ein wenig	Mäßig	Ziemlich stark	Äußerst stark
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Wie einsam fühlen Sie sich?

Gar nicht	Ein wenig	Mäßig	Ziemlich stark	Äußerst stark
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Abbildung 5c