



LEEFSTIJL

Kan belangrijke effecten hebben op hoe je je voelt en het verdere verloop van het ziektebeeld. Tips over leefstijl en hoe je dit zelf kunt aanpakken vind je ook op onze website(s) huidnederland.com en urticaria.nl

PSYCHOSOCIALE EFFECTEN

Het hebben van een chronische huidaandoening heeft ook allerlei **psychosociale effecten**, schaamte, niet kunnen meedoen, moeite met **intimiteit** etc. Ook hierover hebben we informatie en lotgenotengroepen. Niet alleen over het meedoen aan sociale activiteiten, maar ook over **werken** met een chronische ziekte.

NABEHANDELING

Het is belangrijk dat je trouw je medicijnen inneemt. En als extra huidverzorging zou je bijvoorbeeld kunnen smeren met verkoelende zalven op advies van je arts.

BEHANDELING

Behandeling met medicijnen (tabletten en/of injecties) behoort tot de mogelijkheden. Ook in dit proces is er allerlei informatie om je te helpen om zelf de regie te houden, samen met de behandelaar beslissingen te nemen en te kijken wat er aan behandeling mogelijk is. Dit alles heeft tijd nodig.

KLACHTEN!

Ik heb rode vlekken, bulten die komen en gaan, branderigheid, maar vooral jeuk! Waar? Hoe vaak? En hoelang duurt dit? Zou het door voeding, spanning of stress kunnen komen? Of kunnen het bijwerkingen van medicatie zijn? Of wordt het getriggerd door ongewassen kleding of een nieuw wasmiddel? Misschien kun je zelf preventief al uitvinden wat je kunt doen om de klachten te beperken.

JE GAAT ONLINE ZOEKEN

Google 'jeuk, rode bulten'. Hé, misschien is het urticaria/netelroos/galbulten... Dat lees je misschien op website urticaria.nl, huidnederland.com of huidhuis.nl. Je vindt daar een infographic over de patiëntreis (DIT DOCUMENT), een signaalkaart die je helpt op weg naar de mogelijke diagnose en een gesprekskaart voor de spreekkamer van je arts. Er bestaan verschillende vormen van netelroos, chronische en acute urticaria.

WACHT NIET AF! HET IS SERIEUS

Ga naar de huisarts. Vraag bij de huisarts om doorverwijzing naar een dermatoloog of allergoloog. En als die er niet uitkomt naar een gespecialiseerde dermatoloog in een urticaria expertcentrum bij aanhoudende klachten. En houd ondertussen een dagboekje bij (**UAS7 score kaart**) van de bulten en de mate waarin je er last van hebt.

DOORVERWIJZING

Daarna maak je een afspraak in het ziekenhuis of bij een specialist in een expertisecentrum (dermatoloog, allergoloog of andere betrokken specialist).

JEUK!

Wat als het netelroos is?

Meer informatie?

Kijk op www.urticaria.nl en www.huidnederland.com voor meer informatie over behandeling van en leven met netelroos. Dit is een uitgave van het Patiëntenplatform Urticaria en Huid Nederland in samenwerking met Novartis Pharma B.V.