

Bereiten Sie Ihren Arztbesuch vor!

Tipps für das Arztgespräch

Bei Knie-/Hüftschmerzen

Sie haben Schmerzen im Knie/ in der Hüfte und fühlen sich dadurch in Ihrem Alltag beeinträchtigt? Dies kann verschiedene Ursachen haben. Sie sollten Ihren Arzt aufsuchen und die genaue Ursache abklären lassen.

Je besser Sie sich auf das Gespräch mit Ihrem Arzt vorbereiten, umso besser kann er Ihren Gesundheitszustand bewerten und die angemessene Behandlung vorschlagen. Bereiten Sie sich vor und machen Sie sich Notizen während des Gesprächs! Der Faktencheck Gesundheit hilft Ihnen dabei.

1. Schildern Sie Ihre Symptome

- Seit wann haben Sie die Knie-/ Hüftschmerzen?
- Sind die Beschwerden langsam stärker geworden oder plötzlich aufgetreten?
- Hatten Sie früher schon mal Beschwerden in dem betroffenen Knie/ in der betroffenen Hüfte? (z.B. Unfall, Operation)
- Wenn ja, wie wurden diese behandelt?

- Wann haben Sie die Schmerzen bzw. Beschwerden im Knie/ in der Hüfte? (z.B. nachts im Bett, „Anlaufschmerz“ nach einer längeren Ruhephase, bei Belastung, beim Gehen auf ebenem Boden usw.)

- Müssen Sie aufgrund der Knie-/ Hüftschmerzen alltägliche Tätigkeiten, die Ihnen besonders wichtig sind, aufgeben oder einschränken? (z.B. Beruf, Sport) Wenn ja, welche?

2. Nehmen Sie Schmerzmittel oder sonstige Medikamente ein? Wenn ja, welche?

Fragen während des Arztgesprächs:

Notieren Sie sich während des Gesprächs die wichtigsten Antworten.

1. Welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es, um die Symptome zu lindern? Gibt es alternative Behandlungsformen oder muss ich Medikamente nehmen?

2. Welche Vorteile und Risiken haben diese Behandlungsmöglichkeiten?

3. Welche weiteren Maßnahmen können meine Schmerzen verringern und zum Erhalt meiner Beweglichkeit in dem betroffenen Kniegelenk beitragen? (z. B. Physiotherapie, Ergotherapie, Orthopädische Hilfsmittel)

4. Was kann ich selbst aktiv für einen besseren Behandlungsverlauf beitragen?

Weitere Tipps des Arztes: z. B. gutes Infomaterial, sinnvolle Hausmittel, o.ä.

Quelle: Faktencheck Gesundheit