

Herausgegeben von

MOSAİK Gesundheit

www.mosaikgesundheit.de



LESBISCH*
IN NIEDERSACHSEN

www.lesbisch-in-niedersachsen.de

Queeres Netzwerk Niedersachsen e.V.
Volgersweg 58 | 30175 Hannover

In fachlicher Kooperation mit:



FMGZ
FRAUEN- UND MÄDCHEN
GESUNDHEITZENTRUM
REGION HANNOVER E. V.

Texte Melissa Depping, Edith Ahmann
Illustrationen Konfettikrake
Layout GELBE GARAGE Werbeagentur

Nach der Behandlung

Nimm dir nach deinem Termin Zeit, um über das Gespräch nachzudenken. Wenn du dir mit der vorgeschlagenen Behandlung nicht zu 100% sicher bist, hör auf dein Bauchgefühl und hole am besten eine Zweitmeinung ein. Es kann auch hilfreich sein, sich mit einer vertrauten Person oder anderen Betroffenen auszutauschen. Dazu kannst du Selbsthilfegruppen, Beratungen oder ein Frauengesundheitszentrum kontaktieren. Aber auch Heilpraktiker*innen können eine Anlaufstelle für dich sein, wenn du über eine alternative Therapie nachdenkst.

Am Ende entscheidest immer noch du, von wem du dich wie behandeln lässt.

Good to know

- Überleg dir vor deinem Besuch, welche Haltung du dir von dem medizinischen Personal zu deiner sexuellen Orientierung und/oder deiner geschlechtlichen Identität wünschst.
- Sind Informationen rund um deine sexuelle Orientierung und/oder deiner geschlechtlichen Identität wichtig für eine adäquate Behandlung?
- Ein Outing ist nicht immer zwingend notwendig. Es kann aber ein befreiendes Gefühl für dich sein.
- Du kannst den Praxisbesuch jederzeit abbrechen, wenn du dich unwohl fühlst.
- Auch hast du die Freiheit in Zukunft eine andere Praxis aufzusuchen.

Queer in die Praxis

Dein Manual rund um
den Praxisbesuch



Für lesbische*,
bisexuelle, pansexuelle
und queere Personen



LESBISCH*
IN NIEDERSACHSEN

Queer in die Praxis

Viele nicht heteronormativ frauen*liebende cis Frauen, trans* Frauen, inter*, nicht-binäre und abinäre Personen scheuen den Ärzt*innen Besuch. Aus Angst vor und/ oder Erfahrungen mit Diskriminierung oder Ablehnung verzichten sie auf medizinische Untersuchungen.

Dieses Manual soll dich dabei bestärken, eine gute individuelle und respektvolle Behandlung zu erhalten. Egal ob in deiner hausärztlichen, gynäkologischen, endokrinologischen oder jeder anderen Praxis. Denn du hast ein Recht auf eine ausführliche und verständliche Beratung vor, während und nach einer Behandlung. Ganz gleich ob es sich um eine Routineuntersuchung oder eine Behandlung einer schwerwiegenden Diagnose handelt.

Du bist auf der Suche nach neuen Ärzt*innen, aber unsicher zu wem du gehen sollst? Greife auf Empfehlungen von Freund*innen zurück oder wende dich an Beratungsstellen. Auch Frauengesundheitszentren können dir behilflich sein.

Folgende Fragen können dir dabei helfen, die richtige Praxis für dich zu finden:

1. Kann ich die Praxis gut erreichen?
2. Wie wurde die Praxis bewertet?
3. Wirbt die Praxis damit, queerfreundlich zu sein?
4. Werde ich in der Praxis freundlich und respektvoll behandelt?
5. Wird mein Anliegen ernst genommen?
6. Werden meine Wünsche in alle Entscheidungen mit einbezogen?
7. Kooperiert die Praxis mit meinen anderen Ärzt*innen?

Vor der Behandlung

Stelle eine Liste mit wichtigen Informationen rund um deine Gesundheit zusammen.

Denke dabei an:

- Vorerkrankungen,
- Allergien und Unverträglichkeiten,
- Erkrankungen in der Familie,
- Medikamente (Sprays, Tabletten, Salben...),
- Nahrungsergänzungsmittel/ pflanzliche Präparate die du einnimmst oder
- derzeitige Behandlungen (z.B. Physiotherapie).

Wenn du bereits Befunde aus einer alten Praxis hast, nimm` diese mit weiteren medizinrelevanten Unterlagen (wie z.B. Allergiepass oder Medikationsplan) mit. Schreibe dir auch am besten schon Fragen Zuhause auf, damit du sie im Gespräch nicht vergisst.

Während der Behandlung

Berichte in dem Gespräch von deinen aktuellen Beschwerden. Erzähle deiner behandelnden Person auch wenn dich etwas im Zusammenhang mit deiner Erkrankung bedrückt, besorgt oder verunsichert. Ihr entscheidet gemeinsam über die weitere Behandlung.

An folgenden Fragen kannst du dich orientieren:

1. Wie lauten die Erkrankung und das Behandlungsziel?
2. Welche Vorteile hat die vorgeschlagene Behandlung?
3. Welche Nebenwirkungen kann es geben?
4. Welche Alternativen gibt es?

Frag sofort nach, wenn du etwas nicht richtig verstanden hast. Denn du hast ein Recht darauf, dass dir alles genau erklärt wird.