



NOTWENDIGKEIT VON BEHANDLUNGEN BEURTEILEN

Die moderne Medizin bietet viele Behandlungsmöglichkeiten. Aber muss wirklich immer alles gemacht werden, was möglich ist? Was kann ich als Patient:in tun, um herauszufinden, welche Behandlung ich wirklich benötige?

In Anlehnung an den Ratgeber des Vereins «smarter medicine» haben wir fünf Fragen formuliert, die Sie in Ihrer Entscheidung für oder gegen eine Behandlung unterstützen sollen. Stellen Sie sicher, dass diese Fragen vor und während des Gesprächs mit einer Fachperson geklärt werden, damit Sie die richtige Entscheidung für sich treffen können.

1 | WELCHE ALTERNATIVEN GIBT ES IN BEZUG AUF DIE VORGESCHLAGENE BEHANDLUNG?

Unabhängig davon, welche Diagnose Sie erhalten haben: Es gibt heutzutage fast immer mehrere Behandlungs- oder Therapiemöglichkeiten. Erfragen Sie Ihre behandelnde Fachperson, ob es weitere Optionen gibt. Im Gespräch können Sie herausfinden, welche Wahl Ihrer derzeitigen Lebenssituation und Ihren Bedürfnissen am besten entspricht. Beachten Sie hierbei auch, dass nicht nur medizinische Kriterien entscheidend sind. Erwähnen Sie gegenüber der Fachperson auch weitere Faktoren, die Ihnen in Bezug auf die Behandlung wichtig sind, z.B. ob Sie mit oder nach der Behandlung eine bestimmte körperliche Tätigkeit oder Ihren Beruf beschwerdefrei ausüben können.

2 | WAS SIND DIE VOR- UND NACHTEILE DER BEHANDLUNG?

Fragen Sie nach möglichen Vor- und Nachteilen der empfohlenen Behandlung. Je mehr Sie über eine Behandlung wissen, desto besser können Sie einschätzen, was Ihnen wichtig ist und was Sie erwarten können. So treffen Sie eine informierte und sichere Entscheidung. Vertrauen Sie hierbei – insbesondere im Internet – nur seriösen Informationsquellen von offiziellen Institutionen.

3 | WIE WAHRSCHEINLICH SIND DIE VOR- UND NACHTEILE?

Wichtig ist nicht nur, welche Szenarien eintreten könnten, sondern vor allem auch, wie wahrscheinlich diese sind. Fragen Sie danach und nehmen Sie sich Zeit, um für sich festzustellen, was die Chancen und Risiken für Sie und Ihre Lebensumstände bedeuten würden, wenn sie eintreffen.

4 | WAS PASSIERT, WENN ICH NICHTS UNTERNEHME?

Manchmal kann man warten, manchmal nicht. Manche Beschwerden verschwinden von alleine wieder oder werden durch die Behandlung nicht besser, andere müssen schneller behandelt werden. Erkundigen Sie sich, welche Folgen es konkret hat, wenn Sie erst einmal abwarten.

5 | WAS KANN ICH SELBST TUN?

Wie schnell Sie wieder gesund werden, hängt nicht nur von einer medizinischen Behandlung, sondern auch von Ihnen selbst ab. Sie kennen Ihren Körper am besten und können Ihr Wohlbefinden und Ihre Behandlung unterstützen. Fragen Sie Ihre Fachperson, was Sie selbst tun können, um Ihre Gesundheit positiv zu beeinflussen. Insbesondere bei chronischen Erkrankungen sind Sie die wichtigste Ressource. Möglicherweise können Sie dazu beitragen, ein Fortschreiten zu verlangsamen oder zu verhindern.

Wenn Sie unsicher sind, ob Sie all diese Fragen vollständig beantworten können, haben Sie keine Hemmungen, bei Ihrer behandelnde Fachperson nachzufragen. Wenn Sie einen unabhängigen Rat benötigen, können Sie sich ebenfalls an die SPO wenden: **spo.ch/beratung**