Voorbereiden op je afspraak

Informatie die je las bespreken met je huisarts of dermatoloog

> **Het doel van deze folder**
> Heb je iets gelezen of gehoord over je huid en wil je dat bespreken? Vul dit werkblad vooraf in en neem het mee. Zo haal je meer uit een kort gesprek.

Wat je las of hoorde

Waar (website, filmpje, iemand die je kent):.....

Wat werd er gezegd:.....

Wat sprak je erin aan:.....

Waar maak je je zorgen over:.....

Wat je al doet of gebruikt

- □ Medicijnzalf of medicijnen. Welke:
- □ Een supplement. Welk:
- □ Ik laat eten weg. Wat:
- □ Ik ben gestopt of geminderd met een behandeling. Welke:
- □ Ik heb een test laten doen. Welke:

Vragen die je kunt stellen

- Wat vindt u van wat ik las, en waarom?
- Wat zijn de voordelen en nadelen van doorgaan, minderen of stoppen?
- Is er een andere behandeling die beter bij mij past?
- Waar kan ik zelf betrouwbare informatie lezen?
- Wanneer kom ik terug?

Wat we afspreken

Afspraak:.....

Volgende controle:.....

Er is alles aan gedaan om ervoor te zorgen dat de informatie in deze folder juist is. Toch is niet elke behandeling geschikt of werkzaam voor iedereen. Je eigen arts kan je uitgebreider adviseren.

Samengesteld door dr. Annemie Galimont-Collen, dermatoloog, naar haar gratis e-book Medische misinformatie en het e-book Medische misinformatie ontcijferd (Huidopleiding, 2026), en naar informatie van de NVWA, het Voedingscentrum, het RIVM, Thuisarts en de richtlijn Constitutioneel eczeem (NVDV, 2026). Uitgave: onlinedermatologie.nl, november 2026.