

Spørg din læge om psoriasis

Hvis du er blevet diagnosticeret med psoriasis, kommer du løbende til tjek hos din praktiserende læge eller din hudlæge (dermatolog) for at følge op på, hvordan det går med din psoriasis.

Denne guide kan du bruge som støtte ved dine lægetjek. Hvis du for eksempel printer guiden ud og skriver dine svar ned inden dit lægebesøg, er du godt klædt på til at få mest muligt ud af besøget.

Spørgsmål inden dit lægebesøg

Hvor har du psoriasis nu?

Hoved

Arme

Krop

Ben

Er det rødt?	Ja	Nej
Er det skællende?	Ja	Nej
Er huden fortykket?	Ja	Nej

I hvilken grad har du mærket følgende symptomer?

	I høj grad	I nogen grad	I lav grad	Slet ikke
Kløe				
Skællen				
Smerter				
Hævelse				
Rødme				
Blødning				

Er der kommet nye udbrud af psoriasis?	Ja	Nej
Har du oplevet forbedringer eller forværringer af din psoriasis?	Ja	Nej

**Overvej, ud fra dine besvarelse ovenfor, om noget er blevet bedre eller værre siden dit sidste læge-besøg.
Notér her:**

Hvad udløser din psoriasis?

Har du lagt mærke til særlige faktorer, som udløser eller forværrer din psoriasis siden sidste læge-besøg?

Det kan fx være:

I høj grad

I nogen grad

I lav grad

Slet ikke

Stress eller travlhed

Alkohol

Manglende søvn

Infektioner

(fx halsbetændelse eller influenza)

Andet. Notér her:

(fx kost, vejr, kosmetik, graviditet)

I hvilken grad påvirker psoriasis din hverdag?

I høj grad

I nogen grad

I lav grad

Slet ikke

Har din psoriasis påvirket,
hvilket tøj du har valgt at tage på?

Har du følt dig flov over din psoriasis?

Har din psoriasis gjort,
at du ikke deltog i særlige aktiviteter?

(fx svømmehallen, shopping,
sociale arrangementer eller andet?)

Har du haft fravær på dit studie
eller job pga. din psoriasis?

Har din psoriasis påvirket dit forhold
til din partner eller pårørende?

Har din psoriasis påvirket dit humør?
(nedtrykthed eller andet?)

**Overvej, ud fra dine besvarelse ovenfor, om noget er blevet bedre eller værre siden dit sidste læge-besøg.
Notér her:**

Er du tilfreds med den behandling, du får i dag?

Hvad er målet for din behandling?

I høj grad

I nogen grad

I lav grad

Slet ikke

At opleve mindre kløe

At få glattere hud

Manglende søvn

At have mindre skællen

Andet. Notér her:

I hvilken grad føler du, at din nuværende behandling hjælper dig til at nå dit mål?

I høj grad

I nogen grad

I lav grad

Slet ikke

Spørgsmål til lægen (husk at notere lægens svar)

Hvad kan jeg forvente af min nuværende behandling?

Hvor lang tid skal jeg prøve, før vi går videre til en anden behandling?

Hvad er det næste behandlingstrin?

Hvilke bivirkninger er normale at opleve?

Hvad skal jeg gøre, hvis jeg oplever bivirkninger af min behandling?

Hvad skal jeg gøre, hvis behandlingen ikke virker eller holder op med at virke?

Hvornår skal jeg kontakte dig, hvis der sker ændringer i min behandling?

Hvornår er mit næste lægebesøg?

Efter dit besøg

- Hold kontrol med, hvordan du har det. Brug fx Psoriasisforeningens app, [PsoMentor](#).
- Kontakt din læge med det samme, hvis din psoriasis pludselig bliver meget værre eller du oplever hævede led.
- Vær opmærksom på, om din behandling virker. Hvis du ikke mærker effekt indenfor 28 dage, kontakt da din læge igen - og bed evt. om en henvisning til en dermatolog.

Notér dine egne spørgsmål her: