

INFORMATIONEN FÜR  
RHEUMAPATIENTEN

# Infos & Tipps

Übertritt in die Erwachsenen-Rheumatologie





# Was ist anders,

## wenn ich von der Kinder-Rheumatologie zur Erwachsenen-Rheumatologie wechsele?

- Es ist ein weiterer Schritt in Deinem Leben!
- Anfangs kann das ein komisches Gefühl auslösen, wenn man einen Übertritt plant in die Erwachsenenrheumatologie.
- Im Prinzip ist es wie ein Wechsel von der Primarschule in die Oberstufe oder von der Oberstufe in die Lehre oder ins Gymi.
- Wir möchten diesen Übertritt mit Dir planen und Dich darauf vorbereiten.
- Es ist wichtig, dass Jugendliche mit Rheuma, die erwachsen werden, weiterhin einen Ansprechpartner haben, nämlich einen Erwachsenen-Rheumatologen, der sie weiterbetreut.
- Wir Kinder-Rheumatologen werden dem zukünftigen betreuenden Arzt eine Zusammenfassung Deines Krankheitsverlaufes schicken mit den Kopien der wichtigsten Untersuchungen, und dieser wird bei Unklarheiten immer bei uns nachfragen können.
- Die Entscheidung, wann Du den Wechsel machst, bestimmst DU!

---

### Kontakt

**Rheumatologie Kinderspital Zürich**  
sekretariat.rheumatologie@kispi.uzh.ch

Telefon +41 44 266 78 38  
Telefax +41 44 266 84 26

## Was Du beachten solltest:

- Im Wartezimmer der Erwachsenen-Rheumatologen wirst Du wahrscheinlich nicht auf viele junge Leute treffen.
- Beachte: bei den Erwachsenen-rheumatologen sind die Konsultationen meist kürzer!  
**! man muss zusehen, dass in dieser Zeit alle die Fragen gestellt werden können!**
- Falls Du etwas nicht verstehst, frage unbedingt nach!
- Damit nichts vergessen geht, kannst Du Dir anfangs auch alles auf einen Zettel schreiben, z.B. all die Fragen, die Du gerne stellen möchtest oder die Dosierung Deiner Medikamente.
- Es kann sein, dass Du Dich im Verlauf selber um einen Termin kümmern musst!
- Es ist wichtig, dass Du die vom Arzt verordnete Therapie zuverlässig und selbständig durchführst.
- Blutentnahmen und Spritzen ins Gelenk erfolgen ohne Emlapflaster, bzw. Narkose.

## Was erwartet der Erwachsenen-Rheumatologe von Dir?

- Es ist wichtig, dass Du über Deine aktuellen Beschwerden genau Auskunft geben kannst.
- Du solltest die Dosierung Deiner Medikamente kennen.
- Du wirst auch nach Deiner Meinung gefragt.
- Du kannst bei der Therapie mitentscheiden.

---

Es gibt **Beratungsstellen** für junge Leute!

### **www.rheumaliga.ch**

Rheumaliga Schweiz – Info, Beratung, Kurse, Alltagshilfen  
Josefstrasse 92, 8005 Zürich

### **www.jungemitrheuma.ch**

Gruppe «Jung und Rheuma» organisiert verschiedene Veranstaltungen/Workshops mit verschiedenen interessanten Themen, aber auch Treffen und Ausflüge.

### **www.arthritis.ch**

Schweizerische Polyarthritikervereinigung

---



## Top - Tipps

damit Du gut vorbereitet bist für den ersten Besuch  
in die Erwachsenen-Rheumatologie

- Mach Dir eine **Liste** mit Fragen, die Du stellen möchtest.
- Vergiss nicht all Deine **Beschwerden und Sorgen** Deinem Arzt mitzuteilen.
- Versuch dich zu erinnern, **wann** die Beschwerden begonnen haben und **was** Du dagegen gemacht hast, und ob es geholfen hat.
- Wenn Du Deine **Medikamente/Do-sierung** nicht auswendig kannst, dann bereite eine separate Liste vor mit den Medikamenten.
  - Diese bringst Du dann mit in die Sprechstunde.
- Hab **keine Angst zu fragen**, wenn Du etwas nicht verstanden hast.  
Z.B.
  - «Könnten Sie das bitte nochmals wiederholen?»
  - «Ich verstehe das nicht.»
  - «Kann ich kurz checken, ob ich alles verstanden habe?»
- Versuch Dich während der Sprechstunde zu vergewissern, ob all die **Fragen auf Deiner Liste** beantwortet werden konnten.
- Weiss ich über allfällige **Laborresultate** Bescheid?
- Bekommt mein **Hausarzt** einen Brief? Wer braucht sonst noch eine Kopie des Briefes?
- Ist Dir klar, was die **nächsten Schritte/Therapien** sind?
- Ist Dir klar, wann der **nächste Termin** ist? Hast Du ihn irgendwo festgehalten?
- Weißt Du, **wo Du Dich melden kannst**, falls Du Fragen oder Beschwerden hast?