

VITILIGO-SPRECHSTUNDE

Die Kontrollbesuche

Du hast Dich gemeinsam mit Deinem Arzt für eine Therapie entschieden. Nun stehen in der Folge Kontrolltermine an, um den Verlauf und den Erfolg der Therapie zu bewerten.

Mit einer eigenen Fotodokumentation und Notizen, auf denen Du die Erfahrungen mit der Therapie aus Deiner Perspektive festgehalten hast, kannst Du die Arzttermine so optimal wie möglich nutzen.

Fragen für das Arztgespräch

1. Hast Du die Therapie wie vorgeschrieben durchgeführt?
2. Falls nicht, welche Gründe hat es dafür gegeben?
3. Was könnte helfen, die Therapie wie vorgeschrieben durchzuführen?
4. Wie hast Du Dich mit der Therapie gefühlt?
5. Wie haben sich die Flecken seither verändert?
6. Hast Du Nebenwirkungen bemerkt?
7. Wie fühlst Du Dich mit Deiner Erkrankung?
8. Möchtest Du psychologische Unterstützung erhalten?
9. Welche Fragen hast Du zum bisherigen Therapieergebnis?
10. Welche Fragen hast Du zum weiteren Verlauf?

Tipps für die Fotodokumentation

Eine regelmäßige Fotodokumentation der betroffenen Hautareale hilft dabei, objektive Aussagen über den Behandlungsfortschritt zu treffen. So ein persönliches Fototagebuch ist daher eine gute Grundlage für das Arztgespräch. Besonders einfach geht die Fotodokumentation mit der App Vititrack.

Die Vorteile der Vititrack App*:

- Einfaches Fotografieren der betroffenen Hautareale
- Abgleich der Bilder mit der Vitiligo-Wahrnehmbarkeitsskala (VNS) zur objektiven Einschätzung des Therapieverlaufs
- Aktivierung von Erinnerungen an die Fotodokumentation und an Arzttermine
- Erstellung von Fotomontagen und Zeitraffer-Videos, um den Fortschritt besser zu erkennen
- FAQ und Aufklärungsvideo über Ursachen der Vitiligo
- Kostenlos zum Download

Darauf solltest Du bei Deiner Fotodokumentation achten:

1. Um den Behandlungsfortschritt bewerten zu können, sollte der Abstand zwischen den Fotos nicht mehr als zwei Wochen betragen.
2. Achte darauf, dass nicht nur das Gesicht, sondern alle betroffenen Hautareale dokumentiert werden.
3. Lichtmenge, -einfall und der Aufnahmewinkel beeinflussen die Ergebnisse. Die Fotos sollten nach Möglichkeit immer unter den gleichen Bedingungen aufgenommen werden, damit sie auch vergleichbar sind.
4. Eine persönliche Bewertung der Bilder hilft, Veränderungen besser zu erkennen. Auch wenn Du keine Fortschritte siehst, sind Deine Kommentare eine wichtige Grundlage für das Gespräch mit dem Arzt.

