

Was hilft meiner Haut?

Die Checkliste für Ihren Hautarztbesuch.

Ihre Gesundheit ist wertvoll – bei regelmäßigen Terminen mit Ihrem Behandlungsteam können Sie Ihre Fragen klären und gemeinsam die beste Entscheidung für das weitere Vorgehen treffen.

Füllen Sie diese Checkliste aus und nehmen Sie sie zum nächsten Termin bei Ihrem Hautarzt oder Ihrer Hautärztin mit, um Ihr Gespräch zu strukturieren.



Alle medizinischen Unterlagen dabei?

- ☐ Krankenkassenkarte / Versicherungsnachweis
- ☐ Relevante Befunde
- ☐ Vorherige Behandlungen und deren Wirkung
- ☐ Aktuelle Laborwerte (falls vorhanden)

Meine Vorerkrankungen

Mein Medikationsplan

Medikament	Dosierung
1. _____	_____
2. _____	_____
3. _____	_____
4. _____	_____
5. _____	_____

Meine Beschwerden und Symptome

- Wie lange bestehen die Beschwerden?
Treten sie in Schüben auf?
- Welche Bereiche sind besonders betroffen?
- Wie stark sind meine Beschwerden aktuell?
- Wie beeinträchtigen die Hautveränderungen meinen Alltag oder meine Arbeit?
- Gibt es Auslöser, die die Beschwerden verschlimmern?

Fragen für das Arztgespräch

- Welche aktuellen Therapieoptionen gibt es?
- Welche Basispflege- und Hautschutzmaßnahmen sind in meinem Fall wichtig?
- Wie kann ich Schübe vermeiden oder frühzeitig erkennen?
- Wie sieht ein langfristiger Behandlungs- und Pflegeplan für meine Situation aus?

Nach dem Gespräch – Habe ich alles?

- ☐ E-Rezept
- ☐ Medikationsplan (aktualisiert)
- ☐ Überweisung
- ☐ Bescheinigung für den Arbeitgeber (falls nötig)
- ☐ Pflegeempfehlungen
- ☐ Befunde / Arztbrief
- ☐ Folge- oder Kontrolltermin