

Partizipative Entscheidungsfindung

So funktioniert es: Jede Patientin und jeder Patient sind individuell – ebenso die jeweilige Therapie. Bei der partizipativen Entscheidungsfindung legen Arzt/Ärztin und Patient*in gemeinsam alltagstaugliche und realistische Therapieziele fest.

- 1** Um eine gemeinsame Entscheidung zu treffen, sollten Sie mit Ihrem Arzt/Ihrer Ärztin medizinische und behandlungsrelevante persönliche Informationen austauschen, z.B. zu
 - Ihrer Lebenssituation und Ihrem Lebensstil,
 - eventuellen körperlichen, kognitiven oder psychischen Besonderheiten,
 - Erwartungen und vergangene Erfahrungen sowie
 - Auswirkungen der Therapiemaßnahmen auf Ihre Lebensqualität.
- 2** Sprechen Sie gemeinsam über die bestehenden Behandlungsoptionen und legen Sie offen dar, welche Behandlung Sie bevorzugen und inwieweit Sie in die Entscheidung über die Therapie einbezogen werden möchten. Teilen Sie außerdem Ihre Erwartungen und Bedenken mit.
- 3** Auf Grundlage dieses Gesprächs entscheiden Sie sich mit Arzt/Ärztin gemeinsam für eine Behandlung und teilen so die Verantwortung für die Umsetzung.
- 4** Erreichen Sie das angestrebte Therapieziel nicht im geplanten Zeitraum, tauschen Sie sich mit Ihrem Arzt/Ihrer Ärztin darüber aus, welche Gründe dafür vorliegen könnten. Diese werden dann bei weiteren Therapieplanung berücksichtigt.

i Die partizipative Entscheidungsfindung kann nur in einer vertrauensvollen, partnerschaftlichen Atmosphäre gelingen. Voraussetzung ist eine patientenzentrierte Grundhaltung des Arztes/der Ärztin sowie eine Offenheit für die Bedürfnisse der/des Patient*in.



In Deutschland leben 11 Mio. Menschen mit Diabetes, davon 90% mit Typ-2. **Viele schämen sich und fürchten Stigmatisierung.** Das Vorurteil der Selbstverschuldung ist weit verbreitet. Viele fühlen sich von der Politik vernachlässigt.

Unsere Kampagne #SagEsLaut soll **Menschen mit Typ-2-Diabetes mehr Sichtbarkeit geben.** Seit 2023 ergänzen wir mit #SagEsSolidarisch, um die Gemeinsamkeiten aller Diabetes-Typen zu betonen. Mehr unter www.diabetes-stimme.de/sageslaut

Dieser Flyer ist in Kooperation mit der Deutsche Diabetes-Hilfe, Menschen mit Diabetes e. V., Landesverband NRW und mit diabetesDE – Deutsche Diabetes-Hilfe entstanden.



**Deutsche Diabetes-Hilfe – Menschen mit Diabetes
Landesverband Nordrhein-Westfalen e. V.**
Johanniterstraße 45 · 47053 Duisburg
Tel.: 0203 60 844-0 · E-Mail: nrw@ddh-m.de
www.nrw.menschen-mit-diabetes.de



diabetesDE – Deutsche Diabetes-Hilfe
Albrechtstraße 9 · 10117 Berlin
Tel.: 030 201 677-0 · E-Mail: info@diabetesde.org
www.diabetesde.org · www.deutsche-diabetes-hilfe.de



**Gemeinsam
entscheiden im
Arzt-Patienten-
Gespräch**





Bestandteil der Diabetes-Behandlung

Für Menschen mit Diabetes gehören regelmäßige Arztbesuche zum Alltag. Einmal im Quartal sollten Sie den Besuch einplanen. Das Diabetes-Team bespricht mit Ihnen Ihre aktuellen Blutzuckerwerte, führt Vorsorgeuntersuchungen durch und vereinbart mit Ihnen kurz- und langfristige Therapieziele.

Ihre Rechte als Patient*in

Für eine erfolgreiche Therapie ist es wichtig, dass Sie Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt als Patient*in partnerschaftlich begegnen und gemeinsam über Ihre Behandlung entscheiden. Als Patientin oder Patient haben Sie Anspruch auf:

- eine angemessene und verständliche Aufklärung und Beratung
- eine ausreichende und zweckmäßige Behandlung nach den geltenden Leitlinien
- die Abstimmung diagnostischer und therapeutischer Maßnahmen mit Ihnen
- die Einsicht in Ihre Behandlungsunterlagen



Mit dem 2013 in Kraft getretenen Patientenrechtegesetz wurden wichtige Patientenrechte ausdrücklich im Gesetz festgeschrieben. Mehr im Ratgeber über den QR-Code.

Hilfestellungen für Ihr Gespräch

Sie sind bei Ihrem Arztbesuch aufgeregt oder unsicher? Unsere Tipps helfen Ihnen, das Arzt-Patienten-Gespräch zielführend zu gestalten.

Tipp 1

Informationen sammeln

Tragen Sie vor Ihrem Arztbesuch Informationen zusammen, die für Ihre Behandlung wichtig sind. Einige Beispiele können sein

- Wie sehr beeinträchtigt der Diabetes meinen Alltag? Was hat sich seit der Diagnose bereits getan?
- Welche Behandlungen oder Medikamente wurden mir bisher verschrieben oder empfohlen? Wie wende ich sie an und bin ich mit der Wirkung zufrieden?
- Was bereitet mir bei der Therapie Probleme, z.B. die Umsetzung der Diätetik oder Nebenwirkungen der Medikamente?
- Was ist für mich das wichtigste Behandlungsziel?

Tipp 2

Therapiefragen vorbereiten

Notieren Sie sich vor Ihrem Arztbesuch Fragen zur Diagnose und Behandlung. Einige Beispiele können sein

- Welche (anderen) Behandlungsmöglichkeiten oder Innovationen gibt es?
- Was sind die Vor- und Nachteile der verschiedenen Therapien?
- Wie wahrscheinlich ist es, dass diese Vor- und Nachteile auftreten?
- Wie sehr muss ich meine Gewohnheiten umstellen, damit eine Therapie jenseits der Einnahme von Medikamenten erfolgversprechend ist?
- In welcher Frequenz muss ich bestimmte Medikamente einnehmen?
- Was passiert, wenn ich meine Medikamente nicht regelmäßig einnehme?
- Was kann ich selbst zu meiner Gesundheit beitragen?



Wichtig

Wenn Sie zu einer therapeutischen Maßnahme wie z.B. Lebensstiländerung mit mehr Bewegung, Rauchen aufhören oder auch Nutzung eines CGM/ kontinuierlichen Glukosemesssystems (noch) nicht bereit sind, dann sagen Sie das offen. Denn nur dann können Sie gemeinsam mit Arzt oder Ärztin bzw. dem Behandlungsteam überlegen, welche Alternativen es gibt und was Ihnen helfen würde.

Tipp 3

Gesprächsnotizen machen

Machen Sie sich auch während des Gesprächs Notizen und fragen Sie nach, falls Sie Fach- und Fremdwörter oder Erklärungen nicht verstehen. Wenn Ihnen Ihr Arzt/Ihre Ärztin etwas detailliert erklärt, fassen Sie die wesentlichen Punkte am Ende in eigenen Worten zusammen. So lassen sich eventuell Missverständnisse direkt klären. Sie prüfen damit, ob Sie alles verstanden haben und können sich im Nachgang auch besser an das Gesagte erinnern.

Viel Erfolg bei Ihren Entscheidungsfindungen, gemeinsam mit Ihrem therapeutischen Team.

