

Hinweise für den Arzt Patientenberatung

Informationen zur Patientenberatung

Die nachfolgenden Materialien sollen Sie dabei unterstützen, Patienten mit Müdigkeitssymptomatik zu beraten und zu erforderlichen Verhaltensänderungen zu befähigen.

Speziell ist hier an drei Problemlagen gedacht:

- Müdigkeit als Symptom einer Überlastungsreaktion ('zu viel Aktivität'),
- Müdigkeit als Resultat einer Dekonditionierung ('zu wenig Aktivität'),
- Müdigkeit als Resultat einer **ungenügenden Schlafqualität**.

In allen diesen Fällen, insbesondere wenn die Beschwerden bereits länger bestehen, sind Verhaltensänderungen erforderlich, die nur schrittweise eintreten und sich festigen können.

In der Regel werden Sie als behandelnde Hausärztin / behandelnder Hausarzt sich auf diesem Weg in der Rolle des 'Coaches', des Begleiters bei Veränderungen, die der Patient an sich selbst vollziehen muß, befinden. Zur Unterstützung dieses Prozesses sind die beigefügten Materialien gedacht.

In dieser Mappe finden Sie:

- Einen **Fragebogen als Ergänzung** zur allgemeinen Patienteninformation, der *nach dem Erstkontakt* eine gezielte **Anamnese** der Beschwerden erleichtert.
- Jeweils eine **Patienteninformation** und ein **Infozept** (Kurzanleitung im Rezeptformat, außer zu Schlafstörungen) zu jeder der drei genannten Problemlagen. Die Patientenbriefe können Sie im Beratungsverlauf mehrfach ausgeben; sie enthalten am Schluß ein Feld, auf dem die Patientin / der Patient angestrebte oder vereinbarte Verhaltensänderungen notieren kann. Für die Beratung bei Schlafproblemen haben wir ein Schlafprotokoll vorbereitet.
- Ob Sie das Infozept (soweit vorhanden) oder den Patientenbrief oder beides an den Patienten ausgeben, können Sie jeweils danach entscheiden, 'wie tief' Sie in die Behandlung einsteigen wollen.
- Ein Vorsatzblatt erläutert Ihnen jeweils, wie Sie diese Materialien einsetzen können.

Wir haben Ihnen hier ein 'Beratungspaket' zusammengestellt, das von Ihnen etwas Einarbeitung verlangt. Sie können damit aber - so hoffen wir - die Verhaltensänderungen und Symptomeinsicht beim Patienten, auf die es ankommt, wirkungsvoll unterstützen.