

# WENIGER IST MANCHMAL MEHR.

Gegen Über- und  
Fehlbehandlungen  
in der Medizin.



**smarter** **medicine**

Choosing Wisely Switzerland

# WAS IST SMARTER MEDICINE?

smarter medicine ist der Schweizer Ableger der Choosing Wisely Bewegung. Hinter smarter medicine stehen medizinische Fach- und Berufsorganisationen sowie Patientinnen- und Konsumentenorganisationen:



## Unsere Ziele

- ★ **Patientinnen und Patienten sensibilisieren und stärken**
- ★ **Eine öffentliche Diskussion zu Über- und Fehlversorgung anstossen**
- ★ **Die Forschung zu Über- und Fehlversorgung in der Schweiz fördern**
- ★ **Weitere Gesundheitsberufe einbeziehen**
- ★ **Über- und Fehlversorgung als Teil der Aus- und Weiterbildung etablieren**
- ★ **Medizinische Fachgesellschaften und Berufsorganisationen zur Erarbeitung von Top-5-Listen anregen**

# 5 FRAGEN, DIE SIE STELLEN SOLLTEN

Für einen  
medizinischen  
Austausch  
auf Augenhöhe



**Gehen Sie immer vorbereitet an ein medizinisches Gespräch über Ihre Gesundheit und vergewissern Sie sich, dass Sie auf diese 5 Fragen eine Antwort erhalten haben.**

## **1. Gibt es mehrere Möglichkeiten?**

Es gibt fast immer mehrere Behandlungs- oder Therapiemöglichkeiten. Sprechen Sie über alle Optionen. Im Gespräch können Sie herausfinden, was für Sie am geeignetsten ist und Ihren Bedürfnissen am besten entspricht.

## **2. Was sind die Vor- und Nachteile?**

Fragen Sie nach möglichen Vor- UND Nachteilen der empfohlenen Behandlung. Je mehr Sie über eine Behandlung wissen, desto besser können Sie einschätzen, was Ihnen wichtig ist und was Sie erwarten können. So treffen Sie eine informierte und sichere Entscheidung.

## **3. Wie wahrscheinlich sind diese?**

Wichtig ist nicht nur, welche Szenarien eintreten könnten, sondern vor allem auch, wie wahrscheinlich diese sind. Lassen Sie sich aufklären und nehmen Sie sich Zeit, um für sich festzustellen, was die Chancen und Risiken für Sie und Ihre Lebensumstände bedeuten.

## **4. Was passiert, wenn ich nichts unternehme?**

Manchmal kann man zuwarten. Manche Beschwerden verschwinden von alleine wieder oder werden durch die Behandlung nicht besser. Erkundigen Sie sich, welche Folgen es hat, wenn Sie erst einmal abwarten.

## **5. Was kann ich selbst tun?**

Wie schnell Sie wieder gesund werden, hängt auch von Ihnen ab. Fragen Sie, was Sie selbst tun können, um Ihre Gesundheit positiv zu beeinflussen. Auch bei chronischen Erkrankungen können Sie dazu beitragen, ein Fortschreiten zu verlangsamen oder zu verhindern.

# TOP-5-LISTEN DER UNNÖTIGEN MASSNAHMEN.

Fachlich belegt und  
wissenschaftlich anerkannt.

## Worauf könnte aus medizinischer Sicht konkret verzichtet werden?

Um diese Frage zu beantworten, haben bereits rund 20 medizinische Fachgesellschaften und Berufsorganisationen ihre Top-5-Liste bei smarter medicine eingereicht. Diese enthält fünf medizinische Massnahmen, die in der Regel unnötig sind.

Alle unsere Top-5-Listen  
finden Sie hier:



Informieren Sie sich jetzt,  
welche Massnahmen  
in der Regel unnötig sind.

**Informieren  
Sie sich jetzt!**

[smartermedicine.ch](http://smartermedicine.ch)

smarter medicine engagiert sich für eine optimale statt maximale Patientenversorgung nach dem Motto **WENIGER IST MANCHMAL MEHR**. Dazu werden die verschiedenen Gesundheitsberufe, die Politik und die Behörden, und vor allem die Patientinnen und Patienten selbst einbezogen und dabei unterstützt, die optimale Behandlung zu wählen.

**smartermedicine**

Choosing Wisely Switzerland



Kontakt Trägerverein smarter medicine  
c/o Schweizerische Gesellschaft für  
Allgemeine Innere Medizin (SGAIM)  
Monbijoustrasse 43, Postfach  
3001 Bern