

## Wie sag ich´s meinem Doc?

### Machen Sie das Beste aus Ihrem Arztbesuch!

Buch von Lutz Wesel

*Rezension von Petra Weiß*

*Der Büchermarkt ist überschwemmt von Ratgebern jeder Art. Patientenratgeber für viele Details der Gesundheit von Ernährung über Achtsamkeit bis zur Darmsanierung liegen seit Langem im Trend. Daher ist es verwunderlich, dass erst vor Kurzem ein Buch erschienen ist, welches sich mit einem Thema befasst, das fast jeden betrifft: die Kommunikation mit den Ärzt\*innen in der Sprechstunde aus der Sicht der Patient\*innen. Der Autor ist selbst Arzt: Dr. Lutz Wesel lässt die Leser\*innen teilhaben an der kostbaren Essenz seiner Praxiserfahrung aus fast 30 Jahren allgemeinärztlicher Tätigkeit.*

Das Gegenüber in seinen Motiven und in seinem Umfeld zu verstehen, ist eine gute Voraussetzung für eine gelungene Kommunikation. Daher beginnt das Buch mit der Frage, warum junge Menschen sich für den Arztberuf entscheiden. Es beschreibt den Weg der Mediziner\*innen vom Studium bis zur Facharzt Ausbildung. Dr. Wesel verdeutlicht, warum es so wichtig ist, eine\*n Hausärzt\*in zu finden, der oder dem man sein Vertrauen schenken kann. Er gibt praktische Tipps, wie man den fachlich und persönlich geeigneten Menschen findet, der diese wichtige Funktion übernimmt. Typische Fallstricke in der Sprechstunde werden angesprochen, beispielsweise dass Patient\*innen ihre Beschwerden nicht in Ruhe vortragen können, dass Ärzt\*innen sich zu voreiligen Diagnosen hinreißen lassen und dass die Kommunikation durch das Fachchinesisch der Mediziner\*innen erschwert wird. Auch heiße Eisen fasst Dr. Wesel an, wie die Tatsache, dass Ärzt\*innen Patient\*innen nicht hinreichend über Therapiemöglichkeiten und Nebenwirkungen aufklären.

Ein ausführliches Kapitel bringt Licht in den Abrechnungsdschungel unseres Gesundheitssystems. Es beleuchtet die gesetzlichen Krankenkassen und die privaten Versicherungen. Der Leser erfährt Nützliches über den Umgang mit den Individuellen Gesundheitsleistungen (IGeL).

Welche Information der Betroffene über eine Behandlung oder über ein Medikament vom Arzt erhält, kann die Wirkung der Therapie verstärken oder schwächen. Auch mit dem Placebo- und Nocebo-Effekt beschäftigt sich das Buch sehr differenziert. Risiken und Nebenwirkungen der Informationsbeschaffung über Gesundheitsthemen in den modernen Medien (Google & Co.) werden ebenfalls thematisiert.

Ein spezielles Kapitel widmet sich einem sensiblen Thema, nämlich der Tatsache, dass es (gar nicht einmal so selten) vorkommen kann, dass eine Begegnung mit dem Arzt oder der Ärztin die Patient\*innen in tranceartige Zustände versetzt. In Trance sind wir offener als im normalen Wachbewusstsein für Suggestionen von außen. Diese Gegebenheit wird z.B. in der Schmerztherapie hilfreich eingesetzt. Doch auch ungewollt versetzen Ärzt\*innen und Heilpraktiker\*innen ihre Patient\*innen in solche Zustände. Was dann gesprochen wird, dringt direkt ins Unterbewusstsein ein und kann dort weitreichende Wirkungen entfalten. Für die Patient\*innen ist es daher gut, wenn sie erkennen können, welche Suggestion ihnen nützt und welche ihnen eher schadet. In diesem Zusammenhang berichtet Dr. Wesel sehr berührend von einer Kommunikation, die er selbst aus der Warte des Patienten erlebt hat.

Mich haben vor allem die klare Sprache und die Ehrlichkeit dieses Ratgebers beeindruckt. Hier schreibt ein Arzt offen über die Situation, die wir in den Praxen tagtäglich erleben. Er weist einerseits auf Missstände hin, mit denen Patient\*innen immer wieder konfrontiert sind. Andererseits macht er auch klar, womit Patient\*innen Ärzt\*innen zur Weißglut treiben können. Diese Klarheit gibt zunächst eine wichtige und notwendige Orientierung über das, was einem da manchmal binnen weniger Minuten im Sprechzimmer widerfährt.

---

Doch das Werk ist keine Klageschrift. Dr. Wesel gibt konkrete Anregungen, wie man wirklich das Beste aus der Situation machen kann. Er regt zur Eigeninitiative an. Praktische und teilweise leicht umzusetzende Tipps finden sich zu jedem Thema. Dr. Wesel tritt für ein partnerschaftliches Miteinander zwischen Patient\*innen und Behandler\*innen ein. Und auch über den fairen Umgang mit Kontroversen schreibt er Klartext. Auf knapp 150 Seiten erfährt man alles Wesentliche, um für die nächste Sprechstunde besser gewappnet zu sein.

Als Patientin und als Medizinerin wünsche ich mir, dass dieser Ratgeber rasch die ihm gebührende Verbreitung findet.

*Zum Weiterlesen*

Wesel, Lutz: Wie sag ich's meinem Doc? Carl Auer (2014)

ISBN 978-3-8497-0040-9