

Ihr 1. Termin

Für unser Erstgespräch möchte ich Sie bitten, sich im Vorfeld etwas Zeit zu nehmen.

Herzlichen Dank für Ihre Mitarbeit!



CHECKLISTE

Zum 1. Termin mitbringen:

- ✓ Krankengeschichte
- ✓ Liste Medikamente & Nahrungsergänzungsmittel
- ✓ ggf. Ernährungsprotokoll (nach Absprache)
- ✓ aktuelle Befunde
- ✓ Behandlungsvertrag & Datenschutzerklärung (unterschrieben)

Ihre Krankengeschichte

Bitte schreiben Sie stichwortartig auf, welche Beschwerden Sie haben und seit wann diese in etwa bestehen. Notieren Sie auch eventuelle Operationen und wann diese stattfanden.

Gab es Einschneidendes in Ihrem Leben wie Unfälle, Krisenzeiten, schwere Krankheiten etc.?

Ihre Medikamente

Bitte erstellen Sie eine Auflistung aller Medikamente, die Sie regelmäßig einnehmen. Schreiben Sie auch auf, welche Nahrungsergänzungsmittel (Vitamine, Mineralstoffe etc.) Sie zu sich nehmen.

Ihre Ernährung

Da auch Ihre Ernährungsweise mit Ihrem Beschwerdebild zusammenhängen kann, ist es ggf. notwendig, dass Sie über einen Zeitraum von 7 Tagen ein Ernährungsprotokoll erfassen.

Wichtig ist, dass Sie wirklich alles aufschreiben, was Sie zu welcher Uhrzeit essen und trinken.

Auch ein Bonbon, ein Apfelschnitz, ein Scheibchen Wurst oder das Stückchen Schoggi zwischendurch gehören dazu 😊. Es geht nicht darum, mir ein möglichst „tolles Protokoll“ vorlegen zu können, sondern es soll mir einen Eindruck Ihrer tatsächlichen Ernährungsweise vermitteln. Das Protokoll dient u.a. als Grundlage meiner Therapieempfehlungen für Sie.

Und bitte keine Sorge: Oft können kleine Anpassungen bereits eine Veränderung bewirken.

Ihre aktuellen Befunde

Haben Sie Facharztberichte, aktuelle Laborbefunde etc., bringen Sie diese bitte ebenfalls mit.

Behandlungsvertrag und Datenschutzerklärung (Aufklärungspflicht / DSGVO)

Nach der Ersttermin-Vereinbarung, erhalten Sie von mir per E-Mail den Behandlungsvertrag und die Datenschutzerklärung, sodass Sie sich beides zuhause in Ruhe durchlesen und entweder ausdrucken, unterschreiben und an mich zurückmailen oder auch unterschrieben mitbringen können.

Sollten Sie diese Möglichkeiten nicht haben, können Sie die Dokumente auch noch in der Praxis unterschreiben.