



CED-KOMPASS

Ein Service der ÖMCCV

DEIN ARZTGESPRÄCH – DEINE CHECKLISTE ZUR VORBEREITUNG

1. Suche dir einen CED-Spezialisten.

Dabei helfen können:

- Andere Betroffene
(z.B. im Austausch mit Mitgliedern der ÖMCCV - Österreichische Morbus Crohn / Colitis ulcerosa Vereinigung)
- CED-Helpline (+43 1 267 6 167)
- CED-Atlas von Darm Plus
(www.darmplus.at/ced-atlas)

2. Informiere dich vorab zum Thema CED.

Geeignete Quellen sind:

- CED-Kompass (<https://ced-kompass.at>)
- CED-Helpline (+43 1 267 6 167)
- Websites, Broschüren und Bücher von seriösen Herausgebern – dazu gehören Patientenorganisationen wie die ÖMCCV, medizinische Institutionen und pharmazeutische Unternehmen
Ein gutes Beispiel: www.ced-trotzdem-ich.at
Aktuelle Info-Broschüren findest du auch beim CED-Kompass unter „Dein Leben mit einer CED“.

3. Informiere deinen Arzt/deine Ärztin über deine Krankengeschichte. Bring folgende Unterlagen mit:

- Befunde
- Laborbefunde/-werte
- OP-Berichte
- Bisher eingenommene/angewendete Medikamente
.....
.....

3a. Gib wichtige zusätzliche Informationen wie etwaige Komplikationen bisher, z.B.

- perianale Fisteln
- Abszesse
- Sonstiges, nämlich
.....
.....

3b. Beschwerden außerhalb des Verdauungstraktes, z.B.

- Hautprobleme
- chronische Müdigkeit
- Gelenkschmerzen
- Migräne
- Augenentzündungen
- Fieberblasen
- Entzündungen oder Reizungen im Unterleib
- Sonstiges, nämlich

4. Dein Umfeld und du – erzähl deinem Arzt / deiner Ärztin von deinem Alltag und deinen Plänen.

- Wie lebst du?
- Beruf
- Sport & Bewegung
- Familie / Familienplanung
- Reisen
- Krankheiten in deiner Familie/deinem Umfeld
- Anstehende Operationen (z.B. auch Zahneingriffe)
- Sonstiges, nämlich

5. Deine Therapie – dein Mitspracherecht: Entscheide GEMEINSAM mit deinem Arzt / deiner Ärztin, welche die geeignete Therapie für dich ist!

- Welche Therapien gibt es und wie wirken sie?
- Was sind die Vor- und Nachteile bzw. Chancen und Risiken der möglichen Therapieformen?
- Welche Nebenwirkungen können auftreten?
- Welche Wechselwirkungen können auftreten?
- Welche Möglichkeiten der Anwendung gibt es (Tabletten, Spritzen, Infusionen etc.)?
- Wie oft muss ich die Therapie einnehmen/anwenden?
- Darf ich während der Therapie schwanger werden?
- Wie lange dauert die Therapie?
- Gibt es bei der Therapie einen Gewöhnungseffekt?
- Kann die Therapie ausgesetzt werden?
- Was passiert, wenn ich mein Medikament vergesse?



CED-KOMPASS

Ein Service der ÖMCCV

- o Was passiert, wenn ich zu viel von meinem Medikament einnehme/anwende?
- o Was passiert, wenn ich die Medikamente absetze?
- o Was passiert bei nicht korrekter Lagerung bzw. Aufbewahrung?
- o Welche nicht-medikamentösen Behandlungsmöglichkeiten gibt es?
- o Welche komplementärmedizinischen Maßnahmen gibt es?
- o Was passiert bei Nichtbehandlung?
- o Was gilt es bei Reisen oder einem längeren Auslandsaufenthalt zu beachten?

6. **Bereite dich gut auf komplexere Untersuchungen vor – das gibt dir Sicherheit.**

- o **Offene Fragen vorab klären:**
 - o Welchen Zweck hat die Untersuchung?
 - o Was passiert bei der Untersuchung?
 - o Wie lange dauert sie?
 - o Welche vorbereitenden Maßnahmen muss ich treffen?
 - o Was muss ich nach der Untersuchung beachten?
 - o Welche Risiken birgt die Untersuchung?
 - o Was passiert, wenn ich die Untersuchung nicht durchführen lasse?
 - o Ist es möglich oder notwendig, eine Begleitperson mitzubringen?
- o Falls vor der Untersuchung eine Darmreinigung nötig ist, folge der Vorbereitung sorgfältig. Infos dazu findest du hier: <https://ced-kompass.at/darmreinigung>
- o Bei Interesse: Lass dir die Bilder der Spiegelung, des MRTs oder Ultraschalls erklären, so kannst du vielleicht selbst in 6 Monaten oder einem Jahr die Besserung oder gar Abheilung der Schleimhaut sehen!

7. **Führe ein ausführliches Gespräch vor operativen Eingriffen.**

- o Was passiert bei der Operation?
- o Wie schwerwiegend ist die Operation?
- o Wie erfolgt die Operation und wie lange dauert sie?
- o Welche positiven und negativen Folgen hat die Operation für mich?

- o Mit welchen Beeinträchtigungen sollte ich nach der Operation rechnen?
- o Wie lange dauert es, bis ich das Krankenhaus verlassen kann?
- o Wie lange wird der Krankenstand dauern?
- o Welche Diät soll ich nach der Operation halten und wie lange?
- o Unter welchen Umständen benötige ich einen künstlichen Darmausgang (Stoma)?
- o Welche Möglichkeiten gibt es, das Stoma rückzuoperieren, und wann kann dies erfolgen?
- o Was muss ich außerdem beachten (z.B. nicht rauchen)?
- o Kann ich im Anschluss an die OP auf Kur gehen?
- o Ist Familienplanung nach der Operation möglich? Was muss ich dabei beachten?
- o Welche Abteilung (Chirurgie/Interne) ist mein Ansprechpartner bei weiteren Fragen zur Operation?
- o Was passiert, wenn ich mich nicht operieren lasse?

Um den richtigen Chirurgen für dich zu finden, nutze am besten die Erfahrung von anderen Betroffenen, z.B. bei der ÖMCCV.

8. **Lass dich zu deinem Termin begleiten.**

Nimm einen Freund / eine Freundin, deinen Partner / deine Partnerin oder ein Familienmitglied zum Gespräch mit. Oft hört man unterschiedliche Dinge, weil es so viel an Information gibt!

9. **Es gibt keine dummen Fragen.**

Wertvolle Ansprechpartner für deine Fragen sind neben deinem Arzt/deiner Ärztin auch CED-Nurses (Pflegefachkräfte mit Spezialisierung auf CED).

Du erreichst sie:

- o persönlich in manchen CED-Ambulanzen - frag am besten direkt in deiner Ambulanz nach
- o telefonisch an der CED-Helpline unter +43 1 267 6 167
- o per Mail unter meinefrage@ced-kompass.at

10. **Mach dir Notizen während deines Arzttermins.**

Nimm zur Sicherheit Papier und Stift mit.

11. **Im Zweifelsfall gilt: Hol dir eine zweite Meinung!**