

Die Medizinische Qualitätsgemeinschaft Rendsburg eG (MQR) ist ein freiwilliger Zusammenschluss von Ärztinnen und Ärzten verschiedener Fachrichtungen aus Rendsburg und Umgebung. Seit 1996 engagieren sich die Mitglieder und ihre Praxisteams in ihrer Freizeit in Projekten zur Verbesserung der medizinischen Versorgung. Die MQR veranstaltet z.B. Patientenschulungen und Informationsveranstaltungen.

Mit dem Projekt „Pillen-Selfie“ möchten wir die Sicherheit der Medikamentenversorgung unserer Patienten erhöhen. Für Ihre Ärztin/Ihren Arzt ist das Wissen über die eingenommenen Medikamente wichtig für Ihre Behandlung. Das „Pillen-Selfie“ ist eine einfache Methode, diese Information immer dabei zu haben.

Comic

Leon Wollenweber, Studiengang Medieninformatik, Hochschule Flensburg

Übersetzungen

Wir danken Frank Clark für die englische Übersetzung. Die Übersetzungen in Arabisch, Dari, Somali und Türkisch wurden mit Hilfe junger Geflüchteter erstellt. Wir danken: Samet Yüce, Atiq Azizi, Osman Roble, Fatima Matar.

Realisation

Das Projekt „Pillen-Selfie“ wurde ermöglicht durch Mittel zur Förderung der Ärztenetze der Kassenärztlichen Vereinigung Schleswig-Holstein.

Information required by your doctor

What medication are you taking (either prescribed by your doctor or bought by yourself)?

Why is this information important?

- ✔ Your doctor would like your treatment to be safe.
- ✔ Your doctor would like to prescribe the correct medication for you to avoid any side effects.

1. Do you know which medications you are taking?

If you are ill and you go to see a doctor, the doctor will want to know: Which medications are you taking? Have you a proper treatment plan in place? The doctor would like to deal with you well and in a safe manner but sometimes his questions may be difficult to answer. Sometimes medicines have difficult names and they are easy to forget or get confused.

2. Take pictures of your medicines and save them on your smartphone.

Use your smartphone to take photos of the medication packaging. Both those prescribed by your doctor and those you have bought for your own use. If you have a treatment plan (this is a list of your medications), take a photo of that too. Save all details of pills in their own file on your smartphone.

3. At the Doctor's appointment, simply show the photos from your smartphone.

When you go to see your doctor, he will ask about your medications. Simply show him the pictures you have taken of your pills and all other medications. Then the doctor will be aware of all your medications and the treatment plan that is in place. Then the doctor will more easily deal with you, well and safely.

M·Q·R

MEDIZINISCHE
• QUALITÄTS •
GEMEINSCHAFT
RENSBURG eG

MQR eG

Geschäftsstelle
Lilienstrasse 20
24768 Rendsburg

Tel: 04331 – 200 1812

Fax: 04331 / 230 49

E-Mail: info@mqr.de

www.mqr.de

www.mqr.de/pillen-selfie

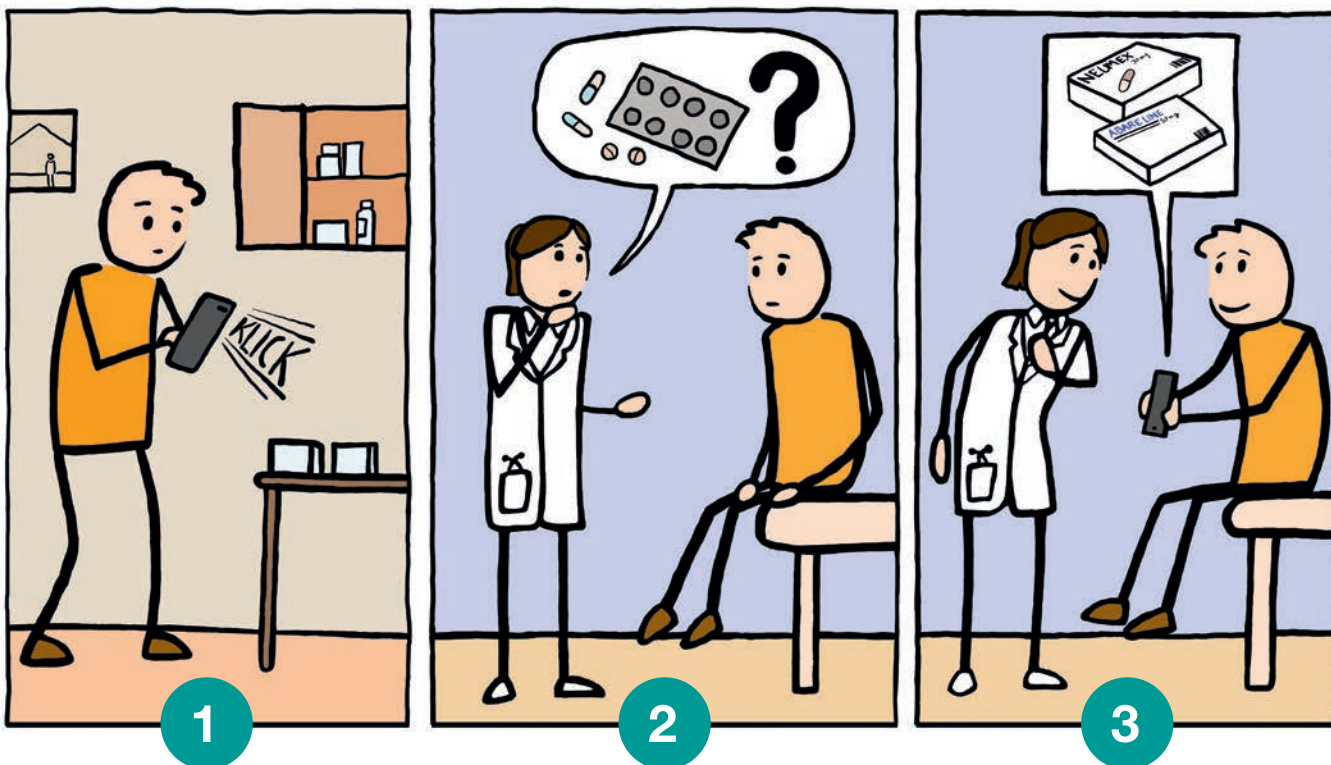


PILLEN SELFIE



Arztbesuch?
Fotografiere deine
Medikamente!

M·Q·R
MEDIZINISCHE
• QUALITÄTS •
GEMEINSCHAFT
RENSBURG eG



Deutsch

Diese Information braucht Ihr Arzt:

Welche Medikamente nehmen Sie ein? (Entweder vom Arzt verschrieben oder selbst gekauft.)

Warum sind diese Informationen wichtig?

- ✔ Ihr Arzt möchte Ihre Behandlung sicher machen.
- ✔ Ihr Arzt möchte die richtigen Medikamente für Sie auswählen und Nebenwirkungen vermeiden.

1: Wissen Sie genau, welche Medikamente Sie einnehmen?

Sie sind krank und gehen in die Arztpraxis. Ihr Arzt will wissen: Welche Medikamente nehmen Sie? Haben Sie einen Medika-tionsplan? Er möchte Sie gut und sicher behandeln. Aber manchmal sind seine Fragen schwer zu beantworten. Denn Medikamente haben oft schwierige Namen. Man kann sie leicht vergessen oder verwechseln.

2: Medikamente fotografieren und im Smartphone speichern!

Nehmen Sie Ihr Smartphone und machen Sie Fotos von den Packungen Ihrer Medikamente – den von einem Arzt ver-schriebenen und den selbst gekauften. Haben Sie einen Me-dikationsplan? Das ist eine Liste Ihrer Medikamente. Machen Sie auch ein Foto vom Medikationsplan. Speichern Sie alle „Pillen-Selfies“ auf Ihrem Smartphone.

3: Beim Arztbesuch einfach die Fotos aus dem Smartphone vorzeigen!

Beim Arztbesuch fragt Sie Ihr Arzt nach Ihren Medikamenten. Zeigen Sie ihm einfach die Pillen-Selfies in Ihrem Smartphone! Dann weiß Ihr Arzt genau Bescheid über Ihre Medikamente oder Ihren Medikationsplan. Nun kann er Sie leichter gut und sicher behandeln.

العربية Arabisch

Deutsch

- ما الأدوية التي تتناولها؟

(تلك الموصوفة من قِبل الطبيب وكذلك تلك التي اشتريتها بدون وصفة طبية.).

لماذا تُعتبر هذه المعلومات مهمة؟

- ✔ يرغب طبيبك بأن تكون معالجتك الطبية آمنة.
- ✔ كما يريد وصف الدواء المناسب لك، وتجنُّب الآثار الجانبية المحتملة.

١- هل تعلم بالضبط ما الأدوية التي تتناولها؟

أنت مريض، وتزور عيادةً طبيَّةً. طبيبك يريد أن يعرف الأدوية التي تتناولها عادةً، وإذا ما كانت لديك خطةٌ لتناول الأدوية.

فهو يريد معالجتك بطريقة جيدة وآمنة.

والإجابة عن أسئلته تكون في أغلب الأحيان صعبة، لأن العقاقير الطبية والأدوية تمتلك غالباً أسماء صعبة الحفظ يسهُل نسيانها أو عدم التمييز بينها.

٢- تصوير الأدوية وحفظها في هاتفك الذكي!

ألديك خطة أدوية؟ بخطة نعني قائمة بأسماء الأدوية التي تتناولها. التقط صوراً لقائمة الأدوية تلك. ضع جميع صور الأدوية في ملفٍ خاص في هاتفك الجوال.

٣- عرض صور للأدوية الموجودة على هاتفك الذكي عند زيارة الطبيب!

عند زيارتك للطبيب، سيقوم بسؤالك عن الأدوية التي تتناولها.

قم فقط بعرض صور الأدوية الموجودة على هاتفك له.

وهكذا يتمكن طبيبك من أن يكون على علمٍ مسبقٍ بالأدوية أو خطة الأدوية الخاصة بك.

الآن سيتمكن طبيبك من معالجتك بطريقة أسهل وأكثر أماناً.

Af-ka Soomaali-ga Somali

Deutsch

Dhakhtarkaagu wuxuu u baahanyahay macluumaadkan hoos ku xusan:

dawo caynkee ah ayaad qaadataa ama isticmaashaa? (mid aw dhakhtar kuu qoray ama mid aad adigu iibsatay)

Maxay tahay sababta aw macluumaadkani muhiim u yahay?

- ✔ Wuxuu doonayaa dhakhtarkaagu inuu si fiican kuu da-weeyo.
- ✔ Wuxuu doonayaa dhakhtarkaagu inuu dawada kugu haboon kuu dooro iyo inuu ka hor tago dhibaatooyinka ay dawadu keeni karto.

1: Si fiican ma u garanaysaa dawada aad qaadato ama aad isticmaasho

Waad xanuunsatay kadibna waxaad tagtay dhakhtarka. Dhakhtarkaagu wuxuu doonayaa inuu ogaado: dawo cayn-kee ah ayaad qaadata? Ma leedahay jadwal ama nidaam aad dawada ku qaadato? Dhakhtarkaagu wuxuu doonayaa inuu si fiican kuu daweeyo laakiin mar-marka qaarkood way adagtahay in laga jawaabo su,aalihiisa. Dawooyinku bada-naa waxay leeyihiin magacaan adag kuwaas oo ay sahlanta-hay in la isku qaldo magacdooda.

2: Sawir ka qaado dawooyinka kadibna ku xafido telefoonkaaga!

Dawada aw dhakhtarku kuu soo qoray ama ta aad adigu-ba soo iibsatay kartoankeeda sawir ka qaado. Ma leedahay jadwal ama nidaam aad dawada u qaadato? Macnaha liis ay dawooyinkaagu ku qoranyihiin. Jadwalkaas ama liiskaasna sawiro. Dhamaan xafido, waxaad ku xafidataa telefoonkaaga adoo u bixinaya khaanada aad ku xafiday „sawiradii kiniinka,,

3: Markaad dhakhtarka joogto kaliya sawirada uun tus dhakhtarkaaga.

Markaad dhakhtarka tagto, marka aw dhakhtarkaagu ku waydiiyo dawooyinka aad qaadato, kaliya waxaad tustaa uun sawiradii aad ku xafidatay telefoonkaaga gaar ahaan khaanada „Sawirada kiniinka,, Kadibna si fudud ayuu ku garan karaa dawooyinkaaga ama jadwalka dawooyinkaaga. Kadibna si sahlan oo wanaagsan ayuu kuu dawayni.

Türkçe Türkisch

Deutsch

Bu bilgiler doktorunuz için geçerlidir:

Hangi ilaçları kullanıyorsunuz? - Doktorunuzun size tavsiye ettiği ya da kendi aldığınız ilaçlar dahil olmak üzere-

Bu bilgiler sizin için neden büyük önem taşımaktadır?

- ✔ Doktorunuz tedavi olduğunuzdan emin olmak istiyor,
- ✔ Doktorunuz sizin için en doğru ilacı seçmek ve olabil-diğince yan etkilerini önlemek istemektedir.

1: Hangi ilaçları kullandığınızı tam anlamıyla biliyor musunuz?

Hasta oldunuz ve doktorunuza gittiniz. Doktorunuz kesin olarak hangi ilaçları kullandığınızı bilmek istiyor: Kullandığı-nız ilaçların bir listesi var mı? Doktorunuz sizi en iyi şekilde tedavi etmek istemektedir. Ancak bazen doktorunuzun so-rularına cevap vermek zor olabilir. Çoğu ilaçların isimlerini akılda tutmak hayli güç ve bu nedenle ilaçların isimleri unu-tulmakta ve karıştırılmaktadır.

2: İlaçların fotoğrafını çekiniz ve cep telefonunuza kaydetiniz:

Önce ilaç kutuların fotoğrafını çekiniz – doktorunuzun size tavsiye ettiği ya da kendi kullandığınız- Almakta olduğunuz ilaçların isimlerinin ve nasıl kullanıldığının yer aldığı bir liste elinizde var mı? Bu listenin fotoğrafını cep telefonunuzla çekiniz. Telefonunuzda ayrı bir sayfa oluşturarak buraya ‘ilaçların selfisi’ adı altında yeni bir dosya açabilirsiniz.

3: Doktorunuza gittiğinizde cep telefonunuzda kaydettiğiniz ilaç fotoğraflarını kendisine gösterebilirsiniz

Doktorunuza gittiğinizde size kullandığınız ilaçları tekrar sorabilir. Siz de cep telefonunuzdan daha önce ‘ilaçların selfisi’ adı ile oluşturduğunuz dosyadaki fotoğrafları gös-terebilirsiniz. Bu şekilde doktorunuz hangi ilaçları kullandı-ğınız ve ilaç listesi konusunda daha iyi fikir sahibi olabile-cek. Bu şekilde doktorunuzun sizi daha kolay ve emin bir biçimde tedavi etmesini kolaylaştırmış olursunuz.

من Dari

Deutsch

این معلومات را داکتر شما ضرورت دارد!

-کدام ادویه ها را شما استفاده میکنید ؟ (از طرف داکتر نوشته شده یا خودي شما خريداري کردید)

• چرا این معلومات ضروري است ؟

- ✔ داکتر میخواهد درست تداوي شما را کند.
- ✔ داکتر شما میخواهد ادويه درست را به شما بدهد و از عوامل جانبي جلوگیری کند.

١. ایا دقیق میفهمید،که کدام ادويه را استفاده میکنید؟

شما مريض هستيد، و به داکتر مراجعه میکنيد داکتر شما میخواهد بفهمد :کدام ادويه ها را استفاده میکنيد؟ ایا نسخه براي ادويه دارید ؟ داکتر شما میخواهد دقیق عمل کند و بعضي وقت اسم ادويه جات مشکل میباشد و فراموش شما میشود و یا با ادويه دیگر تبدیل میشود.

٢. عکس ادويه را بگيريد و در مبايل همراه ذخيره کنيد!

با مبايل همراه تان عکس پوش ادويه که از داکتر گرفتيد و یا خود تان خريديد بگيريد.

و یا اگر نسخه داريد عکس نسخه را هم بگيريد

و همه اينها را در يك فايل در مبايل همراه تان به اسم ادويه ها ذخيره کنيد!!

٣. در ملاقات با داکتر عکس هاي که گرفتيد به داکتر نشان بدهيد!

و یا اگر کدام داکتر ديگر از ادويه جات که استفاده میکنيد پرسيد نشان بدهيد!

به این طريق داکتر شما میفهمد کدام ادويه جات را استفاده میکنيد و چي نسخهء داريد!!!

حالا داکتر شما ميتواند شما را اسانتر بهتر معالجه کند.