

# Wie kann ich mich auf den nächsten Arztbesuch vorbereiten?

Oft vergisst man beim Arztbesuch, Dinge zu fragen, die einem wichtig sind.

Sie können sich aber schon im Vorfeld auf den nächsten Termin vorbereiten, indem Sie sich darüber Gedanken machen, was Sie ansprechen möchten.

Hier können Sie notieren, welche Themen Sie besprechen wollen (z.B. Befinden, Medikamente, Nebenwirkungen, Ängste, Wünsche).

---

---

---

---

---

## Kreuzen Sie an, über welche Fragen Sie heute mit Ihrem Arzt reden möchten:

- Woher kommt es, dass es mir schlecht geht? Welche Diagnose habe ich?
- Welche Behandlungen (Medikamente, Psychotherapie, etc.) kommen für mich noch infrage?
- Mit welchen Nebenwirkungen muss ich dabei rechnen?
- Kann man an meinen Medikamenten etwas ändern?
- Was muss ich machen, wenn meine Stimmung deutlich schlechter wird?
- Was kann ich gegen meine Schlafstörungen tun?
- Was soll ich machen, wenn mich Selbstmordgedanken quälen?
- Was passiert, wenn ich meine Medikamente weglasse?
- Wann wird es mir wieder besser gehen?
- Was kann ich selbst noch machen, dass es mir wieder besser geht?
- Darf ich ab und zu ein Glas Wein / Bier trinken?
- Wann kann ich wieder arbeiten?
- Soll ich an meinem Arbeitsplatz über meine Krankheit / Behandlung sprechen?
- Wo kann ich Hilfe kriegen bei Problemen mit Wohnung / Arbeit / Finanzen?
- Welche Hilfen gibt es für Menschen, die sich ähnlich einsam fühlen wie ich?