



Achim Barmeyer



# Krank, was tun?

Vom ersten Symptom  
über Arztsuche, Lohnfortzahlung  
bis Kur



## Ein Wegweiser



RATGEBER

 Springer

Krank, was tun?

Achim Barmeyer

# Krank, was tun?

Vom ersten Symptom über  
Arztsuche, Lohnfortzahlung  
bis Kur – ein Wegweiser



Springer

Achim Barmeyer  
Klinik für Kardiologie,  
Internistische Intensivmedizin &  
Notfallmedizin  
Klinikum Dortmund  
Dortmund, Nordrhein-Westfalen  
Deutschland

ISBN 978-3-662-61627-7      ISBN 978-3-662-61628-4 (eBook)  
<https://doi.org/10.1007/978-3-662-61628-4>

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

© Der/die Herausgeber bzw. der/die Autor(en), exklusiv lizenziert durch  
Springer-Verlag GmbH, DE, ein Teil von Springer Nature 2020

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung, die nicht ausdrücklich vom Urheberrechtsgesetz zugelassen ist, bedarf der vorherigen Zustimmung des Verlags. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Bearbeitungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Die Wiedergabe von allgemein beschreibenden Bezeichnungen, Marken, Unternehmensnamen etc. in diesem Werk bedeutet nicht, dass diese frei durch jedermann benutzt werden dürfen. Die Berechtigung zur Benutzung unterliegt, auch ohne gesonderten Hinweis hierzu, den Regeln des Markenrechts. Die Rechte des jeweiligen Zeicheninhabers sind zu beachten.

Der Verlag, die Autoren und die Herausgeber gehen davon aus, dass die Angaben und Informationen in diesem Werk zum Zeitpunkt der Veröffentlichung vollständig und korrekt sind. Weder der Verlag, noch die Autoren oder die Herausgeber übernehmen, ausdrücklich oder implizit, Gewähr für den Inhalt des Werkes, etwaige Fehler oder Äußerungen. Der Verlag bleibt im Hinblick auf geografische Zuordnungen und Gebietsbezeichnungen in veröffentlichten Karten und Institutionsadressen neutral.

CR by: deblik Berlin

Planung/Lektorat: Anna Kraetz

Springer ist ein Imprint der eingetragenen Gesellschaft Springer-Verlag GmbH, DE und ist ein Teil von Springer Nature.

Die Anschrift der Gesellschaft ist: Heidelberger Platz 3, 14197 Berlin, Germany

# Vorwort

Noch ein Ratgeber für Patienten, wer braucht den denn noch? Diese Frage wird sich der Eine oder Andere stellen, wenn er sich die unzähligen Ratgeber in den Abteilungen „Medizin“ der Buchläden anschaut.

Jeder hat vielleicht schon als Patient einmal nicht gewusst wie es weitergeht, wo man sich informieren kann oder welchen Arzt man konsultieren soll. Bei meiner Arbeit als Arzt werde ich immer wieder zu den verschiedensten Dingen rund um das Thema „gesund werden“ befragt. Dabei fiel mir auf, dass für diejenigen Patienten, welche nach Möglichkeiten der Orientierung im Gesundheitssystem und nach Information für den Weg zu ihrer Genesung suchen, eine literarische Lücke besteht.

Dieser Ratgeber ist eher ein Wegweiser. Damit möchte ich allen Erkrankten, die ihr Schicksal aktiv in die Hand nehmen wollen, eine praktische Orientierungshilfe mit Handlungsvorschlägen geben. In dieses Vorhaben sind viele persönliche Erfahrungen eingeflossen, die ich im

## **VI Vorwort**

Laufe meines (Berufs-) Lebens gesammelt habe. Ich hoffe, mit meinen Vorschlägen dem einen oder anderen Patienten den Weg zur Wiedererlangung der eigenen Gesundheit zu erleichtern.

Dortmund  
im Frühjahr 2020

Achim Barmeyer

# Inhaltsverzeichnis

<b>1</b>	<b>Ich fühle mich schlecht – bin ich krank?</b>	<b>1</b>
1.1	Was bedeutet Gesundheit, was Krankheit?	2
1.2	Empfindet jeder Mensch Krankheit gleich?	3
<b>2</b>	<b>Ich bin krank – wie komme ich zur richtigen Diagnose?</b>	<b>7</b>
2.1	Was macht der Arzt mit mir?	9
	2.1.1 Anamnese	10
	2.1.2 Körperliche Untersuchung	14
	2.1.3 Laboruntersuchungen	17
	2.1.4 Apparative Untersuchungen	18
	2.1.5 Ärztliche Aufklärung	21
2.2	Erster Ansprechpartner: Der Allgemeinarzt (Hausarzt)	25
2.3	Zweiter Ansprechpartner: Der organspezifische Facharzt	27

## VIII Inhaltsverzeichnis

2.4	Dritter Ansprechpartner: Die Fachabteilung der Klinik	29
2.5	Vierter Ansprechpartner: Die Schwerpunktabteilung	30
2.6	Wie finde ich den für mich besten Arzt?	33
2.7	Wie finde ich die für mich beste Abteilung?	38
2.8	Wie hilft mir das Internet weiter?	43
2.9	Wie gewinne ich Sicherheit, dass ich das Richtige tue? – Die zweite Meinung	47
2.9.1	Was muss ich bei der Entscheidung für eine Behandlung beachten?	47
2.9.2	Kann ich die Empfehlung meines Arztes kontrollieren lassen?	49
2.10	Die seelische Verfassung nach Erhalt der Diagnose – soll ich mich sorgen oder kann ich hoffen?	52
	Literatur	54
<b>3</b>	<b>Meine Diagnose ist geklärt – wie geht es weiter?</b>	<b>55</b>
3.1	Der behandelnde Arzt	56
3.2	Die behandelnde Klinik	58
3.2.1	Wie bekomme ich Kontakt zu der Klinik meiner Wahl?	59
3.3	Der Arbeitsplatz	61
3.3.1	Anzeige und Nachweis der Arbeitsunfähigkeit	61
3.3.2	Die Lohnfortzahlung	62
3.3.3	Krankheitsbedingte Kündigung	63



3.4	Die Krankenversicherung	65
3.4.1	Die gesetzliche Krankenkasse	69
3.4.2	Die private Krankenversicherung	70
3.4.3	Die Beihilfe	72
3.4.4	Das Krankengeld	72
3.4.5	Das Krankentagegeld	73
3.4.6	Das Krankenhaustagegeld	75
3.5	Die seelische Verfassung bei schwerwiegenden und chronischen Erkrankungen- wie gehe ich damit um?	75
	Literatur	81
<b>4</b>	<b>Die Behandlung – wann geht es mir endlich besser?</b>	<b>83</b>
4.1	Compliance – soll ich die Vorschläge des Arztes stets umsetzen?	86
4.2	Die seelische Verfassung bei der Behandlung – wie komme ich wieder auf den Berg?	90
	Literatur	94
<b>5</b>	<b>Was hilft mir noch weiter?</b>	<b>95</b>
5.1	Familie und Freunde	96
5.2	Psychotherapie	98
5.3	Alternative Heilmethoden	99
5.4	Physikalische Therapie	105
5.5	Selbsthilfegruppen	107
5.6	Beschäftigung/Hobby	108
5.7	Spiritualität/Religion	112
<b>6</b>	<b>Was kommt nach der ersten Behandlung?</b>	<b>113</b>
6.1	Nachfolgebehandlung	114
6.2	Kontrolltermine	115

<b>X</b>	<b>Inhaltsverzeichnis</b>	
6.3	Anschlussrehabilitation/Rehabilitation	116
6.3.1	Anschlussrehabilitation	116
6.3.2	Rehabilitation	121
<b>7</b>	<b>Was passiert, wenn ich mich nicht mehr äußern kann?</b>	125
7.1	Gesundheitsvollmacht	127
7.2	Betreuungsverfahren	131
7.3	Patientenverfügung	133
<b>8</b>	<b>Ich habe das Gefühl, da ist was schiefgelaufen, wie erhalte ich Gewissheit?</b>	137
8.1	Außergerichtliche Einigung	141
8.2	Gerichtliche Klärung	144
<b>9</b>	<b>Wie kann ich mit der Erkrankung leben?</b>	147
9.1	Wie gehe ich mit körperlichen Einschränkungen um?	148
9.2	Alltag und Freizeit	150
9.3	Arbeit und Beruf	153
9.3.1	Wann muss ich meine Erkrankung im Arbeitsleben anzeigen?	154
9.3.2	Welche Hilfen kann ich am Arbeitsplatz erhalten?	155
9.4	GdS, GdB, MdE, was bedeutet das?	157
	<b>Anhang: Liste nützlicher Internetadressen</b>	161
	<b>Stichwortverzeichnis</b>	165



# 1

## Ich fühle mich schlecht – bin ich krank?

### Inhaltsverzeichnis

- 1.1 Was bedeutet Gesundheit, was Krankheit? . . . . . 2
- 1.2 Empfindet jeder Mensch Krankheit gleich? . . . . . 3

In diesem Kapitel erfahren Sie, dass Sie selbst definieren, ob Sie krank sind.

Es kann langsam und schleichend oder rasch und akut geschehen. Es kann in jedem Lebensalter und in jeder Lebenssituation eintreten. Es kann ein einzelnes Körperteil betreffen oder den ganzen Körper. Es kann sich harmlos anfühlen oder eine lebensbedrohliche Panik erzeugen. Es kann ein bekanntes Gefühl sein oder etwas völlig Neues. Es kann einem selbst auffallen oder zunächst von Anderen bemerkt werden. Es ist das Gefühl, dass etwas nicht

stimmt, das Gefühl, dass es sich nicht normal anfühlt, das Gefühl, dass einem etwas fehlt, das Gefühl, dass man krank ist.

## 1.1 Was bedeutet Gesundheit, was Krankheit?

Jeder Mensch kennt das Gefühl von Krankheit. Dabei ist die Definition von Krankheit je nach Sichtweise sehr unterschiedlich. Krankheit erscheint als Gegenteil von Gesundheit.

Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) definiert Gesundheit folgendermaßen:

„Gesundheit ist der Zustand des vollständigen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlergehens.“

Diese umfassende Definition bezeichnet eigentlich einen paradiesischen, völlig sorgenfreien Zustand, welchen nur Wenige von uns jemals erreichen werden. Das bedeutet jedoch, dass Menschen, die diesen Zustand nicht erreichen, krank sind. Für die Definition „Krankheit“ braucht es also noch etwas mehr als fehlendes absolutes Wohlergehen.

Im versicherungsrechtlichen Sinne ist Krankheit folgendermaßen definiert:

„Ein regelwidriger Körper- oder Geisteszustand, der die Krankenbehandlung notwendig macht“ (§ 120 Allgemeines Sozialversicherungsgesetz).

Eine Krankenbehandlung ist in der Regel dann notwendig, wenn der Betroffene einen Leidensdruck verspürt. Dabei kann dieser Leidensdruck sowohl körperlicher als auch geistiger Art sein.

Ein Betroffener, welcher aufgrund einer Magenschleimhautentzündung Schmerzen verspürt, ist ebenso behandlungsbedürftig wie ein Patient, welcher Panikattacken im Rahmen einer Angsterkrankung durchmachen muss. Eine Krankenbehandlung kann allerdings auch ohne aktuellen Leidensdruck dann notwendig werden, wenn der weitere Verlauf der Erkrankung erfahrungsgemäß diesen Leidensdruck erst schaffen wird. In der Frühphase von Krebserkrankungen kommt es häufig vor, dass der Betroffene noch nichts verspürt. Eine Behandlung ist dann aufgrund der zu erwartenden Verschlechterung bereits in diesem Stadium dringend angezeigt.

Somit ist Leiden ein zentraler Bestandteil von Krankheit, sei es bereits bestehend oder sei es mit hoher Wahrscheinlichkeit in Zukunft auftretend.

Krankheit muss dabei von einer Befindlichkeitsstörung abgegrenzt werden. Ist der Leidensdruck ohne nachweisbaren organischen oder psychogenen Hintergrund gering und die Rückbildung des Leidens zu erwarten, so ist eher von einer Befindlichkeitsstörung als von einer Krankheit zu sprechen.

## 1.2 Empfindet jeder Mensch Krankheit gleich?

Die Crux bei dieser Definition von Leiden ist allerdings, dass Leiden nicht messbar ist. Leiden hat vielfältige Facetten und ist von einer Menge Faktoren abhängig. Eine

Vielzahl unterschiedlicher körperlicher und psychischer Sensationen können leidvoll wahrgenommen werden: Schmerzen, Übelkeit, Schwindel, Kältegefühl, Hitzegefühl, Krämpfe, Kribbelgefühle, Angst, Erregung, Schläfrigkeit und Trauer, um nur einige zu nennen.

Dabei ist die subjektive Empfindung jeder einzelnen Sensation von Mensch zu Mensch unterschiedlich. Jeder weiß, dass manche Menschen Schmerzen besser als andere ertragen können. Ebenso ist die Art wie Angst oder Bedrohung empfunden wird, von Mensch zu Mensch unterschiedlich und gleichermaßen von vielen Faktoren wie Veranlagung, soziokulturellem Hintergrund, Geschlecht und Alter abhängig. Die Beurteilung von Leiden ist für Außenstehende zusätzlich dadurch erschwert, dass jeder Mensch ein unterschiedliches Ausdrucksmuster seiner inneren Welt hat. So beklagt der eine Patient seine Beschwerden wortreich und in den schillerndsten Farben. Ein anderer Patient dagegen gibt sich eher wortkarg und berichtet nur über seine Hauptbeschwerde.

Weiterhin bestehen erhebliche kulturelle Unterschiede im Ausdruck von Gefühlen: Trauer wird in nördlichen Ländern eher still erduldet, während sie in südlichen Ländern durch lautes Wehklagen ausgedrückt wird. Diese ganze Vielfalt von Faktoren, welche das Leiderleben prägen, macht eine objektive Messung der Stärke des Leidens unmöglich. Man ist daher auf die subjektive Einschätzung des Leiderlebens durch den Betroffenen selbst angewiesen.

Daraus ergibt sich eine subjektive Definition von Krankheit:

Wenn Sie sich krank fühlen, sind Sie krank!

Meiner Meinung nach ist das eigene Krankheitserleben das Hauptkriterium für die Definition von Krankheit. Daher kann sich nur der Kranke selbst als krank definieren. Nur Sie als Kranker stellen fest, ob Sie krank sind oder nicht.

Eine Ausnahme von dieser subjektiven Definition bildet die Entdeckung von Krankheitsprozessen, welche bisher noch keine Beschwerden verursacht haben, in Zukunft aber verursachen werden, wie die zufällige Entdeckung einer beginnenden Krebs- oder einer Bluthochdruck-erkrankung. Jeder Zustand, welcher Ihnen Leiden verursacht, sollte für Sie Krankheit bedeuten und muss als solche behandelt werden.



# 2

## Ich bin krank – wie komme ich zur richtigen Diagnose?

### Inhaltsverzeichnis

2.1	Was macht der Arzt mit mir? . . . . .	9
2.1.1	Anamnese. . . . .	10
2.1.2	Körperliche Untersuchung . . . . .	14
2.1.3	Laboruntersuchungen. . . . .	17
2.1.4	Apparative Untersuchungen . . . . .	18
2.1.5	Ärztliche Aufklärung . . . . .	21
2.2	Erster Ansprechpartner: Der Allgemeinarzt (Hausarzt). . . . .	25
2.3	Zweiter Ansprechpartner: Der organspezifische Facharzt. . . . .	27
2.4	Dritter Ansprechpartner: Die Fachabteilung der Klinik . . . . .	29
2.5	Vierter Ansprechpartner: Die Schwerpunktabteilung. . . . .	30
2.6	Wie finde ich den für mich besten Arzt? . . . . .	33
2.7	Wie finde ich die für mich beste Abteilung? . . . . .	38
2.8	Wie hilft mir das Internet weiter? . . . . .	43



2.9	Wie gewinne ich Sicherheit, dass ich das Richtige tue? – Die zweite Meinung. . . . .	47
2.9.1	Was muss ich bei der Entscheidung für eine Behandlung beachten? . . . . .	47
2.9.2	Kann ich die Empfehlung meines Arztes kontrollieren lassen? . . . . .	49
2.10	Die seelische Verfassung nach Erhalt der Diagnose – soll ich mich sorgen oder kann ich hoffen? . . . . .	52
Literatur	. . . . .	54

In diesem Kapitel erfahren Sie, über welche Wege Sie zu einer Diagnose gelangen und wie Sie damit umgehen können.

Die Behandlung einer Erkrankung übernimmt in unserem Kulturkreis in der Regel ein Arzt. Manche Menschen entschließen sich jedoch, zunächst andere Therapeuten etwa Heilpraktiker oder Osteopathen aufzusuchen. Für alle Therapeuten gilt jedoch das Gleiche: Sie als Betroffener haben die Deutungshoheit darüber, ob Sie krank sind oder nicht. Die Aufgabe des Therapeuten ist es, herauszufinden, welche Art von Erkrankung Sie haben und wie diese zu behandeln ist.

Es kommt nicht selten vor, dass eine Erkrankung schwierig zu erkennen ist. Das kann unterschiedliche Gründe haben. So stellen sich gleichartige Erkrankungen bei jedem Patienten unterschiedlich dar und verlaufen durchaus nicht immer typisch. Ebenso können Erkrankungen bisweilen sehr unspezifische, nicht richtungweisende Symptome erzeugen. Es kommt aber auch vor, dass seltene Erkrankungen kaum bekannt sind und dadurch große diagnostische Schwierigkeiten bereiten. Schließlich hat jeder Patient eine unterschiedliche innere Wahrnehmung und berichtet über Symptome, die ihm am belastendsten erscheinen, jedoch diagnostisch in die Irre führen können.

**Beispiel**

Eine junge Patientin kam in schlechtem Zustand in die Notaufnahme und klagte über Bauchschmerzen, Übelkeit und Erbrechen. Sie war schweißnass, zitterig und hatte eine beschleunigte Herzfrequenz. In den Laboruntersuchungen waren einzelne Blutwerte nur gering und nicht diagnoseweisend verändert. Sie wurde zunächst auf einen Magen-Darm-Infekt hin behandelt. Erst als sie nochmals genauer befragt wurde, berichtete sie, dass sie seit Monaten Gewicht abgenommen habe und sich zunehmend schwach fühle. Daraufhin wurden zusätzliche Laboruntersuchungen angeordnet, und nun konnte eine Überfunktion der Schilddrüse festgestellt werden, die für alle Symptome verantwortlich war.

Die Patientin hatte zunächst über unspezifische Symptome berichtet, die sie persönlich am belastendsten empfand, sodass der Arzt aufgrund der von der Patientin geschilderten Symptome zunächst auf die falsche Fährte geführt wurde. Man erkennt daraus, dass das erste Gespräch zwischen Therapeut und Patient sowohl der Schlüssel für eine korrekte Diagnosefindung, aber auch für eine Fehlleitung sein kann. Jede Therapeutengruppe hat ihre eigene Methodik, um einer Krankheit auf die Spur zu kommen. Da die überwiegende Mehrheit aller Patienten jedoch zunächst einen Arzt aufsucht, soll an dieser Stelle nur die ärztliche Methode der Abklärung vertieft werden.

## 2.1 Was macht der Arzt mit mir?

Zum ärztlichen Handwerk gehört die Technik der Diagnosefindung. Dabei geht der Arzt strukturiert Schritt für Schritt vor, um für die Erkennung der Erkrankung die verschiedenen Informationen zusammensetzen.