



Ein Leitfaden für Ihr Arztgespräch zur Diagnose und Therapie von metastasiertem Brustkrebs

Der Gedanke an die Gespräche mit Ärzt*innen verunsichert Sie vielleicht – und das ist verständlich. Es ist aber auch eine Chance, Antworten auf viele Ihrer Fragen zu erhalten. Mit diesem Leitfaden möchten wir Sie dabei unterstützen.

Kommunikation zwischen Arzt/Ärztin und Patient*in: Es geht um Sie – in jedem Gespräch

Ob nach dem Verdacht, während der Diagnose oder der Behandlung: Jedes Gespräch mit Ihrem Arzt oder Ihrer Ärztin ist Ihr Gespräch. Es dient dazu, Sie mit allen Informationen zu versorgen, die Sie benötigen. Deshalb ist es auch vollkommen in Ordnung,

- Ihren Arzt oder Ihre Ärztin zu bitten, Dinge erneut zu erklären, die Sie noch nicht verstanden haben, z.B. Fremdwörter,
- sich Zeit für Notizen zu nehmen, z.B. mit Hilfe unserer Checklisten
- darauf hinzuweisen, wenn Sie etwas stört, beispielsweise Unterbrechungen des Gesprächs oder das Gefühl, dass Ihr Arzt oder Ihre Ärztin Ihre persönliche Situation nicht genügend in die Unterhaltung einbeziehen, und
- Gesprächs- und Informationsformate anzufragen, mit denen Sie sich wohlfühlen – der eine zieht virtuelle Gespräche (vorausgesetzt es ist eine Option) – und Hinweise auf Webseiten vor, die andere möchte sich lieber persönlich unterhalten und gedrucktes Infomaterial lesen. Was bevorzugen Sie?



Möglicherweise hilft es Ihnen, wenn eine Vertrauensperson Sie zum Arztgespräch begleitet.

Den Gesprächen zu zweit zu folgen, hat einige Vorteile:

- Sie wissen jemanden an Ihrer Seite. Das entlastet Sie und ermöglicht Ihnen, sich ganz auf das Gespräch mit den Ärzt*innen zu konzentrieren, während Ihre Begleitperson wichtige Informationen mitschreibt.
- Vier Ohren hören mehr als zwei.
- Eine Vertrauensperson kann der/die Partner*in, ein/e beste/r Freund*in oder eine andere Person sein und dazu beitragen, dass Sie sich stärker und sicherer fühlen. So sind Sie eher ermutigt, nachzuhaken, wenn etwas unklar ist, oder um eine ruhige Atmosphäre für das Gespräch zu bitten, sollte dies notwendig sein.
- Jemand begleitet Sie aus der Praxis nach Hause.

Die Vorbereitung auf das Arztgespräch: Mithilfe von Notizen bestens gerüstet

Notieren Sie im Vorfeld jedes Gesprächs bzw. zwischen den Terminen alle Fragen, die Sie rund um die Erkrankung haben. Unsere Checklisten können Ihnen dabei helfen. Wir empfehlen, die jeweilige Checkliste ausgedruckt zum Gespräch mitzubringen – so haben Sie wichtige Stichworte in einem übersichtlichen Dokument dabei und Platz für Ihre Notizen.

Möglicherweise nehmen im Verlauf von Diagnose und Therapie mehrere Ärzt*innen an einem Gespräch teil bzw. sind in Ihre Behandlung involviert. Bitten Sie Ihre/n Ansprechpartner*in in Praxis oder Klinik, Ihnen Namen, Funktion und Kontaktdaten der weiteren Expert*innen zu übermitteln. So erhalten Sie bereits im Voraus einen Überblick über das behandelnde Team und wissen durchgehend Bescheid, an wen Sie sich mit einer bestimmten Frage wenden können.

Das Diagnosegespräch – Ein Leitfaden für das Arztgespräch

Welche Themen besprechen Sie während eines Diagnosegesprächs?

In diesem Gespräch geht es darum, Ihnen die Diagnose und ihre Bedeutung für Sie zu erläutern. Ihr Arzt oder Ihre Ärztin werden außerdem mit Ihnen besprechen, welche Schritte nun anstehen.

Möglicherweise müssen Sie die Nachricht erstmal verarbeiten und sind noch nicht offen für weiterführende Informationen oder gar weitere Entscheidungen. Das ist völlig verständlich. Einige Fragen fallen Ihnen vielleicht auch erst ein, wenn Sie die Praxis verlassen und sich eingehender mit der Diagnose beschäftigt haben. Scheuen Sie sich nicht, nach einem Folgetermin zu fragen. **Grundsätzlich gilt: Wie detailliert Sie über die Erkrankung informiert werden möchten, ist allein Ihre Entscheidung.** Unsere Checkliste zum Diagnosegespräch gibt Ihnen hierzu eine Hilfestellung und deckt wichtige Themen und Fragen ab, die auch für Sie relevant sein könnten.



Das Therapiegeläch – Ein Leitfaden für das Arztgespräch

Welche Themen besprechen Sie während eines Therapiegelächs?

Beim Therapiegeläch geht es darum, die für Sie bestmögliche Behandlung festzulegen. Es ist einerseits ein Gespräch, das der Aufklärung dient – über Therapieoptionen und -ziele, den Ablauf einer Behandlung und andere medizinische Details (z.B. mögliche Nebenwirkungen der Therapie oder begleitende Behandlungen, um diese oder andere Beschwerden, die die Erkrankung verursacht, zu lindern). Darüber hinaus sollte jedoch besprochen werden, was für Sie im Vordergrund steht: Welche Erwartungen haben Sie an die Behandlung? Was spielt in Ihrem Leben eine Hauptrolle? Diese Informationen einzubeziehen, ist wichtig, damit Sie gemeinsam mit den Ärzt*innen eine Therapieentscheidung treffen können, die zu Ihnen und zu Ihrem Leben passt.

Deshalb ist es hilfreich, wenn Sie vor dem Therapiegeläch überlegen, was Sie erwarten. Sie können den Ärzt*innen dann zum Beispiel mitteilen,

- welche Wünsche Sie hinsichtlich der Behandlung haben, beispielsweise, dass sie geringe Nebenwirkungen verursacht oder dass Ihre Lebensqualität möglichst erhalten bleibt,
- was in Ihrem Leben besonders wichtig ist, beispielsweise Ihr Familienleben oder dass Sie Ihren Beruf weiterhin ausüben können, und
- welche langfristigen Pläne und größeren Projekte Sie haben, beispielsweise einen Umzug, ein Familienfest oder eine Reise.



Wir haben für Sie eine Checkliste für das Therapiegeläch zusammengestellt, die Ihnen als Orientierungshilfe dienen kann und auf der Sie bereits im Vorfeld die Fragen notieren können, die Ihnen besonders wichtig sind und sortieren Sie diese auch immer nach Wichtigkeit.

Wenn Ihr Arzt bzw. Ihre Ärztin diese Details kennen, können sie Ihnen eine Behandlung empfehlen, die Ihre Erwartungen unterstützt. Ihre Wünsche fließen außerdem in die weitere Gestaltung der Therapie ein, damit Sie Ihre Ziele auch im Verlauf der Therapie verwirklichen können.



Es ist okay, sich nicht schon während des Therapiegesprächs auf einen Behandlungsweg festzulegen.

Sie brauchen Bedenkzeit oder möchten eine zweite Meinung einholen? Tun Sie das – es geht um Sie und Ihre Gesundheit. Falls Ihr Arzt bzw. Ihre Ärztin es nicht von sich aus anbieten, können Sie ein Folgegespräch vorschlagen, um weitere Schritte zu vereinbaren, nachdem Sie etwas Zeit hatten, sich über die Therapievorschlüsse Gedanken zu machen.

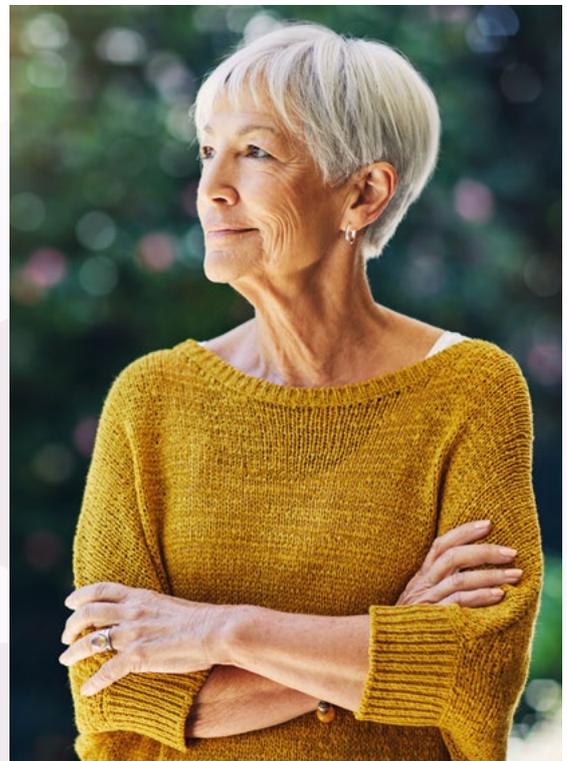
Welche Themen besprechen Sie im Lauf der Behandlung? Die Besprechungen während der Behandlung drehen sich um Möglichkeiten, Begleiterscheinungen und Grenzen der Therapie.

Sie können diese Gespräche nutzen, um

- nähere Informationen und Tipps rund um die Behandlungstermine zu erhalten,
- das Auftreten von Nebenwirkungen sowie den Umgang damit zu beraten und
- den Ärzt*innen mitzuteilen, ob sich an Ihren Prioritäten, die Sie zu Beginn der Behandlung geschildert haben, etwas geändert hat. Dies dient dazu, die Therapie an Ihre Bedürfnisse anzupassen.

Während der Therapie kommen außerdem vielleicht diese Themen zur Sprache:

- regelmäßige Kontroll-Untersuchungen,
- Reha-Maßnahmen und andere Behandlungen,
- Unterstützung beim Wiedereinstieg in den Alltag.



Es kann sein, dass im Laufe der Therapie weitere Ärzt*innen eine wichtige Rolle spielen oder Zuständigkeiten sich verändern. Es ist auch in Ordnung, darum zu ersuchen, eine/n feste/n Ansprechpartner*in zu behalten, an den oder die Sie sich hauptsächlich wenden können.