

# Comment parler avec votre médecin généraliste ou votre dermatologue des objectifs de prise en charge



Un guide pour les personnes atteintes de psoriasis



## Où commencer...

Si vous êtes atteint de psoriasis, vous savez que les effets ne sont pas seulement physiques. La maladie peut affecter vos émotions, votre carrière, vos relations, vos objectifs et vos rêves. Bien qu'il n'existe aucun remède contre le psoriasis, une prise en charge adéquate peut atténuer les symptômes et améliorer votre qualité de vie. L'utilisation de ce guide peut vous aider à vous préparer pour parler à votre médecin généraliste ou à votre dermatologue de la prise en charge dont vous avez besoin pour mener la vie que vous désirez.



## Prenez les commandes, car vous faites partie de la même équipe...

Votre médecin et vous faites partie de la même équipe, et vous visez des objectifs de prise en charge identiques. En effet, c'est le dialogue avec votre médecin qui lui permettra de vous proposer la prise en charge la plus adaptée à votre maladie. Vous devez être le plus clair possible quant à votre maladie et votre ressenti, et bien déterminer avec votre médecin ce que vous n'aimeriez plus avoir à supporter dans la maladie.



## Soyez précis...

Lorsque vous décrivez vos symptômes et leur impact sur votre vie, **soyez aussi précis que possible**. Cela aidera votre médecin à évaluer votre maladie et son impact, en vue de trouver la prise en charge la plus adaptée à votre situation.



## Gagnez en confiance en analysant les données...

Vous n'êtes pas seul. Cette fiche a été développée à partir d'une enquête sur les personnes atteintes de psoriasis réalisée à l'échelle mondiale.

**Clear Skin est une étude réalisée en 2015 et 2016 qui a pour objectif d'évaluer l'impact du psoriasis sur la vie des patients, et de déterminer leurs sentiments vis-à-vis d'une peau sans plaques. Plus de 8 300 personnes atteintes de psoriasis issues de 31 pays différents se sont exprimées à travers une enquête d'environ 20 minutes.**

Utilisez le verso de la fiche pour mentionner les répercussions que le psoriasis a sur votre vie. Les principaux résultats de l'enquête sont mentionnés dans la colonne de gauche, mais il est possible qu'ils ne vous concernent pas tous dans leur intégralité. Parcourez-les et décrivez votre situation actuelle pour les résultats qui vous concernent de façon aussi claire que possible dans la colonne du milieu. Ensuite, inscrivez de façon claire vos objectifs de prise en charge dans la colonne de droite.

Résultats de l'enquête Clear Skin	Ma situation actuelle	Mes objectifs de prise en charge
55 % des patients estiment qu'une peau sans lésion n'est PAS un objectif réalisable.		
Les principaux objectifs de traitement convenus entre les patients et leur docteur concernent la réduction des démangeaisons et de la visibilité des plaques, la disparition des lésions et la baisse de la douleur.		
84 % des personnes interrogées ont fait l'objet de discriminations ou d'humiliation		
88 % des personnes interrogées sont embarrassées ou ont honte lors d'activités de la vie quotidienne (comme aller à la plage, nager, etc...)		
54 % des personnes interrogées estiment que leur psoriasis a une influence sur leur vie professionnelle		
43 % des personnes interrogées estiment que leur psoriasis a des répercussions sur leurs relations passées ou actuelles		
Il a été demandé à 35% des patients si ils étaient contagieux		
En moyenne, 83% des patients utilisent des méthodes « alternatives » afin de calmer leurs symptômes (par exemple de l'homéopathie, des vitamines, de la vaseline)		
Les activités principales que les patients apprécieraient si leur psoriasis est atténué sont aller à la plage (49%), nager (45%), porter des vêtements noirs ou de couleur (20%).		

Utilisez cet espace pour décrire d'autres façons dont le psoriasis a des répercussions sur votre vie.  
Soyez aussi précis que possible.

### **Préparez votre prochaine visite médicale...**

Votre médecin doit savoir la façon dont le psoriasis affecte votre vie. N'attendez pas que votre docteur vous en parle. Il n'y a aucune raison d'être gêné d'en parler, si cela vous permet de mieux vivre avec le psoriasis.

Utilisez cette fiche pour consigner votre ressenti sur la maladie.

Partagez-cela avec votre médecin. Si votre docteur dispose d'informations complètes concernant ce que vous désirez, votre prise en charge ne pourra être que plus adaptée.