

## fürs erfolgreiche Hautarztgespräch bei Neurodermitis



### So bereitest du dich optimal auf den Hautarzttermin vor:

**Wenn du dich in deiner Haut nicht wohlfühlst, ergreife selbst die Initiative!** Denn die gute Nachricht:

Es gibt Hilfe für deine Haut! Du warst schon oft beim Arzt und nichts, was er dir empfohlen bzw. verschrieben hat, hat geholfen? Gib' nicht auf! Die Forschung hat in den letzten Jahren zu wirksamen Therapien mit guter Verträglichkeit geführt. Warte nicht mehr länger und vereinbare jetzt einen Termin bei deinem Hautarzt. Findet gemeinsam die für dich passende Therapie!

Eine gute Vorbereitung fürs Arztgespräch hilft dir, deine Erkrankung und dein Anliegen auch in einem kurzen Arzttermin selbstbewusst und klar darzulegen. Damit wiederum dein Arzt/deine Ärztin optimal auf deine Anliegen eingehen können. Folgende Fragen können dazu hilfreich sein:

### 1 Warum hast du diesen Termin vereinbart?

#### Was sind deine Beschwerden und Symptome?

- |  |   |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Juckende Haut   | <input type="checkbox"/> Hautausschläge   |
| <input type="checkbox"/> Hautrötungen    | <input type="checkbox"/> Hautnässen       |
| <input type="checkbox"/> Schuppenbildung | <input type="checkbox"/> trockene Haut    |
| <input type="checkbox"/> Hauteinrisse    | <input type="checkbox"/> Hautverdickungen |
| <input type="checkbox"/> Schmerzen       | <input type="checkbox"/> Weitere: _____   |

Wie häufig hattest du in den vergangenen 3 Monaten einen Neurodermitis-Schub? \_\_\_\_\_

Wie lange dauert ein Neurodermitis-Schub bei Dir im Durchschnitt? \_\_\_\_\_

#### Welche Körperregionen sind betroffen?

- |   |                                  |
|---|----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Kopfhaut       | <input type="checkbox"/> Gesicht |
| <input type="checkbox"/> Hals           | <input type="checkbox"/> Nacken  |
| <input type="checkbox"/> Rücken         | <input type="checkbox"/> Arme    |
| <input type="checkbox"/> Ellbogen       | <input type="checkbox"/> Hand    |
| <input type="checkbox"/> Brustbereich   | <input type="checkbox"/> Beine   |
| <input type="checkbox"/> Kniekehlen     | <input type="checkbox"/> Fuß     |
| <input type="checkbox"/> Weitere: _____ |                                  |

### TIPP

**Fotografiere den Hautstatus zum Zeitpunkt der Terminvereinbarung.**

Schließlich können sich die Symptome bis zum Termin verändert haben.



#### In welchen Situationen belastet dich deine Hautkrankheit im täglichen Leben?

- |   |  |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Einschränkungen im Alltag (z.B. Arbeit)      | <input type="checkbox"/> Konzentrationsschwierigkeiten |
| <input type="checkbox"/> Psychische Belastung                         | <input type="checkbox"/> Weitere: _____                |
| <input type="checkbox"/> Schlafstörungen (und Müdigkeit)              | _____  |
| <input type="checkbox"/> Probleme in der Beziehung oder Partnerschaft | _____  |

#### Welche weiteren Erkrankungen wurden von deinem Arzt bei dir diagnostiziert?

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Heuschnupfen  | <input type="checkbox"/> Andere: _____ |
| <input type="checkbox"/> Asthma  | _____                                  |
| <input type="checkbox"/> Depressionen/Angstzustände                              | _____                                  |
| <input type="checkbox"/> Unverträglichkeiten (z. B. von bestimmten Lebensmittel) |  |

## Wie ist deine Neurodermitis bisher (schulmedizinisch) behandelt worden?

Behandlungsüberblick	Name des Medikaments	Was hat geholfen, was nicht?
<b>Basispflege</b> (z. B. Creme, Lotion, Salbe)		
<b>Topische Therapie</b> (z. B. Creme, Salbe, Lotion mit medizinischem Wirkstoff wie z. B. Kortison, Calcineurin-Hemmer)		
<b>Lichttherapie</b>		
<b>Konventionelle Systemtherapien</b> (z. B. Ciclosporin A, Kortison zum Schlucken)		
<b>Moderne Systemtherapien</b> Kleine Moleküle (z. B. Januskinase-Hemmer) als Tablette sowie Biologika (z. B. Interleukin-Hemmer) als Spritze		
<b>Andere/weitere:</b>		
<b>Keine</b>		

## 2 Welche Anforderungen sollte die richtige Therapie für dich erfüllen?

- 1. ZIELE:** Welche Erwartungen hast du an die Therapie? (z. B. rasche Juckreizlinderung, besseres Hautbild, weniger Schübe etc.) In welchem Zeitraum?
- 2. ZEIT:** Wieviel Zeit kannst du dir täglich für die Therapie nehmen?
- 3. DARREICHUNGSFORM:** Welche Anwendung ist dir „sympathisch“? (z. B. Salbe, Creme, Lotion, Tablette, Spritze/Pen)
- 4. PERSÖNLICHE ANFORDERUNGEN:** Bringt Freizeit bzw. der Berufsalltag besondere Anforderungen mit sich (z. B. Reisen)?
- 5. WEITERE WICHTIGE PUNKTE:** \_\_\_\_\_

## 3 Was musst du zum Hautarzttermin mitnehmen?

- E-Card
- Liste mit Deinen Fragen und Stift
- Alle aktuellen Befunde, Allergiebefunde
- Weitere Unterlagen, die hilfreich sind:  
z. B. Neurodermitis-Tagebuch, Impfpass
- Ambulanz: Überweisungsschein, Ausweis
- Medikamentenübersicht (s. oben)

## 4 Welche Fragen hast du an deinen Hautarzt, z. B.

### Welche Behandlungsoptionen gibt es für dich?

Die Behandlungen, die ich bisher hatte, wirken nicht beziehungsweise nicht mehr. Welche anderen Optionen gibt es, die ich ausprobieren könnte? Bis wann kann ich welche Verbesserung meiner Beschwerden bei einer neuen Therapie erwarten?

Wann soll ich das nächste Mal wiederkommen? \_\_\_\_\_

Welche Fragen habe ich noch: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



### TIPP

**Nimm eine Vertrauensperson zum Arzttermin mit!**  
Denn im Arztgespräch werden viele Infos gegeben, die man sich zu zweit besser merken kann!