

Leitfaden für Ihren Besuch in der hautärztlichen Praxis



Suchen Sie frühzeitig einen Hautarzt oder eine Hautärztin auf, wenn Sie typische Rosacea-Symptome bei sich erkennen. Denn die richtige Therapie kann nur im persönlichen Gespräch festgelegt werden. Der Leitfaden dient zur Vorbereitung auf Ihren Termin, damit Sie Ihrem Hautarzt oder Ihrer Hautärztin umso präziser Ihren Krankheitsverlauf schildern können. Jedes Gespräch verläuft individuell – der Leitfaden gibt Ihnen einen Überblick über Fragen, die häufig von Dermatolog:innen gestellt werden.

Zur besseren Vorbereitung, sollten Sie folgende Fragen vor Ihrem Praxisbesuch für sich selbst beantworten:

Symptome

➤ Wann traten Ihre Symptome erstmalig auf?

➤ Sind die Symptome dauerhaft sichtbar oder treten sie schubweise auf, z. B. in bestimmten Situationen?

➤ Sind die Symptome schmerzhaft – spüren Sie z. B. ein Brennen, Stechen oder Jucken?

➤ Waren Sie bereits bei einem Hautarzt/einer Hautärztin?

Haben Sie bereits etwas gegen die Symptome unternommen, z. B. kosmetisch oder medizinisch?

Wohlbefinden

➤ Wie nehmen Sie selbst die Erkrankung wahr?

➤ Inwieweit belasten Sie die Symptome Ihrer Hauterkrankung im Alltag psychisch auf einer Skala von 1 bis 10?

(gar nicht) 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 (stark)

➤ Welche Symptome belasten Sie besonders?

Flächige Rötungen erweiterte Äderchen Pickel/Knötchen Hautverdickungen

Trockene Augen/Fremdkörpergefühl Sonstige: _____

Hautpflege und Kosmetik

➤ Welche Reinigungs-/Pflegeprodukte verwenden Sie? Oft hilft es, wenn Sie die Produkte in die Sprechstunde mitbringen.

Allgemein

➤ Reagiert Ihre Haut besonders auf bestimmte äußere Einflüsse, wie z. B. Sonnenstrahlung, Temperaturwechsel, Stress oder bei körperlicher Anstrengung?

➤ Reagiert Ihre Haut besonders, wenn Sie bestimmte Lebensmittel, wie z. B. scharfe Speisen oder Alkohol, zu sich nehmen?

➤ Sind Familienmitglieder von Ihnen von Rosacea betroffen?

Folgende Fragen können Sie in Ihrem Gespräch mit dem Hautarzt/der Hautärztin klären:

Therapieoptionen

- Welche Behandlung ist für mich sinnvoll?

- Welches Medikament/welche Therapie wirkt gegen:
 - Flächige Rötungen: _____
 - Erweiterte Äderchen: _____
 - Pickel und Knötchen: _____
 - Hautverdickungen: _____
 - Trockene Augen/
Fremdkörpergefühl: _____

- Wie lange muss ich die Medikamente jeweils nehmen?

- Kommt meine Krankenkasse für die Behandlung auf?
Wenn nicht, ist diese Therapie dennoch sinnvoll und kann ich sie privat bezahlen?

- Was kann ich von der Behandlung in welcher Zeit erwarten?

- Gibt es in Ihrer Praxis auch die Möglichkeit einer kosmetischen Behandlung?

Sonstiges

- Wie sieht mein Krankheitsverlauf wahrscheinlich aus?

- Was kann ich sonst noch tun, um meine Krankheitsschübe einzuschränken
bzw. welche Faktoren können meine Rosacea auslösen?
 - Muss ich im Alltag etwas beachten, wenn ich in die Sonne gehe?
 - Muss ich auf eine bestimmte Ernährungsweise achten?

- Welche Mittel empfehlen Sie mir für Gesichtereinigung und -pflege, Sonnenschutz sowie Make-Up?





- Meine Augen fühlen sich gereizt an. Kann das mit den Symptomen auf der Haut zusammenhängen?

- Sprechen Sie auch Ihr psychisches Wohlbefinden bei Ihrem Besuch in der hautärztlichen Praxis an!

Weitere Services:

- Das Rosacea-Tagebuch,
auch als App: rosacea-info.de/rosacea-app
- Pflege und Reinigung der Rosacea-Haut

Weitere Informationen finden Sie unter:

-  www.rosacea-info.de
-  facebook.com/aktivgegenrosacea
-  instagram.com/aktivgegenrosacea
-  youtube.com/aktivgegenrosacea