

Der Umgang mit der eigenen Gesundheit und Gesundheitsvorsorge

Unterrichtsbeispiel für die Basisbildung
Fachbereich „Sprache Deutsch“, „Mathematik“



IMPRESSUM

„Der Umgang mit der eigenen Gesundheit und Gesundheitsvorsorge“

Unterrichtsbeispiel

Fachbereich Sprache Deutsch, Mathematik
Themenbereich Gesundheit und Soziales

Autorin: Mag.^a Maria Preisinger
(Trainerin, Grundbildungszentrum der VHS Linz)

Linz, August 2014

Diese Publikation entstand im Rahmen des Projektnetzwerks In.Bewegung IV, Netzwerk Basisbildung und Alphabetisierung in Österreich und steht auf www.basisbildung-alphabetisierung.at zum Download zur Verfügung.

Gefördert aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds und aus Mitteln des Bundesministeriums für Bildung und Frauen



1. Zielgruppe

Die Beispielentwicklung richtet sich an Lernende in der Basisbildung, die sich gut auf Deutsch verständigen können. Die Gruppe besteht aus maximal zehn Personen.

2. Thema

In einer Stellungnahme zur Gesundheitskompetenz der ÖsterreicherInnen des Öffentlichen Gesundheitsportals Österreichs (www.gesundheit.gv.at) aus dem Jahr 2012 wird beschrieben, dass sich knapp ein Viertel der Österreicherinnen und Österreicher schwer tut, einem Gespräch mit ihrer Ärztin oder ihrem Arzt zu folgen oder Informationen über empfohlene Impfungen und Vorsorgeuntersuchungen zu finden.

Die umfassende Aufarbeitung des Themas „Gesundheit“ ist somit auch gerade in der Basisbildung von großer Bedeutung, denn es gibt einen systemischen Zusammenhang zwischen Gesundheit und Bildung. Je geringer das Bildungsniveau ist – und damit einhergehend auch in vielen Fällen die soziale Schicht – desto schlechter ist es auch oft um die Gesundheit der Menschen bestellt. Gesundheitsfördernde Maßnahmen erreichen gerade Menschen mit geringer Basisbildung nicht.

Deshalb gilt es, die Gesundheitskompetenz bei den Lernenden in Basisbildungskursen zu verbessern. Ein vom Bundesministerium für Gesundheit beauftragter und im Jahr 2012 veröffentlichter wissenschaftlicher Ergebnisbericht zur Health Literacy definiert *Gesundheitskompetenz* oder *Health Literacy* als „die Fähigkeit, Entscheidungen im Alltag zu treffen, die der Gesundheit förderlich sind bzw. zu mehr Gesundheit beitragen“ (Fousek/Domittner/Novak, 2012, S. VII).

Durch die Verbesserung ihrer Gesundheitskompetenz sollen die Lernenden in der Basisbildung Fähigkeiten erhalten oder diese verbessern, zu medizinisch relevanten Informationen zu gelangen, diese zu verstehen und die richtigen Entscheidungen daraus abzuleiten.

Die vorliegende Beispielentwicklung ist ein Einblick in das Thema „Gesundheit“. Die Lernenden sollen Informationen zu wichtigen medizinischen Themen (Verhalten im Krankenstand, Vorsorgeuntersuchung, ...) erhalten. Darüber hinaus wird immer wieder die Reflexion über den Umgang mit der eigenen Gesundheit angeregt.

Das Thema bietet zahlreiche Anknüpfungspunkte zu verwandten Themen wie zum Beispiel psychische Gesundheit, Ernährung, Sport und Freizeitbeschäftigung, aber auch zu Bereichen wie Beruf und Arbeit oder Arbeitsrecht.

3. Notwendige Voraussetzungen/Vorkenntnisse

- Die Lernenden können einfache Texte lesen und verstehen. Die Texte und Arbeitsblätter werden teilweise binnendifferenziert in unterschiedlichen Schwierigkeitsstufen angeboten, um die Alltagsrealität der heterogenen Zielgruppen in Basisbildungskursen widerzuspiegeln.
- Grundkompetenzen im Umgang mit dem Computer und dem Internet wären für individuelle weiterführende Recherchearbeit und Informationsbeschaffung günstig, sind aber nicht Voraussetzung.

4. Überblick

Nr.	Sequenz/ Bezeichnung	Szenarien/Inhalt	Methoden/ Sozialformen	Dauer in Min.	Seite	
					Methodik	Handouts
1.	Meine Gesundheit	1.1: Was wir für unsere Gesundheit tun <ul style="list-style-type: none"> • Reflexion über die eigene Gesundheit und Lebensgewohnheiten • Die Österreicher und ihre Gesundheit Arbeiten mit Prozentzahlen und Diagrammen • Was hält mich gesund? 	Input TrainerInnen Reflexion und Diskussion Input TrainerInnen Gruppenarbeit PartnerInnenarbeit Schriftliche Einzelarbeit	180	7	16
		1.2: Die Vorsorgeuntersuchung in Österreich <ul style="list-style-type: none"> • Informationen zur Vorsorgeuntersuchung • Ausfüllen von Formularen • Großschreibung von Nomen 	Input: kurzer Text Anamnesebogen Diskussion und Erfahrungsaustausch Input TrainerInnen PartnerInnenarbeit Schriftliche Einzelarbeit	180	9	23
		1.3: Im Krankenstand <ul style="list-style-type: none"> • Was muss im Krankenstand von Arbeitnehmern berücksichtigt werden? • Hörverständnis 	Input: Kurzfilm der Arbeiterkammer Informationsmaterial der Arbeiterkammer (Verweis auf Homepage); Internetrecherche Kurzfilm als Hörtext	180	10	30

		<ul style="list-style-type: none"> • Satzbau • Krankenstandsstatistik Interpretieren von Diagrammen 	<p>Schriftliche Einzelarbeit</p> <p>Schriftliche Einzelarbeit Diskussion</p>			
2	Beim Arzt und in der Apotheke	<p>2.1: Gesundheitsberufe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wer hilft mir bei meinen Beschwerden? • Ärztliche Tätigkeiten Verben und Nomen 	<p>Input TrainerInnen Mindmap Gruppenarbeit mit Präsentation</p> <p>Schriftliche Einzelarbeit</p>	120	12	37
		<p>2.2: In der Apotheke</p> <ul style="list-style-type: none"> • Der Umgang mit Medikamenten • Dialog in der Apotheke • Verben und Zeiten Konjugation in Präsens und Perfekt • Informationen aus Beipacktext 	<p>Input TrainerInnen Reflexion und Erfahrungsaustausch</p> <p>Einzel- und PartnerInnenarbeit Vorspielen eines Dialoges</p> <p>Schriftliche Einzelarbeit</p> <p>Input TrainerInnen Mindmap – Gruppenarbeit PartnerInnenarbeit</p>	180	13	43

5. Deskriptoren

Sprache

	Sequenz	Szenario
Texte verstehen und geschichtliche und gesellschaftliche Zusammenhänge herstellen		
1. Texte formal und inhaltlich erschließen	1 2	1.1 1.2 1.3 2.2
2. aus Texten Fragen ableiten	1 2	1.1 1.3 2.2
3. Textsorten und ihre Funktionen unterscheiden	1 2	1.1 1.2 1.3 2.2
4. Varietäten von Sprache und Texten erkennen und einordnen	2	2.1
5. Texte reflexiv und kritisch erfassen	1	1.1 1.3
6. unterschiedliche Medien als Informationsquelle kritisch nutzen	1 2	1.2 1.3 2.2
Schreiben und Standpunkte darlegen		
7. Texte mit unterschiedlichen Schreibabsichten verfassen	1 2	1.1 2.1
8. schriftlich Position beziehen	1	1.1 1.3
9. Informationen bearbeiten und schriftlich mitteilen	1	1.1 1.2 1.3
10. mit genormten Textvorlagen arbeiten	1 2	1.1 1.2 1.3 2.2
11. Grundregeln der Rechtschreibung sowie die Grundgrammatik richtig anwenden	1 2	1.1 1.2 1.3 2.1 2.2
Partizipieren und mündlich kommunizieren		
12. aktiv zuhören und sich konstruktiv an einem Gespräch beteiligen	1 2	1.2 1.3 2.2

13. Informationen mündlich einholen und weitergeben	1 2	1.1 1.3 2.1 2.2
14. Sprache anlassgemäß, partnerInnengerecht und sozial verantwortlich gebrauchen	1 2	1.1 1.2 1.3 2.1 2.2
15. formales und kreatives Gestaltungspotential von Sprache nutzen und Inhalte präsentieren	1 2	1.3 2.1 2.2
16. grundlegenden Wortschatz und Grundgrammatik richtig verwenden	1 2	1.1 1.2 1.3 2.1
17. Anliegen vorbringen, Meinungen vertreten und Position beziehen	1 2	1.2 1.3 2.2
18. Sprache zur Gestaltung und Reflexion der politischen und gesellschaftlichen Wirklichkeit nützen	1	1.2 1.3

Mathematik

	Sequenz	Szenario
Darstellen und Modellbilden		
1. lösungsorientiert mit Zahlen umgehen	1	1.1 1.3
2. statistische Daten grafisch erfassen sowie damit richtig umgehen	1	1.1 1.3
Dokumentieren und Interpretieren		
3. mathematische Darstellungen in einem spezifischen Kontext interpretieren	1	1.1 1.3
Argumentieren und Begründen		
4. Verständnis von grundlegenden mathematischen Fachbegriffen	1	1.1 1.3
5. Hilfe der Mathematik Alltagssituationen und gesellschaftspolitischen Vorgängen beurteilen	1	1.1 1.3

6. Sequenzen: Möglichkeiten der Umsetzung

Sequenz 1: Meine Gesundheit

Ziele:

- Reflektieren über die eigene Gesundheit
- Informationen aus einem Text herausfiltern und weiterverwenden
- Arbeiten mit Prozentzahlen und Größen
- Verstehen und Interpretieren von Säulendiagrammen
- Informationen zur Vorsorgeuntersuchung in Österreich
- Ausfüllen von Formularen
- Regeln zur Groß-Schreibung und Festigung von Groß- und Kleinschreibung
- Informationen über gesetzliche Regelungen im Krankenstand
- Arbeiten mit Hörtexten
- Anregung zum freien Schreiben

Methode:

- Input durch die TrainerInnen
- Reflexion
- Diskussion und Erfahrungsaustausch
- Schriftliche Einzelarbeit
- PartnerInnenarbeit, Gruppenarbeit
- (Internetrecherche)
- Kurzfilm
- Hörtext

Dauer:

ca. 540 Minuten

Benötigte Hilfsmittel:

- Flipchart, Textmarker
- Kärtchen, Pinnadeln
- Computer mit Internetanschluss
- Farbdrucker
- Beamer

Szenario 1.1 Was wir für unsere Gesundheit tun

Zu Kursbeginn steht die Frage „Wie geht es mir heute?“ auf einem Flipchart. Die Lernenden reflektieren über ihr eigenes Befinden und ihre Gesundheit im Allgemeinen. Eine kurze „Befindlichkeitsrunde“ im Plenum kann folgen.

Die Lernenden sollen dann auf einer Skala ihre eigene Einschätzung über ihren Gesundheitsstand eintragen.

Im Anschluss kreuzen die Lernenden an, ob verschiedene Aussagen zu ihrer Gesundheit bzw. zu ihrem Verhalten stimmen oder nicht (**Handout 1**). Nach der Beantwortung der Fragen soll noch einmal überlegt werden, ob die ursprüngliche Selbsteinschätzung zu ihrer Gesundheit stimmt.

Hinweis: Das Thema „eigene Gesundheit“ ist sensibel. Diese Übung soll vor allem der eigenen Reflexion dienen und muss nicht im Plenum besprochen werden, außer es wird von der gesamten Gruppe gewünscht.

Die TrainerInnen regen eine Diskussion zum Gesundheitsverhalten an.

Frage:

- Was machen Sie für Ihre Gesundheit?“

Genannte Begriffe werden von den TrainerInnen auf einem Flipchart festgehalten. Die Lernenden erhalten Kärtchen und notieren ihre Antworten darauf. Die TrainerInnen führen die Ergebnisse zusammen: Ähnliche Antworten werden am Flipchart untereinander befestigt. Eine Reihung nach Häufigkeit der Nennung der einzelnen Begriffe wird vorgenommen. So entsteht auf dem Flipchart schon eine Vorform eines Säulendiagramms, über das in weiterer Folge gesprochen werden wird. Das Ergebnis dieser Umfrage (zum Beispiel: 5 von 10 Lernenden essen oft Obst und Gemüse) soll auf das Arbeiten mit Prozentzahlen im Handout 2 hinführen.

Die Lernenden lesen einen kurzen Text zum Thema „Die ÖsterreicherInnen und ihre Gesundheit“ (**Handout 2**) und unterstreichen die Informationen, was den Menschen in Österreich in Bezug auf ihre Gesundheit wichtig ist. Der Text wird auch in einer sehr vereinfachten Version (**Handout 2a**) angeboten.

Die im Text enthaltenen Informationen sind auch als Säulendiagramm dargestellt. Die Lernenden sollen in PartnerInnenarbeit auf Basis des Diagramms die richtigen Prozentzahlen zuordnen. In der vereinfachten Version soll die Legende des Diagramms richtig beschriftet werden.

Als Vorarbeit dafür sollen von den TrainerInnen zuerst der Aufbau des Diagramms und wichtige Begriffe dazu (Säule, Skala, Hilfslinie, Legende etc.) erklärt werden. Die TrainerInnen können auch einen Überblick über die häufigsten anderen Diagrammtypen (zum Beispiel Balken- und Tortendiagramm) geben, indem sie diese kurz schematisch aufzeichnen.

Ziel bei der Arbeit mit Prozentzahlen ist es sicherzustellen, dass die Lernenden ein Verständnis dafür entwickeln und sie in Relation setzen können (zum Beispiel **27%** der Menschen **entsprechen ungefähr einem Viertel** der Menschen). Die Lernenden versuchen anhand der eingangs am Flipchart sortierten Kärtchen selbst ein Säulendiagramm zu erstellen (**Handout 2b**). Je nach Gruppengröße kann diese Übung in zwei Gruppen oder in PartnerInnenarbeit durchgeführt werden. Bei der Ermittlung der jeweiligen Prozentzahlen müssen die TrainerInnen eventuell unterstützen:

5 von 10 Personen in der Gruppe essen Obst und Gemüse. Das entspricht **50%** der Gruppe.

Nach Erstellung der Diagramme werden die Resultate verglichen. Eine Person aus der Gruppe präsentiert die Ergebnisse.

Im Anschluss werden Begriffe gelesen und zugeordnet: Was macht krank? Was hält gesund? (**Handout 3**). Die Lernenden sollen in einem weiteren Schritt entscheiden, was für sie zutrifft und dann einige Sätze unter Verwendung der angeführten Begriffe schreiben.

Fragen:

- **Was machen Sie**, um gesund zu bleiben?
- **Was sollten Sie machen**, um sich gesund zu halten?

Aufgrund der Analyse des Geschriebenen können die TrainerInnen in weiterer Folge den einzelnen Lernenden gezielte Übungen zu Rechtschreibung, Grammatik oder Satzbau anbieten.

Szenario 1.2 Die Vorsorgeuntersuchung

Die Vorsorgeuntersuchung ist ein wichtiges Instrument zur Früherkennung von häufig auftretenden Krankheiten. Es ist besonders wichtig, auch die Lernenden in der Basisbildung dafür zu sensibilisieren und eventuell dazu zu motivieren, an Vorsorgeuntersuchungen teilzunehmen. Wichtige Informationen dazu sollen sie in diesem Szenario erhalten.

Input ist ein Text zur Vorsorgeuntersuchung (**Handout 4**). Der Text wird zuerst von den Lernenden leise gelesen. Der Text enthält einige schwierige zusammengesetzte Wörter. Für einige Lernende kann es notwendig sein, diese Wörter mit Silbenbögen zu versehen oder als Vorübung Worttreppen anzubieten (**Handout 4a**).

Zur Überprüfung des Textverständnisses beantworten die Lernenden im Anschluss Fragen (richtig/falsch) zum Text in Einzelarbeit (**Handout 4b**). Die Ergebnisse werden im Plenum verglichen.

Im nächsten Schritt wird von den TrainerInnen ein Meinungs austausch zur Vorsorgeuntersuchung angeregt.

Fragen:

- Was sind die Vorteile der Vorsorgeuntersuchung?
- Was schätzen Sie: Gehen mehr Männer oder mehr Frauen zur Vorsorgeuntersuchung?
- Warum gehen Frauen öfter zur Vorsorgeuntersuchung als Männer?
- Gehen Sie auch zur Vorsorgeuntersuchung?
- Wenn nein, warum nicht?

Im Rahmen einer Vorsorgeuntersuchung müssen eine Reihe von Formularen ausgefüllt werden. Die TrainerInnen geben einen Überblick über die verschiedenen Formulare, die ausgefüllt werden müssen.

Formulare:

<http://www.sozialversicherung.at/portal27/portal/esvportal/content/contentWindow?action=2&viewmode=content&contentid=10007.684153>

Sie erklären, dass es bei den Fragebögen darum geht, eventuelle Vorerkrankungen zu nennen und eventuell gesundheitsschädliches Verhalten (zum Beispiel Alkoholkonsum) aufzuzeigen. Somit erhält der Arzt / die Ärztin schon im Vorfeld der Untersuchung wichtige Informationen.

Als Beispiel zeigen die TrainerInnen das Anamneseblatt (Erhebung der Krankengeschichte) der Sozialversicherung (eventuell mit Beamer). Die einzelnen Rubriken des Formulars werden besprochen.

In einem weiteren Schritt lesen die Lernenden einen Text über einen Patienten, der zur Vorsorgeuntersuchung geht. Anhand der im Text angeführten Informationen füllen sie die erste Seite des Anamnesebogens aus. Diese Übung kann in PartnerInnenarbeit durchgeführt werden (**Handout 5**).

Die wichtigsten Regeln zur Groß- und Kleinschreibung werden präsentiert. Die Lernenden korrigieren einen Text, der nur in Kleinbuchstaben geschrieben ist (**Handout 6**). Optional können sie ihn auch richtig abschreiben.

In **Handout 6a** geht es um das Thema der substantivierten Verben und Adjektive.

Szenario 1.3 Im Krankenstand

Die Lernenden sollen Informationen zu ihren Rechten und Pflichten im Falle eines Krankenstandes erhalten.

Als Input dient ein Kurzfilm der Arbeiterkammer: „Robert im Krankenstand“, in dem kurz zusammengefasst wird, was ein Arbeitnehmer oder eine Arbeitnehmerin im Krankheitsfall beachten muss.

<http://www.youtube.com/watch?v=M4-nedT-kIU>

Nach dem Ansehen des Kurzfilms werden unter Moderation der TrainerInnen die wichtigsten Aussagen herausgefiltert und auf einem Flipchart festgehalten. Einem Austausch der Lernenden über etwaige Erfahrungen in diesem Zusammenhang kann hier Raum gegeben werden.

Der Text des Films wird im Anschluss als Hörtext weiterverwendet. Die Lernenden erhalten die Transkription des Filmtextes zum Lesen (**Handout 7**).

Nach dem ersten stillen Lesen sollen sie versuchen, den Text während des Hörens mitzulesen. In einem weiteren Schritt sollen sie einen Lückentext (**Handout 7a**) ausfüllen. Diese Übung kann auch während des Hörens durchgeführt werden, was jedoch ihren Schwierigkeitsgrad deutlich erhöht. Das Schreiben während des Hörens kann für viele Lernende eine große Hürde darstellen.

Es folgen Übungen zum Satzbau. Zuerst verbinden die Lernenden Satzteile zu sinnvollen Sätzen und schreiben diese dann richtig auf (**Handout 7b**). In der Folge lösen die Lernenden ein Satzpuzzle (**Handout 7c**).

Weiterführende Informationen, zum Beispiel auch für den Fall eines Krankenstandes während der Arbeitslosigkeit, sind bei der Arbeiterkammer verfügbar. Detailliertere Informationen der Arbeiterkammer sind auch in **Handout 8** zusammengestellt.

Die TrainerInnen weisen auf die Homepage der Arbeiterkammer (www.arbeiterkammer.at) hin. Wenn man einen Computer mit Internet-Zugang zur Verfügung hat, kann man auch direkt im Kurs die Homepage aufrufen und den Lernenden die Informationen zugänglich machen.

Zum Abschluss sollen die Lernenden schätzen, wie viele Krankenstandstage es in Österreich im Jahr 2013 durchschnittlich pro Erwerbstätigem gegeben hat. Jede/r Lernende schreibt seine Schätzung auf ein Kärtchen. Nach Präsentation einer Statistik über die Krankenstandsentwicklung seit 1980 (**Handout 9**) kann so ermittelt werden, wer der tatsächlichen Zahl am nächsten gekommen ist.

Die Lernenden schauen sich die Statistik an und beantworten Fragen dazu. Sie können feststellen, dass sich die Zahl der Krankenstandstage seit 1980 deutlich verringert hat. Die TrainerInnen fragen nach den möglichen Gründen dafür und regen zum Abschluss eine Diskussion zu dem Thema an:

Mögliche Fragen:

- Wie war der Arbeitsmarkt vor 30 Jahren?
- Wie ist der Arbeitsmarkt heute?
- Haben sich die Arbeitsbedingungen geändert?
- Haben die Erwerbstätigen Angst davor, in Krankenstand zu gehen?
- Fürchten sie sich vor negativen Konsequenzen?

Nachdem die Fragen besprochen sind, besteht die Möglichkeit, sie auch noch schriftlich zu beantworten.

Sequenz 2: Beim Arzt und in der Apotheke

Ziele:

- Überblick über unterschiedliche ärztliche Fachrichtungen und andere Gesundheitsberufe
- Fachsprachliche Bezeichnung für FachärztInnen
- Festigung des medizinischen Wortschatzes
- Festigung Nebensatzverbindungen
- Erkennen des Aufbaus eines Beipackzettels
- „Suchendes Lesen“ – Informationen aus einem unübersichtlichen Text herausfiltern
- Reflexion über den eigenen Umgang mit Medikamenten

Methode:

- Brainstorming in der Gruppe
- Mindmap
- Gruppenarbeit
- Schriftliche Einzelarbeit
- PartnerInnenarbeit

Dauer:

ca. 300 Minuten

Benötigte Hilfsmittel:

- Flipchart
- Textmarker
- Beamer
- Farbdrucker
- Laminiergerät
- Schere
- Beipackzettel

Szenario 2.1 Gesundheitsberufe

Zu Beginn wird das Vorwissen der Lernenden aktiviert:

Fragen:

- Welche ärztlichen Fachrichtungen kennen Sie?
- Welche anderen Gesundheitsberufe sind bekannt?

Die TrainerInnen notieren alle genannten Begriffe auf einem Flipchart. Eine Mindmap wird erstellt (**Handout 10**).

Die Medizin ist ein Bereich, der stark durch die Verwendung von Fachausdrücken geprägt ist. Das beginnt schon bei der fachsprachlichen Bezeichnung von diversen FachärztInnen, mit der die Lernenden in ihrem Alltag durchaus konfrontiert sind. Deshalb achten die TrainerInnen bei der Erstellung der Mindmap darauf, dass auch die fachsprachlichen Bezeichnungen genannt werden oder sie steuern diese Informationen selbst bei.

Nach der gemeinsamen Begriffesammlung sollen die Lernenden zuordnen, welche ÄrztInnen oder TherapeutInnen bei unterschiedlichen Beschwerden oder Diagnosen helfen können.

Dafür wird die Tabelle aus **Handout 11** in einzelne Kärtchen zerschnitten, welche dann laminiert werden können. Die Kärtchen werden vermischt und auf einem großen Tisch verteilt. Die Lernenden führen die Zuordnung in Gruppenarbeit durch. Am Ende der Übung werden die Zuordnungen von den Lernenden präsentiert.

Auch die nächste Übung befasst sich mit der Festigung des medizinischen Wortschatzes (**Handout 12**). Verschiedene Verben (ärztliche Tätigkeiten) sollen richtig verwendet werden. Im **Handout 12a** sollen zu einigen Verben die passenden Nomen gefunden werden.

Szenario 2.2 In der Apotheke

Hier geht es vor allem um den Bereich Lesen und Leseverstehen. Darüber hinaus sollen die Lernenden über ihren eigenen Umgang mit Medikamenten reflektieren.

Die TrainerInnen regen eine Diskussion zum Umgang mit Medikamenten an. Fragen:

- Wann habe ich zum letzten Mal ein Medikament genommen?
- Nehme ich Medikamente auch ohne Verschreibung?
- Wenn ja, welche?
- Wie oft nehme ich Schmerzmittel?
- Bei welchen Symptomen nehme ich Schmerzmittel?
- Weiß ich immer ganz genau über die Medikamente Bescheid, die ich nehme?
- Greife ich auch manchmal zu Hausmitteln?
- Wenn ja, zu welchen?

Die Diskussion kann auch zu einem interessanten Erfahrungsaustausch über diverse Alternativen zu herkömmlichen Medikamenten aus der Apotheke führen. Diese können am Flipchart notiert werden.

Im Anschluss lesen die Lernenden einen Dialog in der Apotheke (**Handout 13**). Zuerst wird der Dialog still gelesen, dann in PartnerInnenarbeit als Dialog. Zwei Lernende könnten den Dialog auch der übrigen Gruppe vorspielen.

Als zusätzliche Übung zum Leseverständnis kann der Dialog auch in die einzelnen Aussagen des Apothekers und der Kundin zerschnitten und laminiert werden. Die so entstandenen Kärtchen werden vermischt. Die Lernenden müssen dann den Dialog in Einzel- oder in PartnerInnenarbeit wieder in die richtige Reihenfolge bringen.

Nach dem Lesen des Dialogs wird das Leseverständnis mit einem Fragebogen (**Handout 13a**) überprüft.

Als weitere Übung zum Textverständnis füllen die Lernenden einen Lückentext aus, bei dem die Verben fehlen (**Handout 13b**). Die Lösungswörter sind im unteren Teil des Arbeitsblattes angeführt. Geübte Lernende können die Lösungswörter zuerst abdecken und die Lücken ohne Hilfe ausfüllen.

Mit den Verben aus Handout 13b machen die Lernenden dann eine Konjugationsübung im Präsens und im Perfekt (**Handout 13c**) und schreiben im Anschluss noch kurze Sätze im Präsens und im Perfekt.

Zum Schluss verbinden die Lernenden zwei einzelne Hauptsätze zu einem Hauptsatz mit Nebensatz mit „weil“ (**Handout 13d**) und üben so die Satzstellung.

Die TrainerInnen haben für alle Lernenden Medikamentenverpackungen (Aspirin+C Brausetabletten) mit Beipacktext mitgenommen. Die Lernenden nehmen den Beipacktext heraus und sehen ihn sich an. Der klein beschriebene, dicht bedruckte Zettel schreckt viele Lernende sicher erst einmal ab.

Die TrainerInnen fragen, welche wichtigen Informationen man auf einem Beipacktext finden kann. Eine Mindmap wird gemeinsam erstellt (**Handout 14**). Folgende Begriffe sollen vorkommen: Nebenwirkungen, Wirkung, Anwendung, Inhaltsstoffe, Ablaufdatum,...

Die TrainerInnen fragen nach den möglichen Lesestrategien, um zu gewünschten Informationen auf dem Beipacktext zu gelangen. Eine Möglichkeit ist es, sich an den fett gedruckten Überschriften zu orientieren und so schneller zu sehen, wo man die jeweilige Information finden kann.

Im Anschluss teilen die TrainerInnen zwei Seiten des Beipackzettels in vergrößerter Form aus (**Handout 15**). Gleichzeitig wird der Text auch an die Wand gebeamt. Gemeinsam sollen die Lernenden jetzt die fett gedruckten Überschriften lesen. Es wird gemeinsam erörtert, welche Inhalte den Überschriften zugeordnet sein könnten.

Nach dieser Vorbereitungsarbeit erhalten die Lernenden einen Fragebogen (**Handout 15a**) zum Beipackzettel. In Partnerarbeit und unter Umständen mit Unterstützung der TrainerInnen finden die Lernenden heraus, welche Aussagen richtig und welche falsch sind.

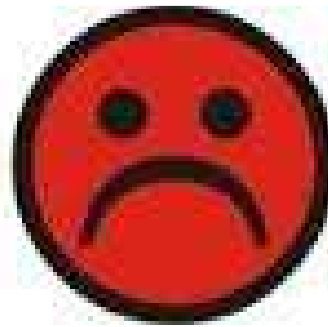
Nach Beantwortung der Fragen erhalten die Lernenden eine Version des Beipackzettels, bei dem die richtigen Informationen fett markiert sind (**Handout 15b**).

7. Handouts

Handout 1 – Meine eigene Gesundheit

Markieren Sie auf der blauen Linie mit einem Kreuz. Wie fühlen Sie sich derzeit?

Wie fühle ich mich?



gesund

krank

Lesen Sie folgende Aussagen über Ihre Gesundheit und kreuzen Sie an.

	Ja	nein
Ich fühle mich fit.		
Ich esse gesund und ausgewogen.		
Ich gehe viel zu Fuß.		
Ich gehe oft zum Arzt.		
Ich nehme täglich Medikamente.		
Ich habe oft Stress.		
Ich habe chronische Schmerzen.		
Ich bin oft müde.		
Ich wache oft in der Nacht auf.		

Wie viele Kreuze haben Sie im „grünen Bereich“ gemacht?

Stimmt das Ergebnis mit Ihrer Selbsteinschätzung überein?

Handout 2 – Die ÖsterreicherInnen und ihre Gesundheit

Lesen Sie den Text und markieren Sie, was die ÖsterreicherInnen für Ihre Gesundheit machen.

Gesund bleiben in der Freizeit und am Arbeitsplatz

Bewegung hält fit und gesund – das denken 75% unserer Landsleute und laufen, gehen oder wandern regelmäßig.

Eine gesunde Ernährung, also gutes und gesundes Essen ist für 66% der Österreicher und Österreicherinnen wichtig. Besonders für Frauen spielt das Thema Essen eine große Rolle.

Zentral für die Vorsorge sind auch Arztbesuche: 63% der Menschen in Österreich gehen regelmäßig zur „Vorsorgeuntersuchung“. Und auch hier sind die Frauen vorne: Zu den Untersuchungen gehen 72% der Frauen, aber nur 58% der Männer.

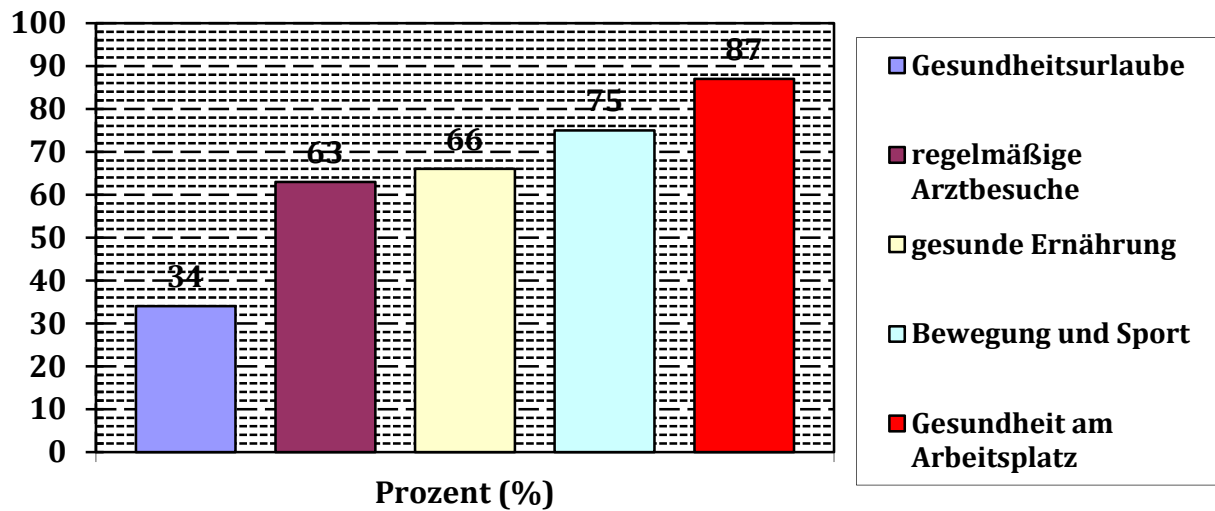
Wie aber sieht es mit der Gesundheit am Arbeitsplatz aus? 87% der Österreicher wollen auch dort gesund leben. Erste Schritte dahin gibt es schon: In 27 von 100 Firmen haben Raucher und Nichtraucher getrennte Arbeitsplätze. Ein Viertel, also 25% der Firmen in Österreich, organisieren außerdem regelmäßig Gesundenuntersuchungen für ihre Mitarbeiter.

Aber nur 9 von 100 Firmen bieten spezielle Gesundheitsprogramme für ihre Mitarbeiter an. Gratis Obst und Gemüse bekommt man nur in 10% der Firmen.

Für die Gesundheit ihrer Mitarbeiter können viele Firmen in Österreich also noch etwas tun. Denn für viele Menschen ist das Thema Gesundheit wichtig – sogar im Urlaub denken sie daran: 34% der Österreicher haben großes Interesse an Gesundheitsurlauben.

(Quelle: Schritte plus 2 Österreichmaterialien, Hueber Verlag; verändert)

Was ist den ÖsterreicherInnen für ihre Gesundheit wichtig?



Ergänzen Sie die Prozentzahlen aus dem Diagramm.

_____ % der österreichischen Bevölkerung bewegen sich regelmäßig.

_____ % der Menschen in Österreich essen gesunde Lebensmittel.

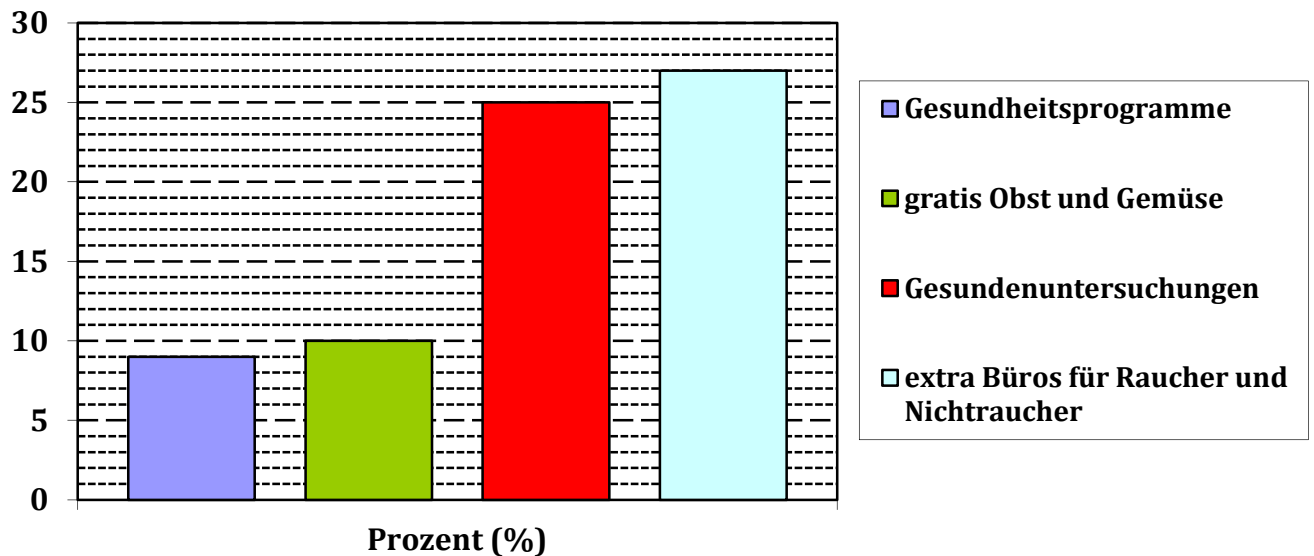
_____ % der Männer und Frauen in Österreich besuchen regelmäßig einen Arzt.

_____ % der Österreicher und Österreicherinnen möchten auch im Urlaub etwas für ihre Gesundheit tun.

_____ % der Erwerbstätigen wollen, dass ihre Gesundheit auch am Arbeitsplatz gefördert wird.

Was machen österreichische Firmen für die Gesundheit ihrer Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen?

Wie hoch sind die einzelnen Säulen? Schreiben Sie die Prozentangabe dazu.



Ergänzen Sie die Prozentzahlen aus dem Diagramm.

_____ % der Firmen haben für Raucher und Nichtraucher eigene Büros.

_____ % der Firmen bieten ärztliche Untersuchungen für ihre Mitarbeiter an.

In _____ % der österreichischen Firmen gibt es Gesundheitsprogramme für die Mitarbeiter.

_____ % der Erwerbstätigen bekommen an ihrem Arbeitsplatz gratis Obst und Gemüse.

Handout 2a – Die ÖsterreicherInnen und ihre Gesundheit

Unterstreichen Sie im Text, was die Menschen in Österreich für ihre Gesundheit tun. Markieren Sie auch die Prozentsätze.

Gesund bleiben

Für viele Menschen in Österreich ist das Thema Gesundheit wichtig.

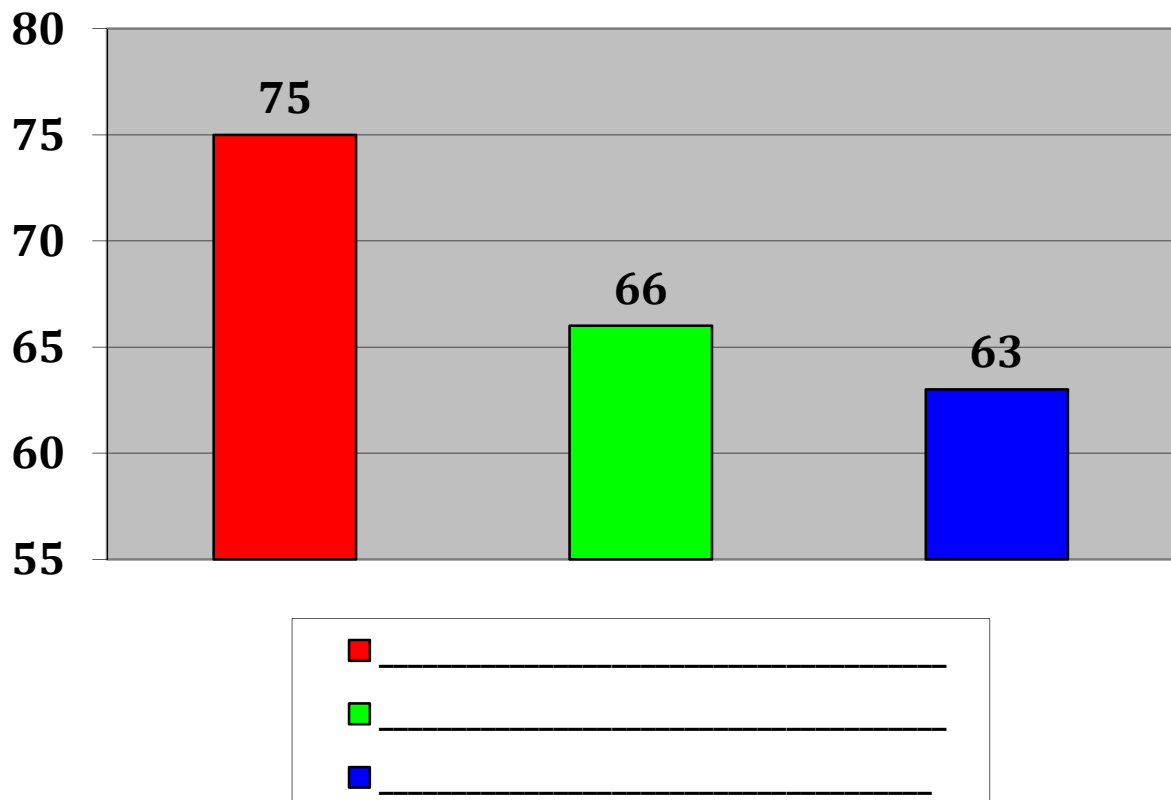
75% der Österreicher machen regelmäßig Bewegung.

Gutes und gesundes Essen ist für 66% der Österreicher wichtig.

Besonders für Frauen spielt das Thema Essen eine große Rolle.

63% der Menschen in Österreich gehen regelmäßig zur „Vorsorgeuntersuchung“. Und auch hier sind die Frauen vorne.

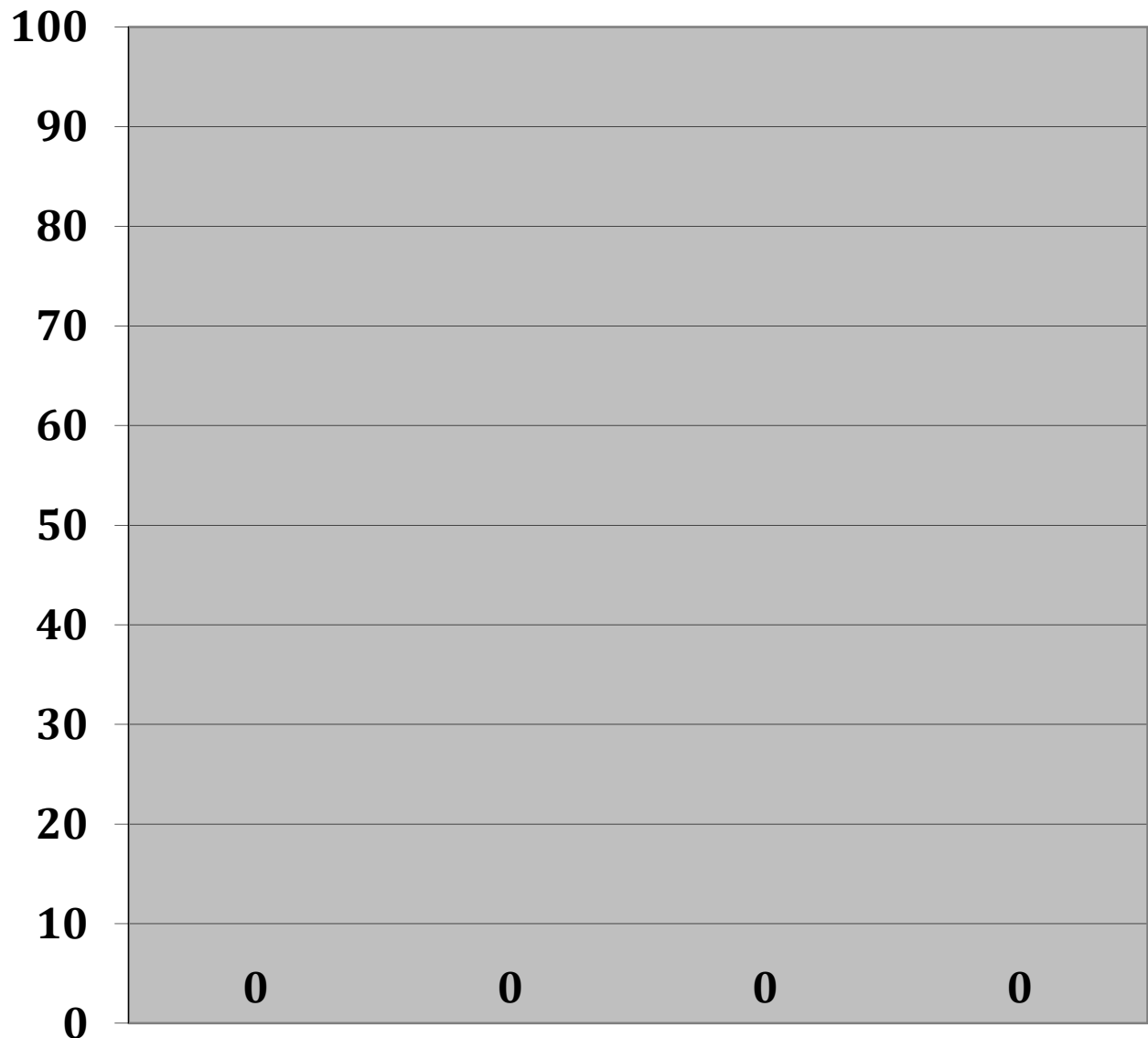
Suchen Sie die Prozentsätze im Text und beschriften Sie die Legende des Diagramms.



Handout 2b – Was wir für unsere Gesundheit tun

Erstellen Sie ein Säulendiagramm. Schauen Sie sich die Kärtchen auf dem Flipchart an: Was tun wir für unsere Gesundheit?

- Wählen Sie drei Begriffe vom Flipchart.
- Zeichnen Sie die Säulen in unterschiedlichen Farben.
- Beschriften Sie das Diagramm.



Handout 3 – Was hält mich gesund?

Lesen Sie folgende Begriffe und ordnen Sie dann zu: Was hält gesund? Was macht krank?

Sport	Alkoholmissbrauch	ausreichend Wasser trinken	
gesundes Essen		Vorsorgeuntersuchung	genug schlafen
Probleme	Angst	Einsamkeit	rauchen
Drogen	zu viel Süßes	Erholung	zu Fuß gehen
	Bewegung	Streit	zu viel Arbeit
Arbeitslosigkeit	Übergewicht	Obst und Gemüse	Urlaub
den ganzen Tag sitzen	Vitamine		Freundschaften pflegen
Lärm	Ruhepausen		geregelter Alltag

Das hält mich gesund:	Das macht mich krank:

- Was machen Sie, um gesund zu bleiben?
- Was sollten Sie machen, um gesund zu bleiben?

Schreiben Sie einige Sätze. Verwenden Sie obige Begriffe.

Handout 4 - Vorsorgeuntersuchung

Seit 1974 gibt es in Österreich die kostenlose Vorsorgeuntersuchung.

Diese steht allen Personen ab 18 Jahren mit Wohnsitz in Österreich einmal pro Jahr zu.

Ziel ist es, häufig vorkommende Krankheiten so bald wie möglich zu erkennen. Dazu gehören die häufigsten Krebsarten (Darmkrebs, Brustkrebs,...), Herz- und Kreislauferkrankungen oder Diabetes (= Zuckerkrankheit). Je früher man diese Krankheiten erkennt, desto eher kann man sie auch heilen.

Bei einem Gespräch mit der Ärztin oder dem Arzt bekommt man Tipps, wie man seinen Lebensstil verbessern und noch besser auf seine Gesundheit achten kann.

Die Vorsorgeuntersuchung wird von allen praktischen Ärztinnen oder Ärzten mit Kassenvertrag durchgeführt.

Zur Untersuchung mitbringen sollte man seine e-card, eventuelle Befunde und eine Liste mit allen Medikamenten, die regelmäßig eingenommen werden. Um Wartezeiten zu vermeiden, sollte auf jeden Fall ein Termin ausgemacht werden.

Die Vorsorgeuntersuchung dauert in der Regel nicht länger als 60 Minuten. Das sind die wichtigsten Schritte:

- Erhebung der Krankengeschichte
- körperliche Untersuchung
- Untersuchungen von Blut und Harn
- Ermittlung von gesundheitlichen Risikofaktoren
- für Frauen eine gynäkologische Untersuchung
- Untersuchung auf Zahnfleischentzündung

Mit einem Fragebogen macht sich die Ärztin oder der Arzt ein erstes Bild über den Gesundheitszustand der Patientin oder des Patienten.

(Quelle: www.gesundheit.gv.at www.sozialversicherung.at)

Handout 4a – Vorsorgeuntersuchung - Worttreppen

Vor·		Un·			
Vor·sor·		Un·ter·			
Vor·sor·ge	→	Vorsorge	Un·ter·such·		
			Un·ter·such·ung	→	Untersuchung
Vorsorgeuntersuchung					

Kreis·		Er·			
Kreis·lauf	→	Kreislauf	Er·kran·		
			Er·kran·kung	→	Erkrankung
Kreislaferkrankung					

Zu·		Krank·			
Zu·cker	→	Zucker	Krank·heit	→	Krankheit
Zuckerkrankheit					

Hei·		Chan·			
Hei·lung	→	Heilung	Chan·cen	→	Chancen
Heilungschancen					

Kas·		Ver·			
Kas·sen	→	Kassen	Ver·trag	→	Vertrag
Kassenvertrag					

Zahn·		Ent·			
Zahn·fleisch	→	Zahnfleisch	Ent·zün·		
			Ent·zün·dung	→	Entzündung
Zahnfleischentzündung					

Ge·		Zu·			
Ge·sund·		Zu·stand	→	Zustand	
Ge·sund·heit	→	Gesundheit			
Gesundheitszustand					

Handout 4b– Vorsorgeuntersuchung – richtig oder falsch?

Kreuzen Sie an, ob folgende Aussagen richtig oder falsch sind.

	richtig	falsch
Die Vorsorgeuntersuchung gibt es in Österreich seit 40 Jahren.		
Die Vorsorgeuntersuchung ist für alle Menschen in Österreich kostenlos.		
Sie steht allen Personen ab 18 Jahren einmal pro Jahr zu.		
Personen, die sich untersuchen lassen wollen, müssen ihren Wohnsitz in Österreich haben.		
Die Vorsorgeuntersuchung wird im Krankenhaus durchgeführt.		
Ziel der Untersuchung ist es, häufige Krankheiten früher zu erkennen.		
Zu den wichtigsten Krankheiten zählen Lungenkrebs und Diabetes = Zuckerkrankheit		
Wenn man eine Krankheit früh erkennt, kann man sie immer heilen.		
Die Lebensgewohnheiten werden mit dem Arzt /der Ärztin besprochen.		
Bei der Vorsorgeuntersuchung braucht man keine e-card.		
Vor der Untersuchung muss ein Fragebogen ausgefüllt werden.		
Zur Vorsorgeuntersuchung gehört auch eine Röntgenaufnahme des gesamten Körpers.		
Die Untersuchung durch den Arzt / die Ärztin dauert ungefähr zwei Stunden.		

Handout 5 - Herr Müller geht zur Vorsorgeuntersuchung

Lesen Sie den Text.

Hubert Müller achtet auf seine Gesundheit. Seit er am 11.11.2010 50 Jahre alt geworden ist, geht er regelmäßig einmal pro Jahr zur Vorsorgeuntersuchung.

Heuer hat Herr Müller seinen Termin bei der Ärztin am 23.Juni.
Seine Sozialversicherungsnummer kann er auswendig: 5056.

Herr Müller trägt eine Brille. Trotzdem sieht er nicht gut, auch nicht in der Ferne. Alle anderen Mitglieder seiner Familie haben keine Probleme mit den Augen.

Herr Müller hatte bisher keine Probleme mit Zuckerkrankheit. Seine Schwester leidet aber seit einigen Jahren an Diabetes.

Herrn Müllers Vater ist mit 55 Jahren an einem Herzleiden verstorben. Er hatte immer zu hohe Cholesterinwerte. Herr Müller selbst hat keine Probleme mit dem Herzen.

Herr Müller ist Raucher. Er raucht 15 bis 20 Zigaretten pro Tag. Er hat keine Probleme mit Bluthochdruck und er braucht auch sonst keine Medikamente nehmen.

Herr Müller ist aber in der letzten Zeit etwas nervös und kann nicht gut schlafen. Deswegen hat er letzte Woche hin und wieder eine Schlaftablette genommen.

Herr Müller trinkt nicht viel Alkohol, jedoch tut er es regelmäßig. Fast jeden Tag trinkt er zur Jause ein Glas Bier.

Bitte füllen Sie für Herrn Müller das Formular zur Vorsorgeuntersuchung aus. Unterstreichen Sie davor alle notwendigen Informationen im Text.

VORSORGEUNTERSUCHUNG DER ÖSTERREICHISCHEN SOZIALVERSICHERUNG

Vorname <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	Sozialversicherungsnummer - TT - MM - JJ <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> - <input type="text"/> <input type="text"/> - <input type="text"/> <input type="text"/> - <input type="text"/> <input type="text"/>
Familienname/Nachname <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	Ausfülldatum: Tag - Monat - Jahr <input type="text"/> <input type="text"/> - <input type="text"/> <input type="text"/> - <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="radio"/> männlich <input type="radio"/> weiblich

	ja	nein	ich weiß es nicht	
Ich habe Probleme beim Sehen (trotz Tragens einer Brille oder von Kontaktlinsen):	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>		
Ich brauche starke Brillen oder Kontaktlinsen, um in der Ferne sehen zu können:	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Ich habe einen Blutsverwandten ersten Grades (Elternteil, Bruder, Schwester oder Kind) mit grünem Star:	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
ab 65 Jahre: Mein Sehvermögen wird regelmäßig überprüft:	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>		
Mir wurde gesagt, dass ich Diabetes (Zucker) habe (kein Schwangerschaftsdiabetes):	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>
Ich bin deswegen in Behandlung:	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>		
Ich habe einen Blutsverwandten mit Diabetes:	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Frauen: Während der Schwangerschaft hat man mir gesagt, dass ich Diabetes habe:	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Ich habe einen Elternteil, einen Bruder oder eine Schwester (unter 60 Jahre) der/die ein Herzleiden haben oder der/die daran starben:	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>
Ich habe bzw. hatte einen Blutsverwandten mit hohen Cholesterinwerten:	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>
Ich habe bereits einen Herzinfarkt erlitten bzw. wurde mir gesagt, dass ich an einer Durchblutungsstörung der Herzkranzgefäße leide:	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>
Ich rauche:	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>		<input type="checkbox"/>
Zigaretten pro Tag: <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>				
Ich habe Bluthochdruck (d.h. einen Blutdruck über 140/90) und/oder nehme derzeit Medikamente gegen Bluthochdruck ein:	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>
ab 65 Jahre: Ich habe Probleme beim Hören:	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>		
In den letzten 2 Wochen nahm ich:				
Schmerzmittel (Aspirin oder Ähnliches)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>		
Beruhigungsmittel (Valium oder Ähnliches)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>		
Schlafmittel	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>		
Wie oft trinken Sie Alkohol?				
<input type="radio"/> nie	<input type="radio"/> zwei- bis viermal im Monat	<input type="radio"/> viermal pro Woche oder öfter		
<input type="radio"/> einmal im Monat oder seltener	<input type="radio"/> zwei- bis dreimal pro Woche			

Handout 6 – Groß-und Kleinschreibung

Groß geschrieben werden:

- **Hauptwörter** (der **Arzt**, die **Gesundheit**, das **Herzleiden**..)
- **Eigennamen** (Herr **Müller**, **Johannes**,...)
- **Satzanfänge** (**Heuer** hat Herr Müller seinen Termin)

Unterstreichen Sie im Text alle Wörter, die man groß schreibt.

herr müller geht zur vorsorgeuntersuchung

hubert müller achtet auf seine gesundheit. seit er am 11.11.2010 50 jahre alt geworden ist, geht er regelmäßig einmal pro jahr zur vorsorgeuntersuchung.

heuer hat herr müller seinen termin bei der ärztin am 23.6.2014.
seine sozialversicherungsnummer kann er auswendig: 5056.

herr müller trägt eine brille. trotzdem sieht er nicht gut, auch nicht in der ferne. alle anderen mitglieder seiner familie haben keine probleme mit den augen.

herr müller hatte bisher keine probleme mit zuckerkrankheit. seine schwester leidet aber seit einigen jahren an diabetes.

herr müller ist raucher. er raucht 15 bis 20 zigaretten pro tag. er hat keine probleme mit bluthochdruck und er braucht auch sonst keine medikamente nehmen.

herr müller ist aber in der letzten zeit etwas nervös und kann nicht gut schlafen. deswegen hat er letzte woche hin und wieder eine schlaftablette genommen.

herr müller trinkt nicht viel alkohol, jedoch tut er es regelmäßig. fast jeden tag trinkt er zur jause ein glas bier.

Handout 6a – Groß- und Kleinschreibung

Groß geschrieben werden außerdem:

- **Zeitwörter, die als Hauptwort verwendet werden** (das **Essen**,...)
- **Adjektive, die als Hauptwörter verwendet werden** (das **Gelbe** vom Ei, die **Schöne** und das **Biest**,...)

Zeitwort / Adjektiv (klein) oder Hauptwort (groß)? Setzen Sie ein.

Essen oder essen?

Die Menschen in Österreich _____ gerne Obst und Gemüse.

Die meisten Menschen schätzen gesundes _____.

Wir sollten weniger Süßigkeiten _____.

Gut oder gut?

Alles _____ zum Geburtstag!

Eine _____ Ernährung trägt viel zur Gesundheit bei.

Ein Sprichwort lautet: „Es gibt nichts _____, außer man tut es.“

Gesund oder gesund?

„Du kochst immer nur etwas _____!“, klagt mein Sohn.

Ich freue mich, denn er ist ein _____ Kind.

Ich hoffe, er bleibt auch diesen Winter _____.

Wandern oder wandern?

Im Urlaub _____ wir auf eine Alm.

„Das _____ ist des Müllers Lust“, heißt es in einem bekannten Lied.

Beim _____ können wir die Natur genießen.

Rauchen oder rauchen?

Du sollst nicht so viel _____.

Viele Menschen haben Probleme mit dem _____ aufzuhören.

Das _____ ist schon an vielen Orten verboten.

Handout 7 – Robert im Krankenstand



© stauke/fotolia.com

Robert hat es arg erwischt – mit einer Grippe. Jetzt schwitzt er im Bett und Schüttelfrost hat er auch.

Am Bau arbeiten geht gar nicht. „Na gut“, sagt Robert „muss ich halt in den Krankenstand.“

Vorsicht, Robert! Das musst du alles machen, damit du keinen Ärger kriegst:

1. Melde dich sofort in deiner Firma. Gib Bescheid, dass du nicht arbeiten kannst, weil du krank bist. Du musst jedoch nicht sagen, an welcher Krankheit du leidest.
2. Kümmere dich sofort darum, dass du eine Bestätigung von deiner Ärztin bekommst. Dein Chef kann eine Krankenstandsbestätigung ab dem ersten Tag deines Krankenstandes verlangen. Schick ihm die Bestätigung sofort. Sonst kommst du schlimmstenfalls solange keinen Lohn im Krankenstand, bis du die Bestätigung gebracht hast.
3. Sieh zu, dass du rasch wieder fit bist. Du musst den Anweisungen deiner Ärztin folgen und zum Beispiel im Bett bleiben, solange du noch Fieber hast. Tu nichts, was deine Krankheit verlängert. Was du während deines Krankenstandes tun darfst, hängt von der Art deiner Erkrankung ab.

Im Krankenstand hast du aber auch Rechte, Robert. Dein Arbeitgeber muss dir zum Beispiel das Entgelt weiter bezahlen. Das ist nicht nur Lohn oder Gehalt, auch regelmäßige Überstunden und die meisten Zulagen gehören dazu.

(Quelle: www.arbeiterkammer.at, Transkription zum Kurzfilm „Krankenstand“)

Handout 7a – Robert im Krankenstand

Hören Sie gut zu und setzen Sie die fehlenden Wörter ein.

Robert hat es arg erwischt – mit einer _____. Jetzt schwitzt er im Bett und Schüttelfrost hat er auch. Am Bau arbeiten geht gar nicht. „Na gut“, sagt Robert „muss ich halt in den _____.“

Vorsicht, Robert! Das musst du alles machen, damit du keinen Ärger kriegst:

1. Melde dich sofort in deiner Firma. Gib Bescheid, dass du nicht arbeiten kannst, weil du krank bist. Du musst jedoch nicht sagen, an welcher _____ du leidest.
2. Kümmere dich sofort darum, dass du eine Bestätigung von deiner _____ bekommst. Dein Chef kann eine Krankenstandsbestätigung ab deinem ersten Tag deines Krankenstandes verlangen. Schick ihm die Bestätigung sofort. Sonst kommst du schlimmstenfalls solange keinen Lohn im Krankenstand, bis du die Bestätigung gebracht hast.
3. Sieh zu, dass du rasch wieder fit bist. Du musst den Anweisungen deiner Ärztin folgen und zum Beispiel im Bett bleiben, solange du noch _____ hast. Tu nichts, was deine Krankheit verlängert. Was du während deines Krankenstandes tun darfst, hängt von der Art deiner Erkrankung ab.

Im Krankenstand hast du aber auch Rechte, Robert. Dein Arbeitgeber muss dir zum Beispiel das Entgelt weiter bezahlen. Das ist nicht nur Lohn oder Gehalt, auch regelmäßige Überstunden und die meisten Zulagen gehören dazu.

Lösungswörter:

Grippe

Krankenstand

Krankheit

Ärztin

Fieber

Handout 7b – Robert im Krankenstand – Satzteile verbinden

Was im Krankenstand zu tun ist. Verbinden Sie die Satzteile und schreiben Sie dann die Sätze richtig ab.

d	1	Melde dich sofort	a	von einem Arzt oder einer Ärztin bestätigen.
	2	Du musst aber nicht sagen,	b	bekommst du vielleicht keinen Lohn für diese Zeit.
	3	Lasse dir deinen Krankenstand	c	hängt von der Art deiner Erkrankung ab.
	4	Dein Chef kann eine Bestätigung	d	in deiner Firma.
	5	Wenn du keine Bestätigung schickst,	e	ab dem ersten Tag deines Krankenstandes verlangen.
	6	Du musst alles tun,	f	an welcher Krankheit du leidest.
	7	Bleibe im Bett,	g	solange du noch Fieber hast.
	8	Was du im Krankenstand alles tun darfst,	h	um schnell wieder fit zu werden.

Handout 7c – Robert im Krankenstand – Satzpuzzle

Bringen Sie die Wörter in die richtige Reihenfolge und schreiben Sie einen sinnvollen Satz.

mit liegt im Robert einer Bett Grippe

Krankenstand er in den muss

in Firma seiner muss Bescheid er geben

Arzt Robert zum sofort muss gehen

Bestätigung dort er bekommt eine

seinem schicken er Chef Bestätigung muss die

muss gesund Robert schnell werden wieder

Ärztin Anweisungen muss er den folgen seiner

Handout 8 – Information der Arbeiterkammer

Was ein erkrankter Arbeitnehmer unbedingt tun muss

Krankenstand unverzüglich mitteilen

Der Arbeitnehmer ist verpflichtet, dem Arbeitgeber unverzüglich seinen Krankenstand mitzuteilen. Das ist in den meisten Fällen ein Anruf in der Firma, am besten bei Arbeitsbeginn oder noch davor. Anschließend sollte man sofort einen Arzt aufsuchen und sich krankschreiben lassen.

Der Arbeitgeber hat nämlich das Recht vom Arbeitnehmer eine Krankenstandsbestätigung zu verlangen. In der Bestätigung müssen Beginn, voraussichtliche Dauer und Ursache der Arbeitsverhinderung angeführt sein. Die Diagnose muss dem Arbeitgeber jedoch nicht mitgeteilt werden. Der Arbeitgeber muss nur sagen, ob er an einer Krankheit leidet oder ob er einen Unfall erlitten hat.

ACHTUNG!

Der Arbeitgeber kann auch für einen eintägigen Krankenstand eine Bestätigung verlangen! Gehen Sie daher auf jeden Fall zum Arzt!

Krankenstandsbestätigung bringen

Kommt der Arbeitnehmer den Melde- und Nachweispflichten nicht nach, dann kann das Folgen haben: Für die Dauer der Säumnis verliert er seinen Anspruch auf Entgelt. Das heißt, der Arbeitgeber muss den Lohn bzw. das Entgelt für die Dauer des Versäumnisses nicht bezahlen. Der Arbeitgeber darf jedoch das Arbeitsverhältnis nicht durch fristlose Entlassung beenden, wenn der Arbeitnehmer seiner Mitteilungs- oder Nachweispflicht nicht nachkommt.

Wie Sie sich im Krankenstand verhalten sollten

Gefährden Sie nicht Ihre Gesundheit! Wer krank ist und nicht arbeiten kann, sollte dies auch nicht tun, um seine Gesundheit nicht zu gefährden. Ob eine Arbeitsunfähigkeit vorliegt, entscheidet der behandelnde Arzt und es hängt auch von der Art der Tätigkeit ab.

TIPP

Im Krankenstand hat der Arbeitnehmer alles zu tun, um so rasch als möglich gesund zu werden. Das bedeutet zum Beispiel, wenn jemand aufgrund einer Grippe im Krankenstand ist, darf er sich nicht im Freien aufhalten bzw. dies auf das Nötigste beschränken (Arztbesuche, Gang zur Apotheke). Ist jemand wegen Depressionen krankgeschrieben, kann Spazierengehen ein Teil der Behandlung sein. Was zu tun ist, entscheidet im Zweifel der Arzt bzw. sagt der gesunde Menschenverstand.

Kündigung im Krankenstand

Arbeitnehmer können im Krankenstand gekündigt werden

Arbeitnehmer sind während des Krankenstandes nicht vor dem Verlust des Arbeitsplatzes geschützt. Deshalb gehen viele Arbeitnehmer auch krank arbeiten. Arbeitnehmer können während des Krankenstandes vom Arbeitgeber gekündigt werden. Es sind die auch sonst geltenden Kündigungsfristen und –termine einzuhalten.

Der Arbeitgeber muss den Krankenstand bezahlen

Der Arbeitgeber erspart sich dadurch aber nichts, da er aufgrund gesetzlicher Bestimmungen bei Kündigung im Krankenstand den Krankenstand bezahlen muss, soweit der Arbeitnehmer noch einen Anspruch auf Entgeltfortzahlung hat.

Um diese Bestimmung zu umgehen, werden in der Praxis den Arbeitnehmern oft einvernehmliche Lösungen angeboten. Hier endet mit dem Ende des Dienstverhältnisses die Zahlungspflicht des Arbeitgebers für den Krankenstand.

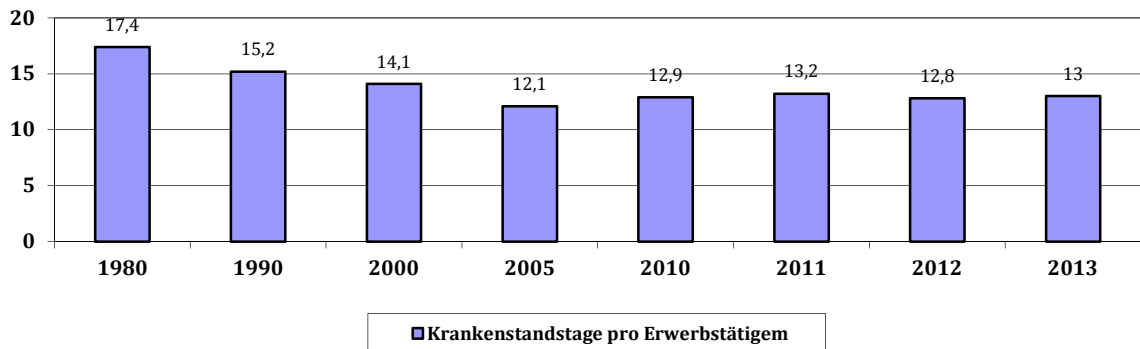
Arbeitnehmer erhalten zwar bei einvernehmlicher Lösung sofort Krankengeld von der Krankenkasse, dieses ist jedoch kein voller Lohnersatz. Die AK rät daher von einvernehmlichen Lösungen im Krankenstand ab, da der Arbeitnehmer hier finanziell immer schlechter gestellt ist.

Mehr Informationen unter: www.arbeiterkammer.at

Handout 9 - Krankenstandsstatistik

Sehen Sie sich folgende Statistik an und beantworten Sie die Fragen.

Krankenstandstage in Österreich im Zeitraum 1980-2013



(Quelle: Statistik Austria, www.statistik.at)

In welchem Jahr gab es die meisten Krankenstandstage in Österreich?

In welchem Jahr gab es die wenigsten?

Wie viele Krankenstandstage gab es im Jahr 2000?

Gehen die Krankenstandstage seit 1980 bis 2013 jedes Jahr zurück?

In welchem Jahr steigen die Krankenstandstage erstmals wieder an?

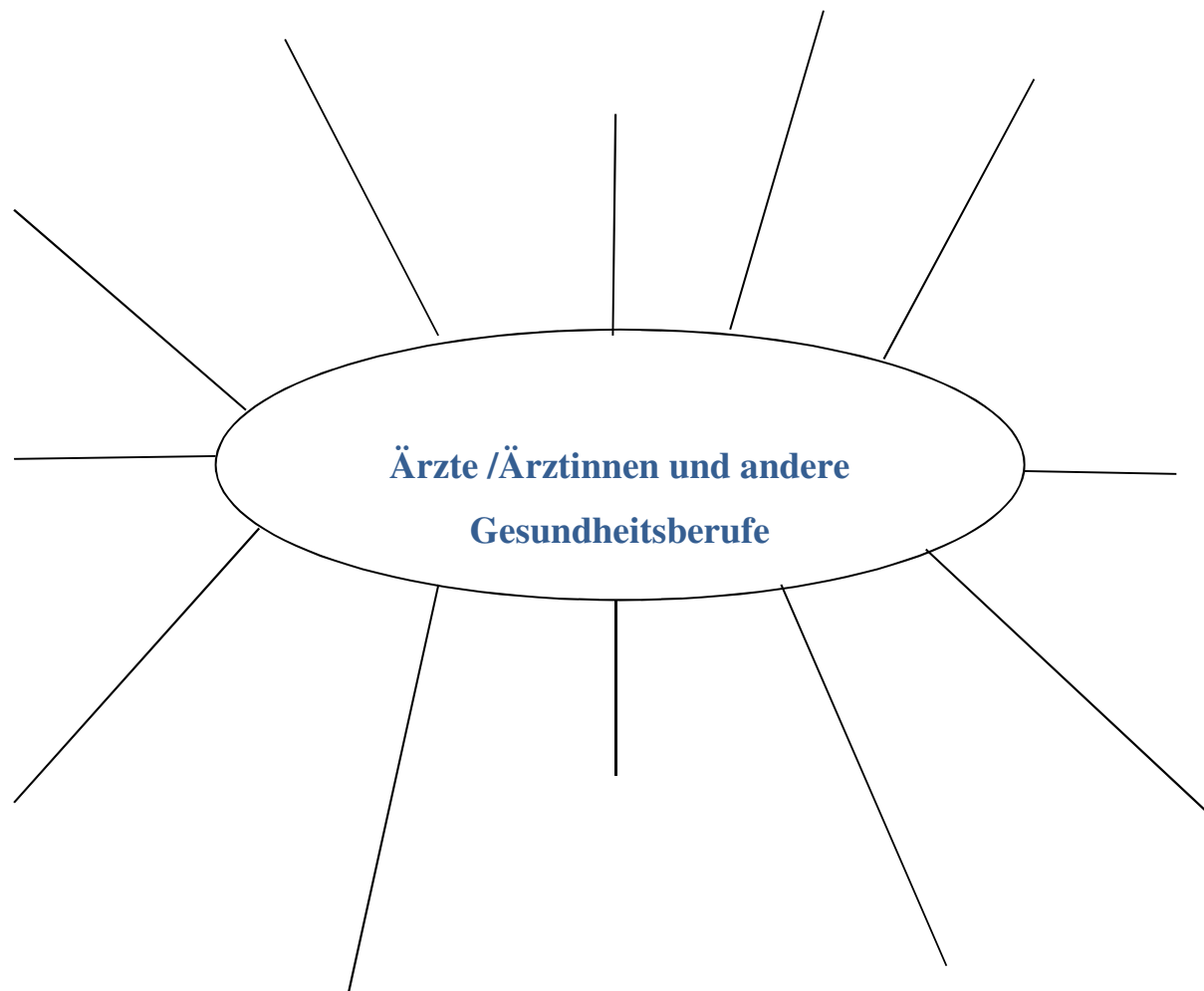
Wie ist der Trend im Jahr 2013?

Diskutieren Sie.

Warum sind die Krankenstandstage seit 1980 so stark zurückgegangen?

Warum gibt es zuletzt wieder einen Anstieg?

Handout 10 - Gesundheitsberufe



**Handout 11 – ÄrztInnen und TherapeutInnen:
Wer kann mir helfen?**

der Hautarzt (der Dermatologe)	Ich habe ein auffälliges Muttermal.
die Frauenärztin (die Gynäkologin)	Ich bin schwanger und lasse mich untersuchen.
der Zahnarzt	Ich habe eine Plombe verloren.
die Hausärztin (der Allgemeinarzt)	Ich gehe zur Vorsorgeuntersuchung.
der Kinderarzt	Mein Kind hat Fieber und Husten.
die Hals-Nasen-Ohren-Ärztin (die HNO-Ärztin)	Ich höre in der letzten Zeit nicht mehr so gut.

der Augenarzt	Beim Fernsehen brennen meine Augen oft.
die Psychiaterin	Ich habe oft Angst und kann nicht mehr schlafen.
die Chirurgin	Ich habe eine Blinddarmentzündung.
der Orthopäde	Ich habe Schmerzen in der Hüfte.
die Hebamme	Die Wehen haben eingesetzt. Mein Kind kommt zur Welt.
der Röntgenarzt (der Radiologe)	Ich glaube, mein Arm ist gebrochen.

der Masseur	Ich habe Verspannungen im Nacken.
die Psychologin	Ich bin in einer schwierigen Lebenssituation und brauche Hilfe.
der Physiotherapeut	Nach einer Verletzung im Knie muss ich meine Muskeln stärken.

Handout 12– ärztliche Tätigkeiten

Ordnen Sie den Hauptwörtern alle passenden Zeitwörter zu.

Zeitwörter:

therapieren	operieren	untersuchen
verschreiben	verbinden	verarzten
zunähen	einrenken	beraten
versorgen	plombieren	abhören
abtasten	desinfizieren	messen
aufklären	eingipsen	schienen
behandeln	impfen	diagnostizieren

eine Wunde: _____

die Hand: _____

eine Krankheit: _____

Medikamente: _____

die Patientin: _____

die Lunge: _____

den Bauch: _____

die Verletzung: _____

Kinder: _____

den Blinddarm: _____

über Risiken: _____

das Bein: _____

einen Zahn: _____

die Augen: _____

den Blutdruck: _____

Handout 12a– ärztliche Tätigkeiten



© Adam Gregor/fotolia.com



© Dan Race/fotolia.com

Wie heißen die Hauptwörter zu den Zeitwörtern?

therapieren	<i>die Therapie</i>
operieren	
untersuchen	
verbinden	
nähen	
beraten	
versorgen	
plombieren	
desinfizieren	
messen	
aufklären	
eingipsen	
schienen	
behandeln	
impfen	
verarzten	
diagnostizieren	

Handout 13 - In der Apotheke

Lesen Sie den Dialog in der Apotheke.

- Apotheker:* Grüß Gott! Wer kommt denn bitte als nächster dran?
- Kundin:* Ja, das bin ich. Können Sie mir bitte ein Aspirin geben?
- Apotheker:* Möchten Sie Brausetabletten mit Vitamin C?
- Kundin:* Ich weiß nicht. Hilft das Vitamin C bei Kopfweh?
- Apotheker:* Vitamin C hilft eigentlich nicht bei Schmerzen. Haben Sie manchmal Probleme mit dem Magen?
- Kundin:* Ich weiß nicht. Mir wird schon manchmal ein bisschen schlecht.
- Apotheker:* Na, dann würde ich Ihnen ein anderes Medikament empfehlen.
- Kundin:* Und was soll ich nehmen?
- Apotheker:* Ich würde Ihnen Mexalen empfehlen, zum Beispiel. Das ist besser verträglich und wirkt sehr gut gegen Kopfweh.
- Kundin:* Dann geben Sie mir bitte das. Was kostet das denn?
- Apotheker:* 2,98 Euro.
- Kundin:* Ist es billiger, wenn ich ein Rezept bringe?
- Apotheker:* Nein, weil die Rezeptgebühr schon 5,40 Euro ausmacht. Das heißt, alles was weniger als 5,40 Euro kostet, wird nicht mit der Krankenkasse verrechnet.
- Kundin:* Das heißt, das zahlt sich gar nicht aus? Bitte, dann geben Sie es mir so.
- Apotheker:* Bitte schön.

Handout 13a - In der Apotheke

Beantworten Sie die Fragen, kreuzen Sie die richtige Antwort an:

Warum geht die Kundin in die Apotheke?

- Sie hat Grippe.
- Sie hat Kopfweh.

Welches Medikament möchte sie kaufen?

- Sie möchte ein Aspirin.
- Sie möchte Hustensaft.

Welches Medikament schlägt der Apotheker vor?

- Bronchostop
- Mexalen

Warum empfiehlt er Mexalen?

- Es ist billiger.
- Es belastet den Magen nicht so stark.

Wie viel kostet das Medikament?

- über vier Euro.
- ungefähr drei Euro.

Braucht die Kundin ein Rezept?

- Ja, weil man immer ein Rezept braucht.
- Nein, weil das Medikament billiger ist als die Rezeptgebühr.

Handout 13b - In der Apotheke

Setzen Sie die passenden Zeitwörter in die Lücken

Apotheker: Grüß Gott! Wer _____ denn bitte als nächster dran?

Kundin: Ja, das _____ ich. Können Sie mir ein Aspirin _____? Ich _____ so Kopfweg.

Apotheker: Haben Sie Probleme mit dem Magen oder _____ Sie es gut?

Kundin: Mein Magen _____ schon empfindlich.

Apotheker: Na, dann _____ Sie lieber Mexalen. Das ist besser für den Magen und _____ sehr gut bei Kopfweg.

Kundin: Wie viele Tabletten muss ich pro Tag _____?

Apotheker: Nehmen Sie eine Tablette bei Bedarf.

Kundin: Gut. Was _____ das denn?

Apotheker: 2 Euro und 98 Cent.

kostet	kommt	bin	hilft	schlucken
nehmen	habe	geben	vertragen	ist

Handout 13c - In der Apotheke

Schreiben Sie die Zeitwörter aus dem Lückentext in ihrer Grundform, in der Gegenwart und in der Vergangenheit.

Grundform	Gegenwart	Vergangenheit
<i>kosten</i>	<i>es kostet</i>	<i>es hat gekostet</i>
	<i>ich</i>	<i>ich</i>
	<i>er</i>	<i>er</i>
	<i>wir</i>	<i>wir</i>
	<i>du</i>	<i>du</i>
	<i>sie</i>	<i>sie</i>
	<i>ihr</i>	<i>ihr</i>
	<i>ich</i>	<i>ich</i>
	<i>du</i>	<i>du</i>
	<i>wir</i>	<i>wir</i>
	<i>ihr</i>	<i>ihr</i>

Schreiben Sie mit 3 Wörtern jeweils einen kurzen Satz in der Gegenwart und in der Vergangenheit.

Handout 13d - In der Apotheke

Verbinden Sie die Sätze mit „weil“:

Die Kundin geht in die Apotheke. Sie hat Schmerzen.

Die Kundin geht in die Apotheke, **weil** _____

Sie verlangt Aspirin. Sie hat Kopfweg.

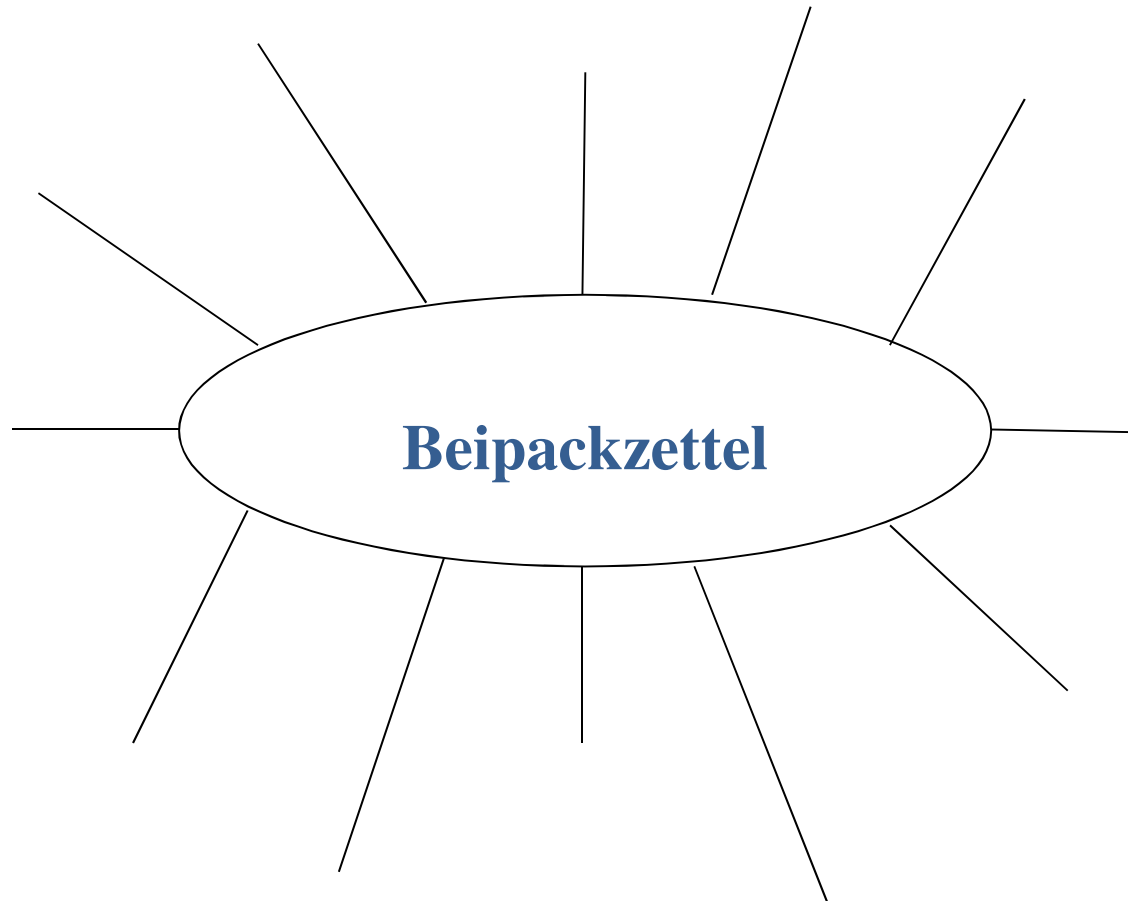
Der Apotheker empfiehlt ein anderes Medikament. Aspirin ist nicht gut für den Magen.

Die Kundin kauft das Medikament. Sie vertraut dem Apotheker.

Sie braucht kein Rezept. Das Medikament kostet weniger als 5,40 Euro.

Handout 14 - Beipackzettel

Welche Informationen findet man auf einem Beipackzettel?



Handout 15 – Beipackzettel Aspirin® + C - Brausetabletten

Liebe Patientin, lieber Patient!

Bitte lesen Sie diese Gebrauchsinformation aufmerksam, weil sie wichtige Informationen darüber enthält, was Sie bei der Einnahme dieses Arzneimittels beachten sollen. Wenden Sie sich bei Fragen bitte an Ihren Arzt oder Apotheker.

GEBRAUCHSINFORMATION

Aspirin® + C - Brausetabletten

Wirkstoffe: Acetylsalicylsäure und Ascorbinsäure
Z.Nr.: 14.079

Was ist in Aspirin+C-Brausetabletten enthalten?

Arzneilich wirksame Bestandteile: Eine Brausetablette enthält 400 mg Acetylsalicylsäure (ASS), 240 mg Ascorbinsäure (Vitamin C).
Sonstige Bestandteile: Natriumzitrat, Natriumbikarbonat, Natriumkarbonat wasserfrei, Zitronensäure wasserfrei.

Arzneiform

Brausetabletten

Packungsgrößen

10, 20 und 40 Stück.

Wie wirken Aspirin+C-Brausetabletten?

Der Wirkstoff Acetylsalicylsäure (ASS) hat schmerzlindernde, fiebersenkende und entzündungshemmende

Wirkung. Der Gehalt an Vitamin C in den Brausetabletten deckt den erhöhten Bedarf an diesem wichtigen Vitamin bei fieberhaften Erkrankungen, grippalen Infekten und Entzündungen.

Durch die in Aspirin+C-Brausetabletten enthaltenen neutralisierenden Substanzen ist eine gute Magenverträglichkeit gewährleistet. Die Wirkung setzt nach etwa 1/2 Stunde ein und hält 3 - 4 Stunden an.

Zulassungsinhaber

Bayer Austria, 1160 Wien

Hersteller

Bayer Bitterfeld GmbH, 06803 Greppin, Deutschland

Wann werden Aspirin+C-Brausetabletten verwendet?

Zur Linderung von Schmerzen und Fieber bei Erkältungskrankheiten und grippalen Infekten.

Zur Linderung von Schmerzen verschiedener Art wie z.B. Kopf- und Zahnschmerzen, Muskel- und Gliederschmerzen, Gelenkschmerzen im Rahmen des rheumatischen Formenkreises, Regelschmerzen.

Wann dürfen Aspirin+C-Brausetabletten nicht eingenommen werden?

Sie dürfen Aspirin+C-Brausetabletten nicht einnehmen:

- bei Überempfindlichkeit gegen Acetylsalicylsäure oder einen der anderen Bestandteile des Präparates;
- bei Asthma in der Vorgeschichte, das durch Acetylsalicylsäure oder andere Schmerzmittel ausgelöst wurde;
- bei Überempfindlichkeit gegen Salicylate, der Stoffgruppe, zu der Acetylsalicylsäure gehört;
- bei Magen-Darm-Geschwüren;
- bei erhöhter Blutungsneigung;

- bei schwerer Leberschwäche;
- bei schwerer Nierenschwäche;
- bei schwerer unkontrollierter Herzschwäche;
- in Kombination mit Methotrexat-hältigen Arzneimitteln in Dosen von 15 mg/Woche oder mehr (siehe Wechselwirkungen);
- in den letzten 3 Monaten der Schwangerschaft.

Arzneimittel, die Acetylsalicylsäure enthalten, dürfen Kindern unter einem Jahr nicht gegeben werden.

Dürfen Aspirin+C-Brausetabletten während der Schwangerschaft und in der Stillzeit eingenommen werden?

In den ersten 6 Monaten der Schwangerschaft dürfen Aspirin+C-Brausetabletten nur nach Rücksprache mit einem Arzt eingenommen werden.

In den letzten 3 Monaten der Schwangerschaft dürfen Aspirin+C-Brausetabletten nicht eingenommen werden.

In der Stillzeit muss bei kurzfristiger Anwendung in der empfohlenen Dosierung das Stillen nicht unterbrochen werden. Bei längerer Anwendung oder bei Einnahme höherer Dosen sollte abgestillt werden.

Vorsichtsmaßnahmen für die Verwendung und besondere Warnhinweise Was müssen Sie außerdem beachten?

Bevor Sie mit der Behandlung beginnen, müssen Sie Ihren Arzt informieren

- wenn Sie schwanger sind oder wenn Sie glauben, daß Sie schwanger sind,
- wenn Sie stillen,
- wenn Sie noch andere Arzneimittel einnehmen, insbesondere Medikamente, die Acetylsalicylsäure enthalten oder Mittel gegen Schmerzen und Rheuma,
- wenn Sie an anderen Krankheiten oder Allergien leiden.

Vorsicht ist geboten bei:

- Gleichzeitiger Behandlung mit gerinnungshemmenden Arzneimitteln;
- Magen-Darm-Geschwüren oder Magen-Darm-Blutungen in der Vorgeschichte;
- Verminderter Nierenfunktion;
- Verminderter Leberfunktion;
- Überempfindlichkeit gegen andere Schmerz- oder Rheumamittel oder andere entzündungshemmende Mittel.

Aspirin+C-Brausetabletten sollten ohne ärztliche Anordnung nicht länger als 10 Tage, bei Fieber nicht länger als 3 Tage hintereinander angewendet werden.

Es besteht ein möglicher Zusammenhang zwischen Acetylsalicylsäure und dem Reye-Syndrom (lebensbedrohlichen Komplikationen des Gehirns und der Leber betreffend), wenn

Acetylsalicylsäure

an Kinder mit Fieber verabreicht wird. Arzneimittel, die Acetylsalicylsäure enthalten, dürfen daher an Kinder unter 12 Jahren nur auf ärztliche Verordnung verabreicht werden.

ASS kann krampfartige Verengung der Bronchien begünstigen und Asthmaanfälle oder andere Überempfindlichkeitsreaktionen auslösen. Risikofaktoren sind bestehendes Asthma, Heuschnupfen,

Nasenpolypen oder chronische Atemwegserkrankungen. Das gleiche gilt für Patienten, die auch auf andere Stoffe allergisch reagieren (z.B. mit Hautreaktionen, Juckreiz oder Nesselfieber).

Aufgrund der Hemmung der Blutplättchen kann es insbesondere während als auch nach operativen Eingriffen (auch bei kleineren Eingriffen wie z.B. Zahnextraktionen) zu einer erhöhten Blutungsneigung kommen.

Acetylsalicylsäure vermindert in niedriger Dosierung die Harnsäureausscheidung. Diese Tatsache kann bei Patienten, die zu einer niedrigen Harnsäureausscheidung neigen, einen Gichtanfall auslösen.

Handout 15a - Beipackzettel Aspirin® + C Brausetabletten



© monropic/fotolia.com

Finden Sie anhand des Beipackzettels heraus, ob folgende Aussagen über Aspirin® + C Brausetabletten stimmen.

	richtig	falsch
Aspirin® + C ist ein Medikament.		
In Aspirin® + C ist kein Vitamin C enthalten.		
Aspirin® + C gibt es in Packungen zu 10, 20, 40 und 80 Stück.		
Aspirin® + C senkt das Fieber.		
Aspirin® + C hilft gegen Schmerzen.		
Die Wirkung von Aspirin® + C setzt sofort ein.		
Aspirin® + C wirkt 3 – 4 Stunden.		
Aspirin® + C hilft bei Erkältungskrankheiten.		
Aspirin® + C hilft nicht bei Kopfschmerzen.		
Aspirin® + C darf während der gesamten Schwangerschaft eingenommen werden.		

Handout 15b – Beipackzettel Auflösung

Liebe Patientin, lieber Patient!

Bitte lesen Sie diese Gebrauchsinformation aufmerksam, weil sie wichtige Informationen darüber enthält, was Sie bei der Einnahme dieses Arzneimittels beachten sollen. Wenden Sie sich bei Fragen bitte an Ihren Arzt oder Apotheker.

GEBRAUCHSINFORMATION

Aspirin® + C - Brausetabletten

Wirkstoffe: Acetylsalicylsäure und Ascorbinsäure
Z.Nr.: 14.079

Was ist in Aspirin+C-Brausetabletten enthalten?

Arzneilich wirksame Bestandteile: Eine Brausetablette enthält 400 mg Acetylsalicylsäure (ASS), **240 mg Ascorbinsäure (Vitamin C)**.
Sonstige Bestandteile: Natriumzitrat, Natriumbikarbonat, Natriumkarbonat wasserfrei, Zitronensäure wasserfrei.

Arzneiform

Brausetabletten

Packungsgrößen

10, 20 und 40 Stück.

Wie wirken Aspirin+C-Brausetabletten?

Der Wirkstoff Acetylsalicylsäure (ASS) hat **schmerzlindernde, fiebersenkende** und entzündungshemmende Wirkung. Der Gehalt an Vitamin C in den Brausetabletten deckt den erhöhten Bedarf an diesem wichtigen Vitamin bei fieberhaften Erkrankungen, grippalen Infekten und Entzündungen.

Durch die in Aspirin+C-Brausetabletten enthaltenen neutralisierenden Substanzen ist eine gute Magenverträglichkeit gewährleistet. **Die Wirkung setzt nach etwa 1/2 Stunde ein und hält 3 - 4 Stunden an.**

Zulassungsinhaber

Bayer Austria, 1160 Wien

Hersteller

Bayer Bitterfeld GmbH, 06803 Greppin, Deutschland

Wann werden Aspirin+C-Brausetabletten verwendet?

Zur Linderung von Schmerzen und Fieber bei Erkältungskrankheiten und grippalen Infekten. Zur Linderung von Schmerzen verschiedener Art wie z.B. Kopf- und Zahnschmerzen, Muskel und Gliederschmerzen, Gelenkschmerzen im Rahmen des rheumatischen Formenkreises, Regelschmerzen.

Wann dürfen Aspirin+C-Brausetabletten nicht eingenommen werden?

Sie dürfen Aspirin+C-Brausetabletten nicht einnehmen:

- bei Überempfindlichkeit gegen Acetylsalicylsäure oder einen der anderen Bestandteile des Präparates;
- bei Asthma in der Vorgeschichte, das durch Acetylsalicylsäure oder andere Schmerzmittel ausgelöst wurde;
- bei Überempfindlichkeit gegen Salicylate, der Stoffgruppe, zu der Acetylsalicylsäure gehört;
- bei Magen-Darm-Geschwüren;
- bei erhöhter Blutungsneigung;
- bei schwerer Leberschwäche;

- bei schwerer Nierenschwäche;
- bei schwerer unkontrollierter Herzschwäche;
- in Kombination mit Methotrexat-hältigen Arzneimitteln in Dosen von 15 mg/Woche oder mehr (siehe Wechselwirkungen);
- **in den letzten 3 Monaten der Schwangerschaft.**

Arzneimittel, die Acetylsalicylsäure enthalten, dürfen Kindern unter einem Jahr nicht gegeben werden.

Dürfen Aspirin+C-Brausetabletten während der Schwangerschaft und in der Stillzeit eingenommen werden?

In den ersten 6 Monaten der Schwangerschaft dürfen Aspirin+C-Brausetabletten nur nach Rücksprache mit einem Arzt eingenommen werden.

In den letzten 3 Monaten der Schwangerschaft dürfen Aspirin+C-Brausetabletten nicht eingenommen werden.

In der Stillzeit muss bei kurzfristiger Anwendung in der empfohlenen Dosierung das Stillen nicht unterbrochen werden. Bei längerer Anwendung oder bei Einnahme höherer Dosen sollte abgestillt werden.

Vorsichtsmaßnahmen für die Verwendung und besondere Warnhinweise Was müssen Sie außerdem beachten?

Bevor Sie mit der Behandlung beginnen, müssen Sie Ihren Arzt informieren

- wenn Sie schwanger sind oder wenn Sie glauben, dass Sie schwanger sind,
- wenn Sie stillen,
- wenn Sie noch andere Arzneimittel einnehmen, insbesondere Medikamente, die Acetylsalicylsäure enthalten oder Mittel gegen Schmerzen und Rheuma,
- wenn Sie an anderen Krankheiten oder Allergien leiden.

Vorsicht ist geboten bei:

- Gleichzeitiger Behandlung mit gerinnungshemmenden Arzneimitteln;
- Magen-Darm-Geschwüren oder Magen-Darm-Blutungen in der Vorgeschichte;
- Verminderter Nierenfunktion;
- Verminderter Leberfunktion;
- Überempfindlichkeit gegen andere Schmerz- oder Rheumamittel oder andere entzündungshemmende Mittel.

Aspirin+C-Brausetabletten sollten ohne ärztliche Anordnung nicht länger als 10 Tage, bei Fieber nicht länger als 3 Tage hintereinander angewendet werden.

Es besteht ein möglicher Zusammenhang zwischen Acetylsalicylsäure und dem Reye-Syndrom (lebensbedrohlichen Komplikationen des Gehirns und der Leber betreffend), wenn Acetylsalicylsäure

an Kinder mit Fieber verabreicht wird. Arzneimittel, die Acetylsalicylsäure enthalten, dürfen daher an Kinder unter 12 Jahren nur auf ärztliche Verordnung verabreicht werden.

ASS kann krampfartige Verengung der Bronchien begünstigen und Asthmaanfälle oder andere Überempfindlichkeitsreaktionen auslösen. Risikofaktoren sind bestehendes Asthma, Heuschnupfen,

Nasenpolypen oder chronische Atemwegserkrankungen. Das gleiche gilt für Patienten, die auch auf andere Stoffe allergisch reagieren (z.B. mit Hautreaktionen, Juckreiz oder Nesselfieber).

Aufgrund der Hemmung der Blutplättchen kann es insbesondere während als auch nach operativen Eingriffen (auch bei kleineren Eingriffen wie z.B. Zahnextraktionen) zu einer erhöhten Blutungsneigung kommen.

Acetylsalicylsäure vermindert in niedriger Dosierung die Harnsäureausscheidung. Diese Tatsache kann bei Patienten, die zu einer niedrigen Harnsäureausscheidung neigen, einen Gichtanfall auslösen.

8. Quellenverzeichnis

Öffentliches Gesundheitsportal Österreichs: Gesundheitskompetenz

<https://www.gesundheit.gv.at/Portal.Node/ghp/public/content/aktuelles/gesundheitskompetenz.html> (Stand: 7.8.2014)

Arbeiterkammer: Krankenstand – Was ein erkrankter Arbeitnehmer tun muss

<http://www.arbeiterkammer.at/beratung/arbeitsrecht/krankheitundpflege/krankheit/Krankenstand.html> (Stand: 11.8.2014)

Kurzfilm youtube: Robert ist im Krankenstand

<http://www.youtube.com/watch?v=M4-nedT-kIU> (Stand : 11.8.2014)

Fousek, Stephan/Domittner, Brigitte/Nowak, Peter: Health Literacy – Grundlagen und Vorschläge für die Umsetzung des Rahmen-Gesundheitszieles „Die Gesundheitskompetenz der Bevölkerung stärken“; Wissenschaftlicher Ergebnisbericht; Hrsg. Gesundheit Österreich GmbH, Wien 2012

Schritte Plus 2, Hueber Verlag

<http://www.hueber.de/sixcms/media.php/36/srp2-oe-l10-text.pdf> (Stand 12.8.2014)

Vorsorgeuntersuchung

<https://www.sozialversicherung.at/portal27/sec/portal/stgkkportal/content/contentWindow?contentid=10007.711617&action=2&viewmode=content> (Stand 13.8.2014)

<http://www.zurrose.at/gesundheit/vorsorgeuntersuchung.html> (Stand: 13.8.2014)

Öffentliches Gesundheitsportal Österreichs

https://www.gesundheit.gv.at/Portal.Node/ghp/public/content/Vorsorgeuntersuchung_Ablauf_LN.html#headline91 (Stand 13.8.2014)

Formulare zur Vorsorgeuntersuchung

<http://www.sozialversicherung.at/portal27/portal/esvportal/content/contentWindow?action=2&viewmode=content&contentid=10007.684153> (Stand 13.8.2014)

Statistik Austria Krankenstandsstatistik 2013

http://www.statistik.at/web_de/statistiken/gesundheit/gesundheitszustand/krankensstandsstage/index.html (Stand 14.8.2014)

Beipacktext Aspirin +C Brausetabletten

www.shop-apotheke.at/pdf/productPDFs/beipackzettel/A0497874.pdf (Stand 12.8.2014)