

Inhalt

Vorwort 7

Zu Hause mit Dr. Google 15

Gesundheitsinformationen aus

dem Internet – Fluch & Segen 18

Gesundheitsmaschine Internet 22

Verlässliche Gesundheitsinformationen
suchen und finden 27

Welcher Patiententyp bin ich? 37

Gesundheit heute – analog, digital oder beides? 39

Beim Hausarzt 49

Ihre Gesundheit auf einen Blick –
der Patientenordner 51

In der Sprechstunde die richtigen Fragen stellen 55

Gemeinsam besser zum Ziel – Patient & Arzt
entscheiden zusammen statt allein 59

So gelingt mein Besuch beim Hausarzt 67

Beim Spezialisten, dem Facharzt 73

Wirksame Medizin heißt jetzt

evidenzbasierte Medizin 76

Meine Gesundheit – meine Entscheidung 81

Exkurs für Gesundheitsprofis I: Wie beurteile
ich die Qualität einer klinischen Studie? 87

Exkurs für Gesundheitsprofis II: Wie beurteile
ich die Wirksamkeit einer Therapie? 91

Sinn & Unsinn medizinischer Behandlungen –
Geschichten aus dem Leben 101
Auf dem Weg zu meiner persönlichen
Behandlungsentscheidung 105

Vor der Operation 123

Operation ja, aber ambulant oder stationär? 124
Besser zwei Meinungen 128
Von der Patientenaufklärung zur
klinischen Studienteilnahme 133
So finde ich das richtige Krankenhaus 137

Im Krankenhaus 143

Ich packe meinen Koffer 145
Augen auf im Krankenhaus –
Stürze und Keime wirkungsvoll vermeiden 148
Wenn etwas schiefgeht –
Behandlungsfehler und Patientenrechte 154
Behandlungsfehler – ja oder nein? 160
So gelingt mein Aufenthalt im Krankenhaus 164

Wieder zu Hause 171

Alles bleibt anders 171
Der Beipackzettel – ein ernst zu nehmender Gegner 176
Wer mitmacht, lebt besser 181

Nachwort 187

Glossar 193

Anhang 203

Hilfreiche Links 203

Checklisten 207

Auflösung »Wahr oder falsch« –
populäre Mythen der modernen Medizin 227
Auflösung Risikoquiz 230

Literatur 230