

- 1 Der Arzt * die Ärztin beginnt mit einer offenen Einstiegsfrage. Nutzen Sie diese, um frei und ohne Druck über Ihren Besuchsgrund zu berichten. Teilen Sie Vorstellungen, Befürchtungen und Erwartungen mit, die Sie sich als Vorbereitung zum Arztbesuch zu Hause bereits notiert haben.
- 2 Erst jetzt sollte Ihr Arzt * Ihre Ärztin Sie im Detail über Ihre Beschwerden befragen. Versuchen Sie, möglichst genaue Angaben zu machen und Wichtiges nicht zu vergessen.
- 3 Reden Sie mit bei der Entscheidung des weiteren Vorgehens. Vergewissern Sie sich, dass Sie alles verstanden haben und überlegen Sie, ob all Ihre Fragen beantwortet wurden. Haken Sie ein, wenn Sie nicht einverstanden sind.

Weitere Details finden Sie im Rückenschmerzportal unter » *Betroffene* » *Mehr Mitsprache*.



>> Rückfragen

- Wie wird das vorliegende Gesundheitsproblem bzw. die Krankheit bezeichnet?
- Was sind die Ursachen der Krankheitszeichen (Symptome) oder Erkrankung?
- Kann ich die Symptome oder Erkrankung durch mein eigenes Verhalten beeinflusst haben, z. B. durch zu viel Arbeit oder fehlende sportliche Betätigung?
- Welche Folgen kann die Krankheit haben?
- Welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es?
- Was kann ich selbst tun, damit die Beschwerden nachlassen und um die Krankheit positiv zu beeinflussen?
- Was sind die möglichen Vor- und Nachteile der Behandlungen, die infrage kommen (Therapieplanung)?
- Wie gut sind die Behandlungen wissenschaftlich untersucht?
- Was passiert, wenn ich abwarte und nichts tue (also mögliche Empfehlungen zu Verhaltensänderungen und / oder Therapien nicht berücksichtige)?
- Wie lautet die (Verdachts-) Diagnose?

Stand: September 2023

Hinweis: Dieses Informationsblatt wurde von einer Arbeitsgruppe des Universitätsklinikums Freiburg im Rahmen des Online-Portals tala-med erstellt. Ziel des Infoblattes ist es, verständliche und wissenschaftlich belegte Informationen zur Verfügung zu stellen und somit zu einem guten Verständnis von Rückenschmerz und dessen Behandlungsmöglichkeiten beizutragen.

Weitere Informationen erhalten Sie unter [ruecken.tala-med.info](https://www.ruecken.tala-med.info).

Quellen

[1] Larsen JH & Neighbour R: Five cards: a simple guide to beginning the consultation. British Journal of General Practice 2014; 64 (620): 150-151. DOI: 10.3399/bjgp14X677662.

[2] <https://www.ukurs.uni-freiburg.de/1-anamnese/#weiterfuehrende-informationen-patientenzentrierte-konsultation>