

Liebe Patientin, lieber Patient,

wenn Sie dieses Informationsblatt von Ihrem Arzt erhalten haben, gehören Sie zu einer wichtigen Gruppe von Menschen: die Gruppe nämlich, der am meisten Verantwortung im medizinischen Behandlungsprozess zufällt. Das heißt: Der Behandlungserfolg steht und fällt mit Ihrer persönlichen gewissenhaften Mitarbeit („Compliance“). Bei Ihrer Art der Erkrankung ist Ihr Arzt maßgeblich darauf angewiesen, dass Sie therapeutische Vorgaben absolut zuverlässig einhalten. Ist dies nicht der Fall, kann die Therapie nicht wirken. Diese Tatsache sollten Sie sich in aller Deutlichkeit vor Augen halten:



Ohne konsequente Einhaltung der ärztlichen Vorgaben gehen Sie ein hohes Risiko für Ihre Gesundheit und Ihr Leben ein.

Warum das so ist, kann Ihnen Ihr Arzt genau erklären. Bitte fragen Sie nach, falls Sie die Wirkungsweise Ihrer Therapie nicht ganz verstehen oder Zweifel an deren Notwendigkeit haben. Es ist wichtig, dass Sie als maßgeblich handelnde Person begreifen, warum Sie die Verordnungen des Arztes unbedingt einhalten müssen.

Es ist leider Tatsache, dass sich viele Patienten nicht an den verabredeten Therapieplan halten. Sie verändern beispielsweise eigenmächtig die Dosis von Medikamenten, unterbrechen die Einnahme zwischenzeitlich oder beenden die Behandlung ganz. Dies hat vielfältige Gründe, jedoch immer die eine Konsequenz: eine Schädigung der eigenen Gesundheit. Viele Menschen unterschätzen auch die Gefährlichkeit eines solchen Verhaltens.

Doch selbst wenn man gewillt ist, eine Behandlung zuverlässig durchzuführen, ist dies nicht immer einfach. Es können Probleme auftreten. Besprechen Sie diese bitte unbedingt mit Ihrem behandelnden Arzt.

Um Sie in Ihren Bemühungen um das Einhalten Ihrer Therapie zu unterstützen, finden Sie im folgenden eine Übersicht über typische „Compliance-Fallen“ sowie hilfreiche Tipps, wie Sie diesen begegnen können.

Übersicht über typische „Compliance-Fallen“

„Ich verstehe nicht genau, wie die Therapie wirkt oder ich glaube nicht an ihren Nutzen.“

- Bitte lassen Sie sich von Ihrem Arzt noch einmal ganz genau erklären, was die Krankheit macht und wie die Therapie dem entgegen wirkt.
- Bitten Sie den Arzt um Informationsbroschüren, führen Sie ggf. eigene Recherchen durch.
- Fragen Sie auch nach, warum eigenmächtige Veränderungen der Behandlung schädlich sein können (Dosis reduzieren, Dosis aussetzen).
- Erfragen Sie die voraussichtliche Dauer der Therapie, um sich darauf einzustellen.
- Fragen Sie, welche Konsequenzen ein Therapieabbruch für Sie haben könnte.



„Ich habe Bedenken wegen möglicher Risiken und Nebenwirkungen der Therapie.“

- Berichten Sie Ihrem Arzt schon vor Beginn der Behandlung von Ihren Bedenken.
- Erörtern Sie mit ihm gemeinsam, wie realistisch Ihre Befürchtungen sind und welche Möglichkeiten es gibt, falls Nebenwirkungen tatsächlich auftreten.
- Teilen Sie Ihrem Arzt mit, wenn Probleme im Verlauf der Behandlung auftreten.



„Ich vergesse im Alltag oft, therapeutische Vorgaben einzuhalten.“

- Verknüpfen Sie Ihre Medikamenteneinnahme o.a. mit Alltagsritualen (z.B. Mahlzeiten, Zähneputzen).
- Bitten Sie Personen in Ihrem Haushalt, ebenfalls darauf zu achten, Sie ggf. zu erinnern.
- Bringen Sie Zettel an exponierten Stellen in Ihrer Wohnung an.
- Aktivieren Sie Signaltöne (Handy, Wecker).
- Führen Sie ein Medikamententagebuch.
- Bitten Sie nahestehende Personen, Arzneimittelboxen vorzubereiten.
- Tragen Sie Ihre Arzttermine in einen Kalender ein, den Sie jeden Tag sehen.



„Der Therapieplan ist zu kompliziert.“

- Lassen Sie sich vom Arzt schriftliche Merkhilfen geben oder schreiben Sie selbst auf, wann was zu tun ist.
- Erstellen Sie einen Wochenplan, in dem vermerkt ist, wann was eingehalten werden muss und hängen Sie ihn an eine exponierte Stelle.
- Besprechen Sie mit dem Arzt eine mögliche Vereinfachung des Planes.



„Ich breche die Therapie ab, weil es mir schlechter geht bzw. weil sie nicht wirkt.“

- Bitte suchen Sie unbedingt das Gespräch mit Ihrem Arzt!



„Ich breche die Therapie ab, weil es mir schon wieder besser geht.“

- Bitte brechen Sie die Therapie auch dann niemals ohne Rücksprache mit dem Arzt ab! Eine Verbesserung bedeutet noch nicht, dass die Krankheit nicht mehr vorhanden ist.

