



## 3 Fragen für meine Gesundheit

Gute Gesprächsqualität trägt zur Zufriedenheit der Patientinnen und Patienten wie auch der Gesundheitsfachkräfte bei und führt nachweislich zu besseren Behandlungsergebnissen.

Die Initiative „3 Fragen für meine Gesundheit“ soll Sie ermutigen, im Gespräch mit Ihren Ärztinnen und Ärzten, aber auch mit anderen Gesundheitsfachkräften, aktiv zu werden und folgende wichtige Einstiegsfragen zu stellen:

- *Was habe ich?*
- *Was kann ich tun?*
- *Warum soll ich das tun?*

Diese drei Fragen kann man sich gut merken und sie sind für Patientinnen und Patienten in vielen Gesprächen von Bedeutung. Noch besser ist es, sich auf ein anstehendes Gespräch gut vorzubereiten und sich weiterführende eigene Fragen zu überlegen, die Sie sich eventuell aufschreiben und mitnehmen.

Für den Arzt/Therapeuten ist auch hilfreich, alle wesentlichen Informationen zum Gespräch mitzubringen (z.B. die letzten und wichtigsten Befunde, Medikamente, Beschwerdetagebuch). Gesundheitsfachkräfte werden dazu ermutigt, Patientinnen und Patienten zum Fragenstellen zu ermuntern und sicherzustellen, dass die Antworten auf diese zentralen drei Fragen gut verstanden werden.

*Die „3 Fragen“ sind somit ein wichtiges Instrument zur Stärkung der eigenen Gesundheitskompetenz!*

Quelle:

Österreichische Plattform Gesundheitskompetenz

<https://oepgk.at/drei-fragen-fuer-meine-gesundheit>