



Der Gesundheits-Pass für Personen im Autismus-Spektrum

Dieser Pass soll dem Gesundheitspersonal helfen, Sie sowohl ambulant wie auch stationär zu versorgen.

Nehmen Sie den ausgefüllten Gesundheitspass mit, wenn Sie zum Arzt, ins Spital oder in eine andere pflegerische Institution gehen müssen. Zeigen Sie ihn den Ärzten, den Pflegefachpersonen und allen anderen medizinischen Fachkräften, mit denen Sie in Kontakt kommen. Wenn Sie ins Spital eingeliefert werden, bitten Sie eine Pflegefachperson, Ihren Pass in Ihrer (elektronischen) medizinischen Akte abzulegen und aufzubewahren.

Denken Sie daran: Sie sind möglicherweise als Notfall im Spital, wo Ärzte und Pflegefachpersonen Sie so schnell wie möglich behandeln müssen.

Schreiben Sie deshalb nur die wichtigsten Informationen auf, damit die Ärzte und das Pflegepersonal Ihnen rasch helfen können.

Dies ist der persönliche Gesundheitspass von



Informationen für die Mitarbeitenden des Gesundheitswesens:

Bitte schauen Sie diese Informationen an, bevor Sie mich behandeln oder Eingriffe vornehmen.

Bitte bewahren Sie meinen Gesundheitspass so auf, dass sich alle Personen, die mit mir in Kontakt sind, diese Informationen anschauen können.



autismus schweiz
autisme suisse
autismo svizzera

Persönliche Informationen

Persönliche Informationen

Schreiben Sie hier Angaben zu Ihrer Person auf.

Ihre AHV und Versicherungsnummer finden Sie auf Ihrer Krankenkassenkarte: 807...



Name, Vorname:

Rufname:

Geburtsdatum:

AHV-Nummer:

Versicherten-Nr:

Meine wichtigste Bezugsperson

Schreiben Sie hier auf, welche Person informiert werden soll, wenn Sie auf Grund eines Unfalls ins Spital gebracht werden.



Name, Vorname:

Beziehung:

Telefonnummer:

Weitere Personen, die Sie in Zusammenhang mit meiner Behandlung oder Pflege kontaktieren können

Hier können Sie Ihren Hausarzt oder Fachpersonen erwähnen, die Sie gut kennen.



Name, Vorname:

Verhältnis:

Telefonnummer:

Name, Vorname:

Verhältnis:

Telefonnummer:

Sonstige wichtige Informationen, die man über mich wissen sollte

Es kann hilfreich sein, diesen Punkt erst zu ergänzen, nachdem sie den Gesundheitspass ausgefüllt haben.

.....

Informationen im medizinischen Kontext

Wichtige allgemeine medizinische Diagnosen und Informationen - diese gesundheitlichen Probleme habe ich:



Geben Sie hier an, welche grösseren medizinischen Diagnosen und Probleme Sie haben. Falls Sie Allergien haben, geben Sie diese hier an und schreiben Sie auch hin, wie Sie darauf reagieren.

Hier zwei Beispiele: Diagnosen: Asthma, Diabetes und Epilepsie oder Allergien: Penicillin mit folgender Reaktion: Hautausschlag und Atemnot

.....

.....

.....

.....

.....

Diese Medikamente nehme ich regelmässig ein:

Führen Sie alle Medikamente auf, die Sie regelmässig einnehmen, einschliesslich der Dosis und der Zeiten. Halten Sie diese Information unbedingt aktuell.



.....

.....

.....

Bitte nehmen Sie keine Änderungen an meinen Medikamenten vor, ohne dies zuvor mit folgender Person abzusprechen:



Name, Vorname:

.....

Verhältnis:

.....

Telefonnummer:

.....

Ich habe eine Patientenverfügung: Ja

Nein

Falls ja, sie befindet sich hier:

.....

Soziale Interaktion

So kommuniziere ich

Um Ihnen zu helfen, muss das Gesundheitspersonal viele Informationen sammeln. Wählen Sie aus, wie Sie kommunizieren und ergänzen Sie, wenn nötig.



- Ich kann Fragen verbal beantworten.
- Die Fragen müssen kurz und spezifisch sein.
- Ich kommuniziere verbal, schriftlich, mit Symbolbildern.
- Mir fällt es schwer zu kommunizieren, wenn ich den Ort und/oder die andere Person nicht kenne.
- Bitte schreiben Sie mir das Gesagte auf.
- Bitte geben Sie mir Zeit, Ihre Antworten zu notieren.
- Ich benötige zusätzliche Zeit, um Fragen zu beantworten.

- Ich bin in der Regel in der Lage, auf Dinge zu zeigen oder sie zu demonstrieren.

So reduziere ich Stress, diese Dinge beruhigen mich

Beschreiben Sie hier, was Ihnen hilft, mit stressigen Situationen umzugehen (hilft es Ihnen z.B., wenn die bevorstehende Situation vorgängig beschrieben wird und einzelne Handlungsabläufe erläutert werden? Brauchen Sie Pausen zwischen den Untersuchungen?)



Hilfsmittel, welche Sie nutzen, um unangenehme Reize zu verringern oder besser mit ihnen umzugehen

- Oropax / Kopfhörer
- Sonnenbrille / Licht dimmen
- Stopp-Karte
- Gewichtsweste / Bleischürze
- Stimming
- Fidget-Toy

So wirkt sich der Autismus aufs Schmerzempfinden aus

Informationen zu meinem Schmerzempfinden



Um herauszufinden, was Ihnen fehlt und wie Sie behandelt werden müssen, werden Ihnen die Ärzte und Pflegefachleute viele Fragen über Schmerzen stellen. Sie werden auch wissen wollen, ob es Ihnen wehtut, wenn sie Sie untersuchen. Schreiben Sie hier auf, wie Sie Schmerzen wahrnehmen und wie Sie dies kommunizieren.

Ich habe ein vermindertes / fehlendes / verstärktes Schmerzempfinden.

Verminderte Mimik und monotone Stimme erschweren es, das Schmerzlevel zu erkennen.

Ich kann dem Gesundheitspersonal sagen, dass ich Schmerzen habe Ja Nein

Auf welche Weise können Sie, dem medizinischen Personal mitteilen, dass Sie Schmerzen haben?

.....

.....

.....

Wie können Sie am besten zeigen, wo Sie Schmerzen haben (am Körper, auf einem Bild, etc.)?

.....

.....

.....

Wie verhalten Sie sich, wenn Sie Schmerzen haben? Verhalten Sie sich sehr ruhig und zurückgezogen, oder regen Sie sich auf und werden vielleicht sogar wütend oder scheinen aggressiv?

.....

.....

.....

Welche Worte verwenden Sie, wenn es um Schmerzen geht? Sagen Sie zum Beispiel: «Das ist nicht so toll», um auszudrücken, dass Sie starke Schmerzen haben.

.....

.....

.....

Situationen im medizinischen Kontext

Diese Situationen sind für mich schwierig

Geben Sie an, welche sozialen Interaktionen beim Arztbesuch oder im Krankenhaus für Sie besonders herausfordernd sind - also Situationen, Tätigkeiten und/oder Dinge, welche bei Ihnen Stress und/oder Angst auslösen. Schreiben Sie dahinter auf, was Ihnen im Umgang mit der Situation hilft. Ergänzen Sie, falls nötig.

- der Anmeldeschalter
- warten an sich
- das Wartezimmer
- körperliche Untersuchungen
- bei Untersuchungen allein zu sein
- Blutdruck messen
- Blutentnahme

Das ist mir im Umgang mit Unbekanntem im medizinischen Kontext unangenehm



Das medizinische Personal muss Sie untersuchen und Tests durchführen. Dabei werden sie Sie mit den Händen berühren und verschiedene Geräte benutzen. Hier können Sie Ihre sensorischen oder anderen Probleme angeben, die berücksichtigt werden sollten. Vielleicht haben Sie schon gute Methoden gefunden, die Ihnen in diesen Situationen helfen. Notieren Sie diese auf der Linie (z.B. vorher ankündigen, eindeutige Berührung, etc.):

- Nähe zu anderen Personen
- Berührungen
- Blutentnahme
- Einnahme von Tabletten / Kapseln / Pulver / Brausetabletten / Sirup

- Still liegen bleiben (z.B. beim Röntgen)
- Injektionen / Infusionen
- Blutdruck messen

Weitere Informationen über mich

Sensorische Bedürfnisse

Gibt es z.B. bestimmte Gerüche, die Sie in Gesundheitsinstitutionen nicht mögen (z.B. Desinfektionsmittel, Gummihandschuhe usw.) oder ertragen Sie kein helles Licht? Erleben Sie es als unangenehm, wenn medizinische Geräte kalt sind? Schmerzen Sie unbekannte Geräusche?

.....

.....

Meine besonderen Interessen

Themen, die Sie interessieren / Vorlieben im Fernsehprogramm / Aktivitäten, die Sie gerne ausführen



Sonstiges

Beschreiben Sie hier weitere Informationen, die in Ihrem Alltag wichtig sind, wie z.B. Routinen, Rituale und Abläufe, die Sie gerne einhalten möchten, wie Essenszeiten und besondere Vorlieben beim Essen, Spaziergänge etc.

Schreiben Sie hier auch alle Dinge und Tätigkeiten auf, die Sie beruhigen (z.B. Wippen, Fidget Toys etc.).

.....

.....



Dies hilft mir, wenn ich einen Meltdown oder Shutdown habe

Beispiele ankreuzen und / oder nachfolgend ergänzen



- Reize reduzieren (Kopfhörer aufsetzen, Sonnenbrille aufsetzen)
 - Energie auffüllen (Etwas essen oder trinken, wenn erlaubt)
 - Ruhiger Ort (Bitten Sie darum, an einen ruhige(re)n Ort gebracht zu werden.)
 - Vertrauensperson / Begleitperson um Hilfe bitten
 - sich selbst spüren (Gewichtsdecke, Bleischürze)
 - ein Kuschtier
 - Pausen
-
-



Sonstige Hinweise für die Personen im Autismus-Spektrum

Aktualisierung

Es ist wichtig, dass Sie Ihren Gesundheitspass aktuell halten. Dies vor allem, wenn Sie eine Änderung der Medikation haben oder sich Ihr gesundheitlicher Zustand ändert.

So gehen Sie am besten mit Ihrem Gesundheitspass um

Wenn Sie Ihren Pass ausgefüllt haben, führen Sie ihn als Ausdruck mit sich, wenn Sie ins Krankenhaus müssen. Zeigen Sie ihn Ärzten, Pflegekräften und anderen medizinischen Fachkräften, mit denen Sie in Kontakt kommen. Wenn Sie ins Krankenhaus eingeliefert werden, bitten Sie eine Pflegekraft, Ihren Pass mit Ihren Notizen so aufzubewahren, damit alle Mitarbeitenden Einblick haben.

Für Notfälle könnten Sie den Gesundheitspass fotografieren oder als Dokument auf Ihrem Handy ablegen. Es ist auch möglich, einen Verweis in Ihren Geldbeutel zu legen, wo Ihr Gesundheitspass zu finden ist.



Das Autismus-Spektrum kurz erklärt

Autismus ist eine oft nicht sichtbare Entwicklungsdiversität. Die betroffenen Personen können sich stark voneinander unterscheiden. Es heisst: **«Kennst du einen Menschen mit Autismus, kennst du genau einen Menschen mit Autismus.»**

Aktuell wird weltweit von ca. 1 bis 3% Betroffenen ausgegangen.

Menschen im Autismus-Spektrum haben:

- * eine andere Wahrnehmung
- * andere Denk- und Lernstile
- * eine andere Art der sozialen Interaktion und Kommunikation und Verhaltensweisen, die nicht-autistische Menschen oft nicht verstehen

Übersetzt und angepasst mit freundlicher Genehmigung durch die NAS (England)



Mit freundlicher Unterstützung der



Stiftung FGE



autismus schweiz
autisme suisse
autismo svizzera

Geschäftsstelle Zürich
Riedhofstr. 354, CH-8049 Zürich
+41 44 341 13 13, www.autismus.ch

