

NOUVELLES DE PSORIASIS

Volume 4 Issue 3 - l'automne 2017

Dans cette
édition..

Pso, sais-tu?

Joignez-vous
la conversation

Participez à notre
sondage

C'est votre temps — profitez-en au maximum

Des millions de Canadiens luttent avec les conséquences liées au psoriasis et certains ont même perdu espoir. Par conséquent, 47 % des patients atteints de psoriasis n'ont pas consulté un professionnel de la santé pour leur maladie dans les 12 derniers mois. Pour aggraver les choses, il y a un déclin du nombre de dermatologues au Canada, et en consulter un peut être un processus difficile. Plusieurs patients attendent un minimum de 6 semaines dans les zones urbaines, et pour ceux qui habitent les communautés rurales l'attente est beaucoup plus longue (jusqu'à 2 ans!).

C'est pour vous

Lorsque vous obtenez finalement un rendez-vous, il est important de s'assurer que vous profiterez au maximum du temps très limité que vous avez avec le dermatologue. Suivez ces étapes simples pour obtenir tous les renseignements et conseils que vous étiez venu chercher.



Avant le rendez-vous

Votre historique médical est un élément important pour votre dermatologue. Faites vos devoirs : écrivez votre historique et toutes les préoccupations que vous avez avant d'aller à votre rendez-vous. Ceci vous fera gagner

du temps et vous aurez l'assurance que vous avez fourni à votre dermatologue tous les renseignements primordiaux dont elle ou il a besoin. Faites une liste :

- des médicaments que vous prenez;
- de vos symptômes, quand ceux-ci sont apparus et s'ils se sont aggravés ou améliorés;
- des questions que vous avez concernant votre maladie.
- Apportez toujours ce qu'il faut pour prendre des notes. Une fois le rendez-vous terminé, vous serez heureux de pouvoir vous référer à l'information reçue et ainsi éviter d'oublier des éléments importants.
- Faites-vous accompagner par un parent, une amie ou un ami fiable — elle ou il pourra vous aider à vous rappeler les éléments discutés.

Durant le rendez-vous

Il est important d'avoir une communication réciproque avec votre dermatologue — vous voulez vous assurer que vous avez obtenu des réponses que vous comprenez bien à toutes vos questions, et que vous quittez le cabinet du dermatologue confiant que vous avez reçu ce dont vous aviez besoin. N'ayez pas peur de demander des clarifications si vous ne comprenez pas certaines choses ou des explications faites de manière plus simple.

Assurez-vous de demander quels sont les effets à court et à long terme de votre diagnostic.

(continue à la page suivante)

Vous nous suivez?



#PSo Multiples facettes

Le 29 octobre 2017, c'est la Journée mondiale du psoriasis et nous lancerons une campagne de sensibilisation sur les multiples facettes de la vie des personnes atteintes de psoriasis. Suivez-nous sur les médias sociaux [en anglais], [Facebook](#) et [Twitter](#) en utilisant le mot-clic #PsoManySides.



C'est votre temps ...(cont.)

Demandez comment les traitements proposés vont possiblement vous affecter, quels sont les effets adverses et quels changements d'habitudes peuvent être nécessaires pour garantir un bon résultat.

Priez votre dermatologiste de vous écrire toutes les choses que vous devriez faire pour ainsi que vous puissiez vous y référer dans le futur – demandez des clarifications pour tout ce qui n'est pas clair pour vous.

Répétez à votre dermatologiste les éléments clés de votre discussion pour confirmer que vous avez tous les renseignements.

Demandez à votre dermatologiste s'il peut vous recommander des documents ou sites internet traitant du psoriasis.

Si vous n'êtes pas à l'aise avec le traitement proposé, dites-le! Il est important d'être honnête avec votre docteur pour ainsi trouver un traitement qui vous convient.

Avant de quitter le cabinet, revoyez vos listes pour confirmer que vous avez discuté tout ce que vous aviez préparé. Les questions sans réponses pourraient mener à des délais, car obtenir un autre rendez-vous pourrait prendre des semaines voir des mois.

Comme pour beaucoup d'autres situations, se préparer est la clé. Prendre ce temps avant votre rendez-vous vous permettra d'avoir une discussion éclairée avec votre dermatologiste. Vous sortirez de cette rencontre prêt à mettre votre plan de prévention et de traitement en action!

Extrait du site internet de ACP.P.

Participez à notre sondage



Nous sommes partenaires avec le Réseau canadien du psoriasis dans un projet visant à mieux comprendre ce que c'est que de vivre avec le psoriasis. Nous vous invitons à participer à notre court sondage, et à encourager toute

personne atteinte de psoriasis, ou touchée par le psoriasis à y prendre part. Nous espérons que l'information que vous partagerez avec nous nous aidera à déterminer comment vous offrir un meilleur soutien et comment mieux faire valoir les droits des Canadiens atteints de psoriasis. [En participant à notre sondage](#), vous courez la chance de gagner un mini iPad!

Rétablir les faits

Myth: Le psoriasis n'est qu'une mauvaise éruption cutanée.

Fact: Le psoriasis est beaucoup plus qu'un problème de la peau. C'est une maladie auto-immune chronique et elle peut être liée à des risques élevés d'obésité, de maladie cardiaque, d'hypertension et de diabète. Trente pour cent de ceux qui sont atteints de psoriasis développent du rhumatisme psoriasique. De plus, plusieurs patients sont aux prises avec les impacts psychologiques de la maladie tels du stress, de la difficulté à dormir et même des pensées suicidaires!

Pso, sias-tu?

Avez-vous vu notre campagne Facebook "Pso, sais-tu?" Consultez notre page [Facebook](#) pour voir quelques faits intéressants sur la vie avec le psoriasis (disponible en anglais seulement.)



L'hiver vient



Il est difficile de penser à l'air froid et sec qui vient avec l'hiver, mais celui-ci est juste au tournant. Plusieurs personnes atteintes de psoriasis ont des problèmes

à gérer leur psoriasis en hiver. [Joignez-vous à nous sur Facebook](#), et partagez vos trucs et vos stratégies sur les manières avec lesquelles vous faites face à tout ce qui vient avec l'hiver.

Lilly

L'Association canadienne des patients atteints de psoriasis remercie nos commanditaires pour leur soutien.

janssen
PHARMACEUTICAL COMPANY
a Johnson & Johnson

L'Association canadienne des patients atteints de psoriasis
15, cour Capella, bureau 109 • Ottawa • ON • K2E 71
www.canadianpsoriasis.ca • 877-505-2772 • info@canadianpsoriasis.ca