

Partners:



School  
of Health  
Sciences



# TIPPS FÜR DEN UMGANG MIT GESUNDHEITSINFORMATIONEN



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

**Um für sich fürsorglich sein zu können, ist es wichtig seinen Körper und seine Gesundheit zu verstehen. Manchmal sind Gesundheitsinformationen schwer nachzuvollziehen.**

**Hier finden Sie einige Tipps, die Ihnen dabei helfen, die Informationen besser zu begreifen:**



#### Vor Ihrem Besuch bei der/dem Physiotherapeut\*in:



Machen Sie eine Liste mit allen Beschwerden, Fragen und Anliegen, die Sie haben.



Schreiben Sie alle Medikamente auf, die Sie einnehmen, einschließlich der Dosierung und Häufigkeit der Einnahme.



Bringen Sie Ihre Versicherungskarte und alle notwendigen Papiere oder Überweisungen mit.



Bringen Sie, wenn Sie möchten ein Familienmitglied oder eine/n Freund\*in mit, der/die Sie unterstützt und Ihnen hilft, sich Informationen zu merken.



#### Während Ihres Besuch bei der/dem Physiotherapeut\*in:



Bitten Sie um Erklärungen schwieriger Begriffe in einfacher Sprache.



Machen Sie sich Notizen oder fragen Sie, ob Sie das Gespräch aufzeichnen dürfen.



Scheuen Sie sich nicht, Ihre Beschwerden und Bedenken mitzuteilen.



Fragen Sie nach, wenn Sie etwas nicht verstanden haben.



#### Nach Ihrem Besuch bei der/dem Physiotherapeut\*in:

**Sie sollten in der Lage sein, die folgenden Fragen zu beantworten:**

Was ist mein Hauptproblem?

Was muss ich tun?

Warum ist es wichtig für mich, dies zu tun?

**Wenn Sie die Fragen nicht beantworten können, scheuen Sie sich nicht, nachzufragen. Ihr/e Physiotherapeut\*in wird Ihnen gerne helfen.**