

## Arzt-Patienten-Beziehung

Eine chronische Erkrankung wie die Multiple Sklerose stellt Betroffene, Angehörige und Fachpersonen vor grosse Herausforderungen. Eine gute, tragende Beziehung auf Augenhöhe mit grossem Vertrauen und guter Kommunikation zwischen Ärzten und Betroffenen ist enorm wichtig. Sie stärkt die Selbstmanagement-Fähigkeiten Betroffener und trägt damit wesentlich zur Bewältigung bei.

---

### Das Wichtigste in Kürze

- Die Chemie zwischen Patient und Arzt muss stimmen.
- Kommunikation auf Augenhöhe hilft.
- Der Patient soll vorbereitet ins Arztgespräch gehen.

---

Für viele Betroffene führt die Diagnosestellung Multiple Sklerose (MS) auch zur ersten Begegnung mit einem Facharzt der Neurologie. In dieser Phase hat Priorität, sich darüber zu orientieren was MS ist, was sie bedeutet und welche Behandlungsmöglichkeiten es gibt. Ob der

Neurologe oder die Neurologin wirklich zu einem passt, steht in diesem Moment noch im Hintergrund.

Im Verlauf der MS tauchen viele weitere Themen und Fragen auf, mit denen sich Betroffene auseinandersetzen müssen. Im Internet finden sich unzählige Informationen zu Symptomen, Therapien oder gar dubiosen Heilungsversprechen. Das kann auch verwirren oder verunsichern, und es ersetzt nie ein Arztgespräch: Hier erhalten Sie fachlich kompetente und vor allem individuelle Antworten auf Ihre Fragen. Wenn Sie begründete Zweifel haben zur Einschätzung Ihres Arztes, etwa zur Diagnose oder geplanten Therapie, holen Sie eine medizinische Zweitmeinung ein.



### Der richtige Umgang miteinander

Sie sollten auf Augenhöhe mit ihrer Ärztin sprechen können und mitentscheiden, wenn es um medizinische Behandlungen geht. Sie dürfen Interesse und Verständnis für Ihre Situation erwarten und davon ausgehen, dass Sie umfassend über mögliche Therapien, Nebenwirkungen und Alternativen informiert werden. Wichtig ist, dass Sie Ihre Bedürfnisse klar formulieren können. Wenn Sie mitbestimmen wollen, müssen Sie auch bereit sein, Verantwortung zu tragen und allfällige Konsequenzen zu akzeptieren – beispielsweise, wenn Sie eine Therapie ablehnen und sich die MS deswegen verschlimmert.

Die Ärztin sollte Sie in Ihrer Eigenverantwortung unterstützen, Kriterien für Entscheidungen aufzeigen, Ihre Entscheidungen respektieren und trotzdem auch selbst Verantwortung übernehmen. Es ist ihre Aufgabe, abzuschätzen, wie viel Führung und Entscheidungsfreiheit Sie brauchen. Deshalb sind eine offene Kommunikation und gegenseitiges Vertrauen absolut zentral.

## **Den richtigen Arzt finden**

Bei der Arztwahl ist es wie bei allen guten Beziehungen: Die Chemie muss stimmen. Dass nicht jeder Arzt zu jedem Patienten passt, hat selten etwas mit der Kompetenz des Arztes zu tun. Ausschlaggebend sind vielmehr die Persönlichkeiten und die Erwartungen beider Personen.

Mit der Diagnose MS wird der Arzt zu einer Bezugsperson fürs Leben. Stimmt die Chemie nicht, macht ein Arztwechsel Sinn, am besten während einer stabilen Krankheitsphase. Fragen Sie sich erst selbst, was Ihre Erwartungen an einen Arzt sind und unterziehen Sie diese einem ehrlichen Realitätscheck. Das gelingt Ihnen am besten, wenn Sie versuchen, sich auch einmal in die Position des Arztes zu versetzen. Machen Sie sich bewusst, dass Ärzte andere Prioritäten haben als Sie, die betroffen sind und mit MS leben. In der beschränkten Zeit, die ihm zur Verfügung steht, muss er beispielsweise prüfen, ob die Therapie den erwarteten Nutzen bringt, Ihre Symptome richtig erfassen, eine Behandlung vorschlagen und einschätzen, wie Sie die Medikamente vertragen.

Diese Fragen tragen zur Klärung bei einem Arztwechsel bei. Sprechen Sie darüber:

- Geht die Ärztin auf meine Fragen ein?
- Kann ich der Ärztin vertrauen?
- Kann ich mich frei äussern?
- Holt mich die Ärztin dort ab, wo ich gerade bin?
- Werde ich in meiner Ganzheit wahrgenommen?
- Fühle ich mich ernst genommen?
- Kann ich mit der Ärztin gemeinsam Entscheidungen treffen?
- Ist die Praxis für mich erreichbar und passt das Umfeld zu meinen Bedürfnissen?

## **Vorbereitung auf den Arzttermin**

- Notieren Sie...
  - ...Ihre Fragen zu den dringlichsten Anliegen.
  - ...das, was Sie ihrem Arzt sagen wollen.
  - ...Ihre Gedanken dazu was sie umtreibt, z. B. was Sie beitragen können.
- Kennen Sie Ihre Argumente, um eine fundierte Entscheidung zu treffen?
- Nehmen Sie wichtige Unterlagen mit, z. B. andere Arztberichte, Impfausweis, aktuelle Medikamentenliste.
- Nehmen Sie eine Begleitperson mit: vier Ohren hören mehr als zwei. Besprechen Sie mit ihr, wie sie Sie unterstützen kann.
- Informieren Sie Ihren Arzt vorab, wenn Sie viele Themen haben, damit er mehr Zeit einplant.

## **Während des Arztgesprächs**

- Machen Sie Gesprächsnotizen. Das kann auch Ihre Begleitperson übernehmen.
- Reden Sie über Ihre Anliegen und Bedürfnisse.
- Bleiben Sie dran, wenn Sie anfänglich nicht gehört werden.
- Stellen Sie Fragen, wenn Sie etwas nicht verstehen.
- Wenn Sie unsicher sind, ob Sie alles verstanden haben, sagen Sie es in Ihren eigenen Worten.
- Bitten Sie um genügend Bedenkzeit, wenn Sie Entscheidungen treffen müssen.
- Überlegen Sie sich, wo die Stolpersteine liegen, und sprechen Sie diese an.
- Geben Sie ein Feedback zum Gespräch.
- Stellen Sie sicher, dass Sie wissen, wie es konkret weiter geht.

## **Nach dem Arzttermin**

- Haben Sie alles geklärt und verstanden, oder müssen Sie nochmals nachfragen?
- Gibt es Aufgaben, die Sie zu erledigen haben?
- Sind Sie sich über die getroffenen Entscheidungen sicher?
- Was ist für den nächsten Arzttermin wichtig?

## Die MS-Gesellschaft unterstützt

Hat Ihre Ärztin zu wenig Zeit, um auf alle Fragen, Bedürfnisse, Ängste und Wertvorstellungen einzugehen? Das Beratungsteam der Schweiz. MS-Gesellschaft unterstützt Sie und bespricht mit Ihnen und Ihren Angehörigen in Ruhe ihre Anliegen zu medizinischen, pflegerischen und sozialen Fragen sowie zu psychosozialen Themen.



MS-Infoline  
**0844 674 636**  
Mo – Fr von 9.00 bis 13.00 Uhr



**Schweizerische Multiple Sklerose Gesellschaft**  
info@multiplesklerose.ch - [www.multiplesklerose.ch](http://www.multiplesklerose.ch)



Die MS-Gesellschaft nimmt keine finanzielle Unterstützung von der pharmazeutischen Industrie entgegen. Danke für Ihre Spende!