DEINE NATURTHERAPIE
www.deine-naturtherapie.de

BEGLEITUNG · CHECKLISTE

Gut vorbereitet ins Arztgespräch

Deine Fragen für die nächsten Termine, damit im Gespräch nichts Wichtiges verloren geht.

Bei einer Krebserkrankung kommen in kurzer Zeit viele Informationen auf dich zu. Oft fällt einem eine wichtige Frage erst auf dem Heimweg ein. **Diese Checkliste hilft dir, dich vorzubereiten:** Hake ab, was du fragen möchtest, und notiere dir die Antworten.

VOR DEM TERMIN

- ☐ Befunde, Arztbriefe und Medikamentenplan mitnehmen
- ☐ **Liste aller Mittel**, die du nimmst, auch Nahrungsergänzungsmittel, Vitalpilze und pflanzliche Mittel
- ☐ Eine **Begleitperson** mitnehmen, die zuhört und mitschreibt
- ☐ Deine wichtigsten Fragen vorher markieren

1 Zur Behandlung

- ☐ Welches Ziel hat die Behandlung?
- ☐ Wie läuft sie ab, und wie lange dauert sie?
- ☐ Welche Nebenwirkungen können auftreten?
- ☐ Was kann ich selbst gegen Nebenwirkungen tun?
- ☐ An wen wende ich mich bei Beschwerden, auch nachts oder am Wochenende?

2 Zu ergänzenden Mitteln

- ☐ Darf ich ergänzend **Vitalpilze**, Vitamine oder andere Nahrungsergänzungsmittel nehmen?
- ☐ Gibt es **Wechselwirkungen** mit meiner Therapie?
- ☐ Muss ich etwas pausieren, zum Beispiel vor einer Operation oder an Therapietagen?
- ☐ Welche Blutwerte sollten wir im Blick behalten?

3 Zum Alltag

- ☐ Worauf sollte ich bei der Ernährung achten?
- ☐ Wie viel Bewegung ist gut für mich?
- ☐ Was bedeutet die Behandlung für Arbeit und Familie?
- ☐ Welche Unterstützung gibt es, etwa Psychoonkologie oder Selbsthilfegruppen?

4 Meine eigenen Fragen

📝 Notizen aus dem Gespräch

Ich begleite dich, ergänzend zur Schulmedizin

In der Naturtherapie unterstütze ich dich parallel zu deiner schulmedizinischen Behandlung, immer in Absprache mit deinem Behandlungsteam.
www.deine-naturtherapie.de · 0176 47104773

Meine Begleitung ersetzt keine ärztliche Diagnose oder Behandlung. Bitte sprich die Einnahme von Nahrungsergänzungsmitteln und Vitalpilzen immer mit deinem Behandlungsteam ab.

Heike Löchner · Mykotherapeutin · Zusatzqualifikation Mykotherapie in der komplementären Krebstherapie
Diplomierte Fachberaterin für Darmgesundheit · Vitalstoffberaterin
www.deine-naturtherapie.de
0176 47104773