

PRÉPARER SA CONSULTATION – ACNÉ

Pourquoi préparer la consultation ?

L'acné est une maladie inflammatoire chronique du follicule pilo-sébacé. Elle peut évoluer par poussées et nécessite une prise en charge adaptée à chaque patient. Une bonne préparation permet d'optimiser la consultation et d'adapter le traitement à votre situation.

Avant votre rendez-vous

Peau

Venez idéalement sans maquillage, ou avec un maquillage léger facilement retirable

Traitements en cours ou passés

- Notez les traitements déjà utilisés (crèmes, antibiotiques, isotrétinoïne...)
- Si possible, apportez les noms des produits ou des photos des prescriptions
- Précisez la durée des traitements et leur efficacité

Routine de soins

Indiquez les produits utilisés quotidiennement (nettoyants, crèmes, maquillage, soins, ...)

Évolution de l'acné

- Depuis quand l'acné est-elle présente ?
- L'évolution est-elle stable, en aggravation ou en amélioration ?
- Existe-t-il des facteurs déclenchants ou aggravants (cycle menstruel, stress, arrêt ou modification de contraception...) ?

Contexte médical et hormonal

- Signalez tout traitement en cours
- Précisez votre contraception si applicable
- Mentionnez une éventuelle grossesse ou un projet de grossesse

Photos

Si votre acné évolue par poussées, des photos peuvent aider à mieux comprendre son évolution

Important

Le traitement de l'acné nécessite souvent plusieurs semaines à mois avant d'être efficace. Une bonne observance et une adaptation progressive du traitement sont essentielles.

L'**objectif** est de mettre en place une prise en charge personnalisée, adaptée au type d'acné, à sa sévérité et à votre situation, afin d'obtenir des résultats durables.



CONSULTATIE VOORBEREIDEN – ACNE

Waarom de consultatie voorbereiden ?

Acne is een chronische ontstekingsziekte van de haarfollikel en talgklier. Ze verloopt vaak in opstoten en vraagt een behandeling op maat van elke patiënt. Een goede voorbereiding helpt om de consultatie zo efficiënt mogelijk te maken en de behandeling beter af te stemmen op uw situatie.

Vóór uw afspraak

Huid

Kom bij voorkeur zonder make-up, of met lichte make-up die gemakkelijk te verwijderen is

Huidige of eerdere behandelingen

- Noteer welke behandelingen u al heeft gebruikt (crèmes, antibiotica, isotretinoïne, enz.)
- Breng indien mogelijk de namen van de producten of foto's hiervan mee
- Vermeld hoe lang u de behandelingen heeft gebruikt en of ze geholpen hebben

Verzorgingsroutine

Geef aan welke producten u dagelijks gebruikt (reinigers, crèmes, make-up, cleansers, ...)

Evolutie van de acne

- Hoe lang is de acne al aanwezig ?
- Blijft het stabiel, wordt het erger of net beter ?
- Zijn er uitlokkende of verergerende factoren (menstruatiecyclus, stress, stopzetting of wijziging van anticonceptie, enz.)

Medische en hormonale context

- Meld alle huidige behandelingen
- Vermeld uw anticonceptie (indien van toepassing)
- Vermeld een eventuele zwangerschap of een kinderwens

Foto's

Als uw acne in opstoten verloopt, kunnen foto's helpen om het verloop beter te begrijpen

Belangrijk

Een acnebehandeling heeft vaak enkele weken tot maanden nodig om effect te hebben. Een goede therapietrouw en een stapsgewijze aanpassing van de behandeling zijn essentieel.

Het **doel** is om een persoonlijke aanpak op te stellen, aangepast aan het type acne, de ernst ervan en uw persoonlijke situatie, om zo duurzame resultaten te behalen.



PREPARE YOUR CONSULTATION – ACNE

Why prepare for your consultation ?

Acne is a chronic inflammatory disease of the hair follicle and oil gland. It can progress in flares and requires treatment tailored to each patient. Good preparation helps optimize the consultation and adapt the treatment to your specific situation.

Before your appointment

Skin

Ideally, arrive without makeup, or with light makeup that can easily be removed

Current or previous treatments

- List the treatments you have already used (creams, antibiotics, isotretinoin, ...)
- If possible, bring the names of the products photos of them
- Specify how long you used them and how effective they were

Skincare routine

List the products you use daily (cleansers, creams, makeup, treatments, ...)

Acne evolution

- How long have you had the acne ?
- Is the progression stable, worsening, or improving ?
- Are there any triggering or aggravating factors (menstrual cycle, stress, stopping or changing contraception, etc.)?

Medical and hormonal context

- Report any ongoing treatments
- Specify your contraception, if applicable
- Indicate if you are pregnant or planning a pregnancy

Photos

If your acne occurs in flares, photos can help better understand its evolution

Important

Acne treatment often requires several weeks to months before becoming effective. Consistent adherence and gradual adjustment of the treatment are essential.

The **goal** is to implement a personalized management plan adapted to the type of acne, its severity, and your situation, in order to achieve long-lasting results.

