

WANNEER EXTRA ONDER- STEUNING PASSEND KAN ZIJN

Je hoeft het niet alleen te doen

Leven met een chronische huidaandoening kan veel van je vragen. Soms is extra ondersteuning helpend. Dat is geen teken van falen, maar een manier om goed voor jezelf te zorgen.



VERBINDING & JOUW HUID

LEVEN MET EEN HUIDAANDOENING KAN INVLOED HEBBEN OP HOE JE JE VOELT IN CONTACT MET ANDEREN.

WAAROM IS DIT BELANGRIJK?

De gevolgen van een huidaandoening zijn niet altijd zichtbaar. Naast huidklachten kun je te maken krijgen met:

- stress
- vermoeidheid
- onzekerheid
- schaamte
- problemen op werk of school
- spanning in relaties

Soms is de belasting groter dan je alleen of samen met je omgeving kunt dragen.

WANNEER KAN DIT HELPEN?

MISSCHIEF HERKEN JE ÉÉN OF MEER VAN DEZE SITUATIES:

- ✓ JE VERMIJDT SOCIALE SITUATIES.
- ✓ JE SCHAAMTE OF ONZEKERHEID BLIJFT GROOT.
- ✓ JE RELATIES STAAN ONDER DRUK.
- ✓ JE VOELT JE VAAK ALLEEN OF ONBEGREPEN.
- ✓ GESPREKKEN MET ZORGVERLENERS VERLOPEN MOEIZAAM.
- ✓ DE COMBINATIE VAN HUIDKLACHTEN EN DE GEVOLGEN ERVAN KOST JE VEEL ENERGIE.

WELKE VORMEN VAN ONDER- STEUNING ZIJN ER?

AFHANKELIJK VAN JOUW SITUATIE KUN JE DENKEN AAN:

🧠 PSYCHOLOGISCHE ONDERSTEUNING

BIJ OMGAAN MET STRESS, ONZEKERHEID, ZELFBEELD OF LEVEN MET EEN CHRONISCHE AANDOENING.

🩺 PSYCHODERMATOLOGISCHE ZORG

WANNEER HUID, EMOTIES EN GEDRAG ELKAAR BEÏNVLOEDEN.

🤝 MAATSCHAPPELIJKE ONDERSTEUNING

BIJ VRAGEN OVER WERK, SCHOOL, DAGELIJKS FUNCTIONEREN OF PRAKTISCHE HULP.

❤️ PATIËNTENORGANISATIES

VOOR BETROUWBARE INFORMATIE, LOTGENOTENCONTACT EN ONDERSTEUNING.

WAT ALS...?

Je twijfelt of je hulp nodig hebt?

➡ Dat is heel normaal. Je hoeft niet te wachten tot het echt misgaat.

Je denkt dat je het zelf moet kunnen?

➡ Veel mensen denken dat. Toch kan ondersteuning juist helpen om de regie te houden.

Je niet weet waar je moet beginnen?

➡ Bespreek het met je huisarts, dermatoloog of verpleegkundig specialist. Zij kunnen met je meedenken.

Je bang bent dat hulp voor altijd is?

➡ Ondersteuning kan ook tijdelijk zijn. Samen kijk je wat op dat moment past.

ADVIES – WAT WERKT MEESTAL GOED?

- ✓ Vraag om hulp voordat je vastloopt.
- ✓ Kies ondersteuning die past bij jouw situatie.
- ✓ Bespreek ook de gevolgen voor je dagelijks leven.
- ✓ Maak gebruik van patiëntenorganisaties als Wegwijzer.
- ✓ Goede ondersteuning helpt je om beter voor jezelf te zorgen.

Lees hier
verder over
Huid &
Verbinding



Deze productie is mede mogelijk gemaakt door de Coalitie Leefstijl in de Zorg en tot stand gekomen in samenwerking met de volgende patiëntenorganisaties:

Coalitie
Leefstijl in de Zorg

HUID
NEDERLAND

HPV
Huidaandoeningen
Preventie Vereniging

PN
Patiëntenorganisatie
Nederland

debra
Nederland

debra
Nederland

Patiëntenplatform
Urticaria