



Checkliste und Tipps – gut vorbereitet ins Arztgespräch

Vielleicht kennst du diese Situation: Du warst gerade bei der Hautärztin oder dem Hautarzt und der Termin war viel zu kurz, um alle deine Fragen zu besprechen. Um die knappe Zeit bei deiner Ärztin oder deinem Arzt bestmöglich zu nutzen, gilt: Eine gute Vorbereitung ist alles. Mit dieser Fragen-Checkliste kannst du wichtige Aspekte rund um deine Akne-inversa-Erkrankung erfassen – von den Symptomen über mögliche Auslöser bis zur Behandlung. Deine Antworten geben deiner Ärztin oder deinem Arzt wertvolle Hinweise für deine weitere Behandlung.

Diese Checkliste ist ausschließlich für dich zur Vorbereitung deines nächsten Arztbesuches gedacht. Sende sie bitte nicht an uns zurück. Es werden nicht immer alle Punkte auf dich zutreffen beziehungsweise wird es auch Themen geben, die dich bewegen, die wir noch nicht berücksichtigt haben. Die Checkliste gilt als Anregung und erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit.

Fragen zu deinen Akne-inversa-Symptomen

Welche Hautveränderungen beobachtest du? Zum Beispiel:

- Mitesser
- Pusteln
- rote, schmerzhafte Knötchen
- abgekapselte Eiteransammlungen (Abszesse), die mit der Zeit aufbrechen
- gangartige Hohlräume unter der Haut (Fisteln)
- schlecht heilende Wunden
- oder andere: _____

An welchen Körperstellen treten diese Hautsymptome auf? Zum Beispiel:

- Achselhöhlen
- Leisten
- Intimbereich (Anal- und Genitalregion)
- Bauchfalten
- unter der Brust
- oder andere: _____

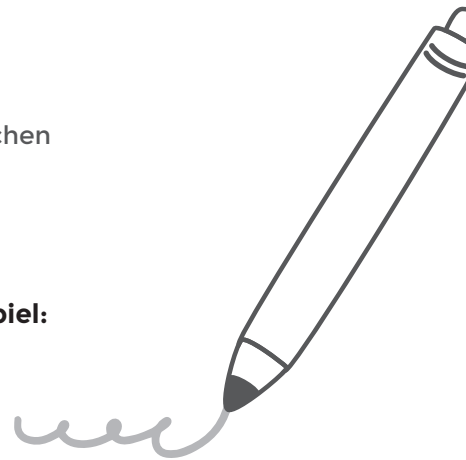
Welche weiteren Symptome rund um die Hautveränderungen beobachtest du?

Zum Beispiel:

- Schmerzen
- Brennen
- Juckreiz
- Erwärmung der Haut
- oder andere: _____

Wann hast du diese Symptome zum ersten Mal bemerkt? Mache möglichst genaue Zeitangaben.

Wie häufig treten die Symptome auf? _____



Gibt es bestimmte Zeiten/Phasen, in denen diese Symptome besonders häufig auftreten (zum Beispiel bestimmte Tages-/Jahreszeiten, vor/während/nach der Menstruation)?

nein ja: _____

Wie stark beeinflussen diese Symptome deinen Alltag?

	Gar nicht	Wenig	Mittelmäßig	Stark	Sehr stark
Arbeit/Ausbildung/ Schule/Hochschule	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Familie/Partnerschaft	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Freizeit/Freundeskreis	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Hast du Schmerzen, wenn du dich bewegst?

nein ja, zum Beispiel (Körperstelle, Art der Bewegung): _____

Wie geht es dir psychisch, seit die Hautsymptome auftreten? _____

Wurden bei dir weitere Erkrankungen festgestellt?

nein ja:

- andere Hauterkrankungen/Infektionen der Haut
- chronisch-entzündliche Darmerkrankungen (z. B. Colitis ulcerosa, Morbus Crohn)
- axiale Spondyloarthritis (Morbus Bechterew)
- Stoffwechselerkrankungen (metabolisches Syndrom, Diabetes mellitus)
- Herz-Kreislauf-Erkrankungen
- Schilddrüsenerkrankungen
- Haarausfall (Alopezie)
- Menstruations-/Blutungsstörungen
- oder andere: _____

Nimmst du regelmäßig Medikamente ein (z. B. Antibabypille, Hormone, entzündungshemmende Medikamente wie Kortison)?

- nein
- ja, dann notiere dir alle Medikamente von Cremes bis Tabletten, ob verschreibungspflichtig durch eine Ärztin oder einen Arzt oder frei verkäuflich in der Apotheke

Fragen zu möglichen Ursachen und Auslösern von Akne inversa

Sind in deiner Familie weitere Personen an Akne inversa erkrankt?

- nein
- ja, dann notiere dir den Familienstammbaum
- Das weiß ich nicht.

Rauchst du derzeit?

nein ja, _____ (Anzahl Zigaretten pro Tag)

Hast du früher geraucht?

nein ja, _____ (Anzahl Zigaretten pro Tag)

Wie treten die Hautsymptome bei dir auf?

- plötzlich, ohne erkennbaren Auslöser
- Sie kündigen sich meistens mit diesen Anzeichen an: _____

Gibt es Situationen, in denen die Hautsymptome besonders häufig auftreten? nein ja:

- bei starkem Schwitzen
- wenn ich bestimmte Kleidungsstücke trage
- nach dem Rasieren
- wenn ich viel Stress habe
- wenn ich bestimmte Lebensmittel esse, zum Beispiel: _____
- oder andere: _____

Fragen zur bisherigen Behandlung**Welche Untersuchungen wurden bei dir bereits durchgeführt?**

- keine
- Inspektion der betroffenen Hautstellen/körperliche Untersuchung
- Hautabstrich/Untersuchungen auf Bakterien oder Pilze
- Hautbiopsie (operative Entnahme einer Hautprobe)
- Blutuntersuchungen
- Ultraschall der betroffenen Hautstellen
- Thermografie der betroffenen Hautstellen
- Kernspintomografie (MRT)
- Fragebögen
- oder andere: _____

**Tipp:**

Am besten, du bringst
Arztbriefe, Labor-
befunde, Bilder,
Packungen der früher
und heute verwendeten
Medikamente und weitere
medizinische Dokumente
zum Termin mit.

Wurden bei dir bereits Behandlungen durchgeführt?

- keine
- ja, dann schreibe alle Medikamente von Salben über Tabletten bis Spritzen auf und vermerke, wie lange du unter dieser Therapie gewesen bist. Auch etwaige Operationen, Laserbehandlungen, Foto- oder Vakuumtherapien etc. solltest du miteinbeziehen.

Wie haben sich deine Beschwerden mit den bereits angewendeten Behandlungen verändert?

- Verbesserung mit den folgenden Behandlungen: _____
- keine Veränderungen
- Verschlechterung mit den folgenden Behandlungen: _____
anderes: _____

Mögliche Fragen an deine Ärztin oder deinen Arzt**Während des Arzttermins kannst du selbst Fragen stellen, um deine Erkrankung und die Behandlung besser zu verstehen – zum Beispiel:**

- Welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es für mich?
- Welche Vorteile bietet mir diese Behandlung?
- Mit welchen Nebenwirkungen und Folgen muss ich bei dieser Behandlung rechnen?
- Wie lange dauert es, bis ich eine Wirkung bemerke?
- Welche weiteren Möglichkeiten gibt es, wenn die Behandlung nicht bei mir wirkt?
- Was kann ich selbst für mich tun?