

Optimal vorbereitet zum Arzt: Deine Checkliste

Symptome

Die beste Vorbereitung besteht darin, die Symptome gut zu kennen. Lerne deine Beschwerden zu kommunizieren, um die Diagnose zu erleichtern.

- | | |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Seit wann bestehen deine Beschwerden? <input type="checkbox"/> Wie stark schätzt du deine Beschwerden auf einer Skala von 1 (gar nicht) bis 10 (unerträglich) ein? <input type="checkbox"/> Welche Symptome beobachtest du? (z. B. verstopfte Nase, Riechstörungen, Schnarchen, Druckgefühl im Gesicht, Kopfschmerzen) <input type="checkbox"/> Sind deine Beschwerden dauerhaft vorhanden oder treten sie nur zeitweise auf? <input type="checkbox"/> Hast du bereits Maßnahmen gegen deine Beschwerden ergriffen? Wenn ja, welche und mit welchem Erfolg? | <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Leidest du unter Allergien oder Vorerkrankungen (z. B. Asthma)? Wenn ja, unter welchen und wie äußern sich diese? <input type="checkbox"/> Nimmst du regelmäßig Medikamente ein? Falls ja, welche und in welcher Dosierung? <input type="checkbox"/> Wurden bei dir bereits Nasenpolypen diagnostiziert? <input type="checkbox"/> Wurdest du bereits wegen Nasenpolypen operiert? <input type="checkbox"/> Gibt es Fälle von Nasenpolypen in deiner Familie? |
|--|---|

Tip: Ein Symptomtagebuch kann dir dabei helfen, deine Beschwerden besser im Blick zu behalten und mögliche Trigger zu erkennen.

Fragen

Dein Arzt kann dir die folgenden Fragen im Gespräch oder nach weiteren Untersuchungen in der Regel beantworten. In manchen Fällen hilft auch eine Zweitmeinung durch einen Facharzt.

- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Sind weitere Untersuchungen z. B. durch einen Facharzt sinnvoll? <input type="checkbox"/> Welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es bei Nasenpolypen? <input type="checkbox"/> Welche Therapie ist für mich geeignet? <input type="checkbox"/> Falls bisherige Therapien keine langanhaltende Erleichterung bringen: Gibt es Alternativen oder neuere Optionen? <input type="checkbox"/> Welche Nebenwirkungen können bei den verschiedenen Behandlungen auftreten? <input type="checkbox"/> Was muss ich tun, wenn ich Hinweise auf mögliche Nebenwirkungen bemerke? | <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Gibt es Wechselwirkungen mit anderen Heilmitteln? <input type="checkbox"/> Bekomme ich das Medikament beim Arzt oder in der Apotheke? <input type="checkbox"/> Was ist bei und nach der Einnahme zu beachten? <input type="checkbox"/> Was kann ich selbst tun, um meine Beschwerden zu lindern? <input type="checkbox"/> Muss ich mit Einschränkungen im Alltag rechnen? <input type="checkbox"/> Mit welchem Therapieerfolg kann ich im Idealfall rechnen? <input type="checkbox"/> Gibt es weitere Materialien oder vertrauenswürdige Quellen, bei denen ich mich tiefergehend informieren kann? |
|---|--|



Dokumente

Bring – falls vorhanden – wichtige Dokumente zum Arztbesuch mit. Diese sind umso entscheidender, wenn du von verschiedenen Ärzten behandelt wirst.

- Versichertenkarte
- Befunde von früheren Arztbesuchen und Untersuchungen
- Medikamentenplan oder Packungen bereits verschriebener Medikamente
- Allergiepass
- Symptomtagebuch
- Deine Fragen und etwas zum Schreiben

Und keine Sorge: Falls dir nach dem Gespräch noch etwas einfällt, scheue dich nicht, im Nachhinein nochmal beim Arzt nachzufragen.



Notizen
