

# Kein Termin beim Facharzt? Was nun?

In den vergangenen Monaten hat sich die Terminvergabe bei Fachärzten drastisch verschlechtert. Wir hören diese Klagen jeden Tag und haben dennoch keinen Einfluss darauf.

Unter anderem ist diese Situation auch darauf zurückzuführen, dass viele Menschen mit Allgemeinsymptomen sich direkt bei Fachärzten behandeln lassen wollen. Macht das aber Sinn?

Grundsätzlich kann in fast allen Fällen die erste Versorgung bei dem Hausarzt/der Hausärztin Ihres Vertrauens stattfinden.

So tragen Sie dazu bei, dass einerseits Ihre Beschwerden relativ zeitnah eingeordnet werden können und ggf. eine erforderliche fachärztliche Weiterbehandlung zielführend gesteuert wird.

Also – machen Sie mit:

1. Klagen Sie nicht über fehlende zeitnahe Facharzttermine, sondern konsultieren Sie zunächst Ihren Hausarzt/Ihre Hausärztin. Sollte eine entsprechende fachärztliche Weiterbehandlung erforderlich sein, so kann hier ggf. Unterstützung erhalten werden. Die Entscheidung obliegt jedoch der Hausarztpraxis.
2. Beschweren Sie sich NICHT BEI UNS sondern bei Ihrem Bundestagsabgeordneten über die zunehmend schlechtere medizinische Versorgung. Denn seien Sie gewiss: Dies ist erst der Anfang...
3. Lernen Sie, wieder mehr Zuversicht zu Ihrem eigenen Körper zu bekommen. Seien Sie achtsam mit sich selber.
  - Nicht jede Bagatelle muss vom Arzt gesehen werden. Manchmal kann man auch ein paar Tage abwarten und dem Körper seine Selbstheilungskräfte zugestehen. Auch dadurch sparen Sie Arztressourcen ein, die einem schwerkranken Menschen sonst möglicherweise verwehrt werden müssen.
  - Beugen Sie vor durch gesundes Leben: Bewegen Sie sich regelmäßig mindestens 30 min am Tag und wählen Sie Ihr Essen gesund aus. Schlafen Sie ausreichend und vermeiden Stress, wo immer es geht...
4. Nehmen Sie an der Hausarztzentrierten Versorgung teil, um die hausärztliche Versorgung zu sichern. Informationen erhalten Sie bei unserem Team.

*Damit wir noch lange für Sie da sein können, beherzigen Sie bitte unsere Tipps.*

Ihr Team der Praxis Leeden