

Inleiding

Netelroos



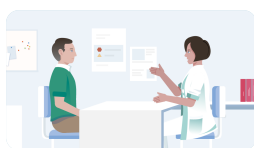
U heeft last van netelroos, ook wel galbulten of urticaria genoemd. Dit is een jeukende huiduitslag, ook wel galbulten genoemd. De bulten zijn bleekroze en soms rood. Sommige bulten zijn iets dikker. De galbulten kunnen op verschillende plekken op het lichaam zitten.

Verdwijnen van de galbulten



Meestal verdwijnen de galbultenbulten na 1 dag tot 4 weken. Als de periode van huidafwijkingen niet langer dan 6 weken duurt, spreken we van acute netelroos. Duurt het langer dan 6 weken of de netelroos komt steeds weer terug, dan noemen we het chronische netelroos.

De afspraak



Behalve jeuk kan netelroos ook andere lichamelijke ongemakken geven. Denk aan pijn of een branderig gevoel. Het kan ook gevolgen hebben voor andere gebieden in uw leven. Deze klachten zijn vaak erger als de netelroos chronisch is. U kunt veel last hebben van netelroos.

Daarom heeft u binnenkort een gesprek met uw dermatoloog, allergoloog of andere zorgverlener. Hier vindt u informatie over hoe u zich op dit gesprek kunt voorbereiden.

Voorbereiding op het gesprek

In gesprek over netelroos

Video voice-over

Bij netelroos krijgt u plotseling last van één of meerdere jeukende bulten op uw lichaam. Die bulten en jeuk kunnen voor veel ongemak zorgen. U kunt bijvoorbeeld last hebben van erge jeuk, een branderig gevoel of zelfs pijn. Ook kunt u zwellingen krijgen. Krijgt u een zwelling in het gezicht? Dan is dat vaak aan de lippen of oogleden.

Daarnaast kan netelroos ook gevolgen hebben voor andere gebieden in uw leven, zoals sport, werk, relaties en intimiteit of het krijgen van kinderen. Ook de behandeling van netelroos, zoals medicijnen, kan invloed hebben op deze levensgebieden. Daarom heeft u binnenkort een gesprek met uw behandelaar over leven met netelroos.

Het is aan te raden om u hier goed op voor te bereiden. Schrijf uw vragen op en neem ze mee naar het gesprek.

Denk bijvoorbeeld aan medische vragen, zoals: Wat is netelroos precies en welke behandelingen zijn er mogelijk? Wat zijn de bijwerkingen van deze behandelingen? Stel ook vragen over hoe leven met netelroos eruit ziet, zoals "Welke invloed heeft netelroos en de behandeling ervan op mijn leven?" en "Is het besmettelijk of erfelijk?" Naast uw vragen kunt u ook nog andere dingen meenemen naar het gesprek. Bijvoorbeeld een logboek, foto's van de netelroos, of een lijst met dingen die invloed hebben op uw klachten.

Neem het liefst iemand mee naar het gesprek. Twee mensen horen meer dan één. U kunt ook aan uw behandelaar vragen of u het gesprek mag opnemen, bijvoorbeeld met uw telefoon. Dan kunt u het gesprek nog eens terugluisteren. Zo komt u goed voorbereid naar uw gesprek over netelroos.

Een logboek bijhouden



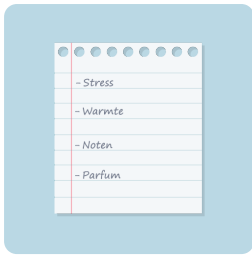
Als u vaak last heeft van netelroos, kan het helpen om een logboek bij te houden. Een logboek is een boek waarin u gebeurtenissen bijhoudt.

Heeft u op een bepaalde dag last van netelroos? Schrijf dan op:

- Wat u die dag hebt gedaan;
- Wat u op die dag heeft gegeten en gedronken;
- Welke medicijnen u die dag hebt gebruikt.

Door een logboek bij te houden, kunnen u en uw behandelaar mogelijk ontdekken wat bij u de netelroos veroorzaakt of verergert.

Een lijst van invloeden maken



Er zijn een hoop dingen die ervoor kunnen zorgen dat uw klachten erger worden (of juist minder worden). Voorbeelden van zulke invloeden kunnen zijn:

- Stress;
- Warmte of kou;
- Medicijnen;
- Strakke kleding;
- Bepaalde voedingsmiddelen;
- Aanraken van planten of dieren;
- Zonlicht;
- Lichaams- en huidverzorging (zoals parfum en shampoo).

De juiste vragen stellen

Heeft u binnenkort een afspraak met uw behandelaar? Bereidt u zich dan voor door uw vragen op te schrijven en mee te nemen.

Medische vragen



Voorbeelden van medische vragen die u kunt stellen zijn:

- Wat is netelroos?
- Welke vorm van netelroos heb ik?
- Hoe ziet het verloop van de ziekte eruit?
- Welke behandelingen zijn er mogelijk (denk aan medicijnen, psychische hulp, etc.)
- Wat zijn bijwerkingen van de behandelingen?
- Hoe kan ik omgaan met bepaalde bijwerkingen van behandelingen?

Vragen over leven met netelroos

Vragen die u kunt stellen over leven met netelroos:



- Welke invloed heeft netelroos en/of de behandeling op mijn leven? Welke keuzes zijn daarbij mogelijk?
- Hoe ga ik om met klachten zoals jeuk, pijn en vermoeidheid?
- Hoe zit het met sociale contacten, relaties en intimiteit? Is netelroos besmettelijk?
- Hoe ga ik om met gevoelens van angst, onzekerheid, schaamte of verdriet?
- Hoe vind ik balans tussen actief zijn en rust nemen?
- Is netelroos erfelijk?
- Wat is het effect van stress op netelroos?

Vragen over de toekomst



Voorbeelden van vragen over uw toekomst kunnen zijn:

- Gaat de netelroos ooit over?
- Hoe vermijd ik stress?
- Hoe zorg ik er zelf voor dat mijn netelroos niet erger wordt?
- Welke klachten zijn normaal?
- Bij welke klachten moet ik contact opnemen?

Na het gesprek

Een vervolgspraak plannen



Bepaal samen met uw behandelaar wat een goed moment is voor een eventuele vervolgspraak. Bespreek ook wat u moet doen als uw klachten vóór deze afspraak erger worden.

Contact opnemen



Neem contact op met uw behandelaar als dat nodig is. Bijvoorbeeld als uw klachten toenemen of als u met nieuwe vragen zit. Bijvoorbeeld bij de start van een nieuwe behandeling of op een ander moment.



Dringende klachten

Bent u benauwd? Of heeft u moeite met ademen? Bijvoorbeeld door een zwelling in uw mond of keel? Bel dan met spoed de huisarts of 112.

Meer informatie



Wilt u meer informatie?

Wilt u meer weten over (leven met) netelroos? Hier vindt u meer informatie:

- [Huid Nederland \(https://huidnederland.com/huidzorg-en-netelroos/\)](https://huidnederland.com/huidzorg-en-netelroos/)
- [Huidhuis \(https://huidhuis.nl/aandoeningen/galbulten/\)](https://huidhuis.nl/aandoeningen/galbulten/)