

**HIV** **PUNKT  
GENAU**  
INFORMATION **KOMMUNIKATION**

**DURCH'S  
REDEN  
KOMMEN  
PATIENT  
UND ARZT  
Z'SAMM!**



**ÜBER ALLES REDEN.  
ALLES SAGEN.  
ALLES FRAGEN.**

Eine Initiative von:



Getting ahead of HIV together

# NUR WER VIEL FRAGT, BEKOMMT AUCH VIEL GESAGT

## Wie Kommunikation auf Augenhöhe funktioniert

Miteinander reden ist nicht immer so einfach, wie es klingt. Vor allem, wenn es um sensible oder sehr persönliche Themen geht, wie beim Thema HIV. Und kein Thema sollte Patient\*innen „peinlich“ sein und sie deswegen davon abhalten, es auch tatsächlich anzusprechen. Immer noch haben viele HIV-Patient\*innen Scheu bestimmte Themen anzusprechen (siehe Abbildung B). Aber der Wunsch nach Mitsprache ist vor allem dann groß, wenn es darum geht in die Therapieentscheidungen eingebunden zu werden, was bei HIV häufig der Fall ist (siehe Abbildung C).

Abbildung B



**Anteil der HIV-Patient\*innen mit mindestens einem Thema, das sie im Arztgespräch unangenehm empfinden**  
(1847/2389)

Abbildung C



**Anteil der HIV-Patient\*innen, die gerne mehr in die HIV-Therapieentscheidung eingebunden wären**  
(1556/2389)

## Bei HIV ist Schweigen nur Silber und Reden ist Gold

Diese Umkehrung einer bekannten „Volksweisheit“ zeigt klar einen Erfolg versprechenden Weg auf, wie die Kommunikation zwischen Ihnen und Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt für beide Seiten sinnvoll sein kann. Denn auch Ärzt\*innen sind darauf angewiesen, von Ihnen alle relevanten Informationen zu bekommen, um Ihren Therapieweg aus medizinischer Sicht optimal zu gestalten.

### Grundlegende Tipps für die Therapiekommunikation

- Bereiten Sie sich auf Ihr Therapiegespräch gut vor.
- Machen Sie deutlich, dass Sie Fragen haben.
- Sprechen Sie auch unangenehme/ungewöhnliche Themen mutig an.
- Verschweigen Sie keine Probleme, die mit Erkrankung oder Therapie im Zusammenhang stehen könnten.
- Sagen Sie, wenn Sie etwas nicht verstehen.
- Fordern Sie Antworten auf offen gebliebene Fragen ein.

# WER HIV HAT, HAT WAHRSCHEINLICH VIELE FRAGEN UND VIEL ZU SAGEN

## Warum offene Kommunikation und Dialog so wichtig sind

Dank effizienter therapeutischer Optionen in der HIV Therapie der letzten Jahre, können Patient\*innen mit HIV ein langes und nahezu beschwerdefreies Leben führen. Dabei ist es von enormer Bedeutung für Ihr Lebensgefühl aber auch für Ihren Therapieerfolg im regelmäßigen, offenen Austausch mit Ihrer Vertrauensärztin/Ihrem Vertrauensarzt zu stehen.

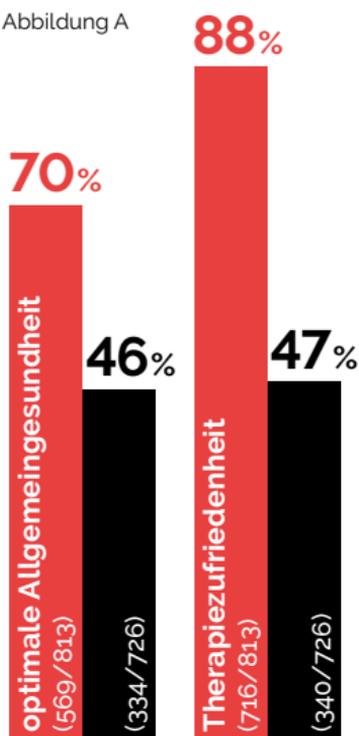


## Von Lebensfragen zu Therapiefragen

Eine enge Zusammenarbeit zwischen PLHIV und Ärzt\*innen ist sehr wichtig. Eine Umfrage bestätigt, dass PLHIV, die die Kommunikation mit ihren Ärzt\*innen verbesserten, gesünder und zufriedener mit der Behandlung waren als diejenigen, die nur wenig mit ihren Ärzt\*innen kommunizierten. Dies kann auch dazu beitragen, eine höhere Lebensqualität zu erreichen (siehe Abbildung A).

- HIV-Patient\*innen mit intensiver Zusammenarbeit mit Ihrer Ärztin/ Ihrem Arzt
- HIV-Patient\*innen mit wenig Zusammenarbeit mit Ihrer Ärztin/ Ihrem Arzt

Abbildung A





# DURCH'S REDEN KOMMEN PATIENT UND ARZT Z'SAMM!

So gehen Sie optimistisch und gut gerüstet  
in Ihr nächstes Therapiegeläch

---



## TIPPS ZUR VORBEREITUNG

**N**ehmen Sie sich vor jedem  
Therapietermin die Zeit, über Ihren  
Gesundheitszustand nachzudenken.

**L**egen Sie sich ein „Therapietagebuch“  
an (klassisch oder digital), in dem Sie  
alle krankheits- oder therapielevanten  
Ereignisse aufschreiben.

Notieren Sie darin alle Ereignisse,  
Besonderheiten oder Veränderungen in  
Ihrem Therapieleben, die für Ihre Ärztin/  
Ihren Arzt interessant sein könnten (z.B.  
neue Wohnung, Jobverlust-/wechsel,  
Partnerschaftsprobleme, Verlust von  
nahestehenden Personen, etc.).

Vergessen Sie nicht, diese  
Aufzeichnungen zum nächsten  
Therapietermin mitzunehmen.

---



## TIPPS ZUR TERMINVEREINBARUNG

**V**ereinbaren Sie einen Fixtermin für Ihr  
Therapiegeläch, damit Ihre Ärztin/  
Ihr Arzt jedenfalls genug Zeit für Sie hat –  
auch wenn Sie viel zu fragen oder sagen  
haben.

**S**ollten Sie den Termin nicht wahrnehmen können, sagen Sie ihn bitte rechtzeitig ab.

**I**nformieren Sie Ihre Ärztin/Ihren Arzt, wenn Sie planen eine Begleitperson zum Termin mitzubringen.

**V**ersuchen Sie bei Terminvereinbarungen immer einen Termin mit der/dem gleichen Ärztin/Arzt zu bekommen.



## TIPPS FÜR DAS THERAPIEGESPRÄCH

**W**enn Sie bereits intensives Krankheits- oder Therapiewissen haben, informieren Sie Ihre Ärztin/Ihren Arzt darüber – auch darüber woher Sie diese Informationen haben. Er/Sie braucht dann nicht bei jedem Thema alle Hintergründe erklären.

**B**ei Erstkontakten mit neuen Ärzt\*innen ist es hilfreich, wenn Sie mit ihm/ihr darüber sprechen, wie Sie sich im Rahmen der Behandlung/Untersuchung am wohlsten fühlen.

**S**cheuen Sie sich nicht, alle Probleme aus unterschiedlichsten Lebensbereichen anzusprechen, selbst wenn Sie sich nicht sicher sind, ob diese mit der Erkrankung oder Therapie im Zusammenhang stehen.

**G**eben Sie auf Fragen Ihrer Ärztin/Ihres Arztes möglichst klare, ehrliche und konkrete Antworten, die Ihrer tatsächlichen Wahrnehmung entsprechen. Bitte keine „Wunschantworten“, die Ihnen in den Mund gelegt werden!

**S**ollte Ihre HIV-Therapie am Ende des Termins geändert/umgestellt werden, hinterfragen Sie Gründe und Vorteile, die sich daraus für Ihre Therapie ergeben.

**S**cheuen Sie sich nicht, auch Fragen nach der Unterstützung von Patientenorganisationen oder Methoden aus Bereichen nicht klassischer Schulmedizin, zu stellen.

**V**ereinbaren Sie am Ende des Gesprächs immer einen neuen Folgetermin – insbesondere, wenn an Ihrem Therapieplan Änderungen vorgenommen wurden.

**W**enn Sie bei Ihrem Termin mit vielen Neuerungen konfrontiert wurden, ist es von Vorteil, am Ende des Termins alle wichtigen Themen und Vereinbarungen aus Ihrer Sicht nochmals zusammenzufassen, um sicher zu gehen, dass Sie diese auch richtig verstanden haben. So können eventuelle Missverständnisse bei der Therapie vermieden werden.

---

# HIV-WISSEN IST EIN FRAGE VON INFORMATION

Wo Sie sonst noch  
viele Fragen stellen können

## AIDS-Hilfe Kärnten

Bahnhofstraße 22, 9020 Klagenfurt

T 0463-55128

E [kaernten@hiv.at](mailto:kaernten@hiv.at)

[www.hiv.at](http://www.hiv.at)

## AIDS-Hilfe Oberösterreich

Blütenstraße 15/2, 4040 Linz

T 0732-2170

E [office@aidshilfe-ooe.at](mailto:office@aidshilfe-ooe.at)

[www.aidshilfe-ooe.at](http://www.aidshilfe-ooe.at)

## AIDS-Hilfe Salzburg

Innsbrucker Bundesstraße 47, 5020 Salzburg

T 0662-881488

E [salzburg@aidshilfen.at](mailto:salzburg@aidshilfen.at)

[www.aidshilfe-salzburg.at](http://www.aidshilfe-salzburg.at)

## AIDS-Hilfe Steiermark

Hans-Sachs-Gasse 3, 8010 Graz

T 0316-815050

E [steirische@aids-hilfe.at](mailto:steirische@aids-hilfe.at)

[www.aids-hilfe.at](http://www.aids-hilfe.at)

## Zentrum Sexuelle Gesundheit Tirol

Kaiser-Josef-Straße 13, 6020 Innsbruck

T 0512-563621

E [office@sg-tirol.at](mailto:office@sg-tirol.at)

[www.sg-tirol.at](http://www.sg-tirol.at)

## AIDS-Hilfe Vorarlberg

Kaspar-Hagen-Straße 5, 6900 Bregenz

T 05574-46526

E [contact@aidshilfe-vorarlberg.at](mailto:contact@aidshilfe-vorarlberg.at)

[www.aidshilfe-vorarlberg.at](http://www.aidshilfe-vorarlberg.at)

## AIDS-Hilfe Wien

Mariahilfer Gürtel 4, 1060 Wien

T 01-59937

E [office@aids-hilfe-wien.at](mailto:office@aids-hilfe-wien.at)

[www.aids.at](http://www.aids.at)

Wenn Sie medizinischen Rat benötigen, wenden Sie sich bitte  
an Ihre behandelnde Ärztin / Ihren behandelnden Arzt.

NP-AT-HVX-LBND-220003, Mai 2023

Eine Initiative von:



Getting ahead of HIV together

