

Arzt-Patienten-Beziehung

Bei einer chronischen Erkrankung wie der Multiplen Sklerose wird der Arzt zu einem Begleiter fürs Leben. Eine Beziehung auf Augenhöhe mit viel Vertrauen und einer guten Kommunikation zwischen Ärzten und Betroffenen ist enorm wichtig. So finden Sie den richtigen Arzt für sich.

Das Wichtigste in Kürze

- Bei der Arztwahl muss die Chemie stimmen
 - Es gibt verschiedene Prioritäten und mögliche Hindernisse.
 - Wie Sie Arztgespräche richtig vorbereiten.
-

Nicht nur bei der Diagnose tauchen viele Fragen auf, sondern auch während den folgenden Krankheitsphasen. Betroffene finden im Internet unzählige Informationen zu Symptomen, Therapien oder gar Heilungschancen. Das kann auch verwirren oder verunsichern und ersetzt nie ein Arztgespräch. Denn hier erhalten Sie kompetente und vor allem individuelle Antworten auf Ihre Fragen.



Mit dem Arzt auf Augenhöhe

Der Arzt als Gott in Weiss, das war einmal. Heute wollen Betroffene auf Augenhöhe mit ihrem Arzt sprechen und mitentscheiden, wenn es um medizinische Behandlungen geht. Ihr Arzt soll Interesse und Verständnis für Ihre Situation zeigen und Sie umfassend über mögliche Therapien, Nebenwirkungen und Alternativen informieren. 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 Multiple Sklerose (MS) deswegen verschlimmert. Der Arzt sollte Sie in Ihrer Eigenverantwortung unterstützen, Ihre Entscheidungen respektieren und trotzdem auch selbst Verantwortung übernehmen. Es ist seine Aufgabe, abzuschätzen, wie viel Führung und Entscheidungsfreiheit das Gegenüber braucht. Deshalb sind eine offene Kommunikation und gegenseitiges Vertrauen absolut zentral.

Die richtige Ärztin finden

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

Die Diagnose MS hören Betroffene oft von einer Neurologin, die sie noch nicht kennen, die aber schnell zu einer wichtigen Bezugsperson werden kann, wenn die Chemie stimmt. Andernfalls macht ein Arztwechsel Sinn, am besten während einer stabilen Krankheitsphase. Fragen Sie sich selbst, was Sie von einer Ärztin erwarten, und sprechen Sie mit ihr in einem zweiten Schritt darüber. Haben Sie die richtige ärztliche Betreuung gefunden? Diese Fragen helfen Ihnen dabei:

- Geht die Ärztin auf meine Fragen ein?
- 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 der Ärztin vertrauen?
- Kann ich mit der Ärztin gemeinsam Entscheidungen treffen?
- Wie gut ist die Arztpraxis für mich erreichbar?

Unterschiedliche Prioritäten und Hindernisse

Ihr Arzt hat andere Prioritäten als Sie, die mit der Krankheit Multiple Sklerose leben. Diese Ausgangslage ist nicht einfach und kann zu Missverständnissen und Unklarheiten führen, weil sich die Erwartungen nicht decken oder das Vertrauen fehlt. Versetzen Sie sich auch einmal in die Position Ihres Arztes.

Situation der Betroffenen

Das wünschen Sie sich von Ihrem Arzt

- Ist ein guter Diagnostiker
- Hat ein grosses Fachwissen
- Nutzt die neuste Technik
- Ist ein guter Zuhörer mit viel Zeit
- Informiert ausführlich
- Ist geduldig, offen, ehrlich
- Nimmt Sie ganzheitlich wahr

Mögliche Einschränkungen für Betroffene

- Eine Arztkultur, die nur körperliche Symptome anspricht
- Annahme, dass die eigenen emotionalen Probleme unwichtig sind

- Missverstehen von Krankheit, Therapien und Prognose
- Scham oder Befürchtung, kritisiert zu werden
- Angst vor fehlender Unterstützung
- Angst vor Kontrollverlust, wenn Emotionen überhandnehmen
- Fehlende Bewältigungsstrategien
- Physische und/oder psychische Erschöpfung

Situation des Arztes

Das ist für Ärzte wichtig

- Diagnose stellen
- Körperliche Erkrankung behandeln
- Auskunft über Beschwerden geben und Fragen beantworten
- Adhärenz (Einhalten der Therapieziele)

Mögliche Einschränkungen für Ärzte

- Zeitdruck
- Bestimmte persönliche Erfahrungen mit der Krankheit
- Mangelnde Kenntnisse
- Angst, unprofessionell zu wirken, wenn Emotionen gezeigt werden

Vorbereitung auf die Sprechstunde

Wenn Sie sich dieser unterschiedlichen Erwartungen und Wahrnehmungen bewusst sind, ist der erste Schritt für eine gute Arzt-Patienten-Beziehung bereits getan. Der Fokus der ärztlichen Sprechstunde liegt weitgehend auf der körperlichen Behandlung. Für die Ärztin ist es wichtig, dass Betroffene über ihre Beschwerden Auskunft geben, Fragen beantworten und die verordneten Medikamente einnehmen. Oft interessiert es sie erst in zweiter Linie, wie Sie die Krankheit erleben, wie es bei der Arbeit läuft oder welche Gedanken Sie sich über Ihre Zukunft machen.

Betroffene wiederum wollen auch die emotionalen Seiten der Krankheit zum Thema machen, sprechen diese Themen aber von sich aus selten an – aus Verunsicherung, Scham oder Angst.

Bereiten Sie sich gut auf Ihren Arzttermin vor und machen Sie sich Notizen, damit Sie die Sprechstunde optimal nutzen und alle Fragen stellen können.

So bereiten Sie sich auf ein Arztgespräch vor

- Nehmen Sie eine Begleitperson mit, vier Ohren hören mehr als zwei.
- Notieren Sie Ihre Fragen und besprechen Sie zuerst die dringendsten Anliegen.
- Haben Sie viele Fragen? Dann informieren Sie die Ärztin vorab, damit sie mehr Zeit einplant.
- Machen Sie Gesprächsnotizen über Diagnose und Therapien. Das kann auch Ihre Begleitperson übernehmen.
- Reden Sie über Ihre Anliegen und Bedürfnisse. Bleiben Sie dran, wenn Sie beim ersten Mal nicht gehört werden.
- Stellen Sie Fragen, wenn Sie etwas nicht verstanden haben. Es gibt keine dummen Fragen! Nur so können Sie verantwortungsbewusst entscheiden.
- Sind Sie mit der Kommunikation unglücklich? Überlegen Sie sich, wo die Stolpersteine liegen, und sprechen Sie diese an.

Verstehen trotz Diagnoseschock

Der Neurologe erklärt: «Das sind drei Entzündungsherde, Sie haben etwas mit Ihren Sensibilitätsstörungen zu tun. Mit grosser Wahrscheinlichkeit haben Sie Multiple Sklerose.» Während er also über ein Krankheitsbild spricht, werden Sie von Emotionen und Gedanken überrollt. «Werde ich meine Unabhängigkeit verlieren? Kann ich meine Zukunftspläne noch verwirklichen? Werde ich an Multipler Sklerose sterben?»

Die Konfrontation mit der Diagnose ist für fast alle Betroffenen ein Schock. Deshalb können Sie wichtige Informationen zu Krankheit und Therapie nur bruchstückhaft aufnehmen, sollen aber gleichzeitig bereits über Therapien entscheiden und mögliche Therapien mehrfach wiederholen.

Ein Arzt sollte in dieser Schockphase Geduld haben und das Krankheitsbild, seine Auswirkungen erst wenn Betroffene gut informiert sind, können sie eigenverantwortlich entscheiden und Therapien einhalten. Wenn Sie sich bei einer geplanten Therapie unsicher sind, holen Sie eine medizinische Zweitmeinung ein.



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

Die MS-Gesellschaft unterstützt

Hat Ihre Ärztin zu wenig Zeit, um auf alle Fragen, Bedürfnisse, Ängste und Wertvorstellungen einzugehen? Die Schweiz. MS-Gesellschaft unterstützt Sie und Ihre Angehörigen bei medizinischen, pflegerischen und sozialen Fragen sowie auch bei psychosozialen Anliegen.



Schweizerische Multiple Sklerose Gesellschaft

Josefstrasse 129, Postfach, 8031 Zürich

T 043 444 43 43

info@multiplesklerose.ch, www.multiplesklerose.ch



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