



**tell someone**  
Ich sag's weiter – Du auch?

# Gut vorbereitet zum Frauenarztbesuch

Dein erster Besuch beim Frauenarzt steht an, und du bist nervös? Das ist ganz normal. Aber keine Angst: Zunächst kannst du bei einem Beratungsgespräch den Arzt kennenlernen und Fragen stellen. Wenn du willst, nimm deine Mutter oder eine Freundin mit.

Mit diesem Wunschzettel kannst du den Termin prima vorbereiten. Fülle alles in Ruhe aus und überlege dir, welche Fragen du hast, und welche Themen dir wichtig sind. Wenn du den Wunschzettel bei der Anmeldung in der Praxis abgibst, bekommt der Arzt alle Informationen, die er braucht.

## Was du mitnehmen musst

- Überweisung vom Hausarzt
- Chipkarte deiner Krankenkasse
- Regelkalender

## Was dein Arzt wissen muss

### Über dich

Name

  


Adresse

Körpergröße

Gewicht

**Gebärmutterhalskrebs. Vorbeugen.**

### Zyklus und Periode

Wann hattest du zum 1. Mal deine Regelblutung?

.   .

Wann hattest du deine letzte Regelblutung?

.   .

Hast du Beschwerden während der Periode?

Ja  Nein



### Verhütung und Pille

Hattest du schon Geschlechtsverkehr?

Ja  Nein

Wenn ja, wie hast du verhütet?

---

---

## Dein Wunschzettel

### Deine Wunschthemen

- Probleme mit Pubertät
- Körperliche Entwicklung
- Liebe und Sexualität
- Zyklus und Menstruation
- Verhütung
- Schwangerschaft
- Sexuell übertragbare Krankheiten
- Impfung gegen Gebärmutterhalskrebs
- Impfungen allgemein  
(z. B. Röteln, Hepatitis B, Keuchhusten)



### Platz für deine Fragen

---

---

---

---

---

Hast du alles beantwortet und deine Wunschthemen und Fragen notiert? Dann steht deinem Frauenarzttermin nichts mehr im Wege. Infos speziell zur Vorbeugung von Gebärmutterhalskrebs und zur HPV-Impfung findest du unter [www.tellsomeone.de](http://www.tellsomeone.de).