

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
<i>Vor der Operation</i>	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
<i>Im Krankenhaus</i>	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
<i>Wieder zu Hause</i>	171
Alles bleibt anders	171
Der Beipackzettel – ein ernst zu nehmender Gegner	176
Wer mitmacht, lebt besser	181
<i>Nachwort</i>	187
<i>Glossar</i>	193
<i>Anhang</i>	203
Hilfreiche Links	203
<i>Checklisten</i>	207
Auflösung »Wahr oder falsch« –	
populäre Mythen der modernen Medizin	227
Auflösung Risikoquiz	230
<i>Literatur</i>	230