

# PREPARA LA TUA VISITA

Informazioni e strumenti per supportarti nel tuo percorso

# RIPRENDI IL **CONTROLLO** SULLA PN

Se sei affetto da Prurigo Nodularis (PN) da molto tempo, hai prurito e noduli persistenti, parlane con il tuo dermatologo affinché possa trovare il giusto approccio per gestire la tua malattia.

Se nascondi la tua pelle agli altri, hai prurito persistente o noduli che non se ne vanno, parlane con il tuo dermatologo. Sii onesto e non nascondere i dettagli. Questo può aiutarlo a trovare il miglior approccio per te.

È importante sapere che **la ricerca clinica continua a fare dei passi in avanti nella comprensione della PN, in modo da poter sviluppare trattamenti più efficaci.**<sup>1</sup>

**CON IL GIUSTO PERCORSO DI GESTIONE DELLA MALATTIA, POTRESTI MIGLIORARE IL PRURITO, LA CUTE E RIDURRE L'IMPATTO CHE LA PN HA SULLA TUA VITA.**<sup>2,3</sup>

## Stabilire gli obiettivi

Il tuo percorso inizia con la definizione degli obiettivi giusti. Questi possono includere:

- ridurre il prurito intenso e la voglia di grattarsi (chiamato ciclo prurito-grattamento);<sup>3</sup>
- risolvere i segni cutanei, come i noduli, per aiutare la pelle a guarire;<sup>4</sup>
- ridurre l'impatto della PN sulle attività quotidiane;<sup>5</sup>

Parla con il tuo medico condividendo i tuoi obiettivi per arrivare a una strategia di gestione il più possibile vicina alle tue esigenze.<sup>2</sup>

# SCOPRI IL TUO ATTUALE LIVELLO DI CONTROLLO DELLA PN

Le seguenti domande del Prurigo Control Test (PCT) valutano la situazione attuale della tua malattia.<sup>6</sup> Leggi attentamente ogni domanda e scegli tra le cinque risposte, quella che rispecchia la tua situazione ricordandoti di far riferimento alle precedenti due settimane.<sup>6</sup> Per ciascuna delle cinque domande è necessario selezionare una sola risposta.



\*Il PCT è stato sviluppato da un team di ricerca guidato dal Dott. Karsten Weller e dal Prof. Martin Metz (Ospedale Universitario della Charité - Berlino).<sup>6</sup>

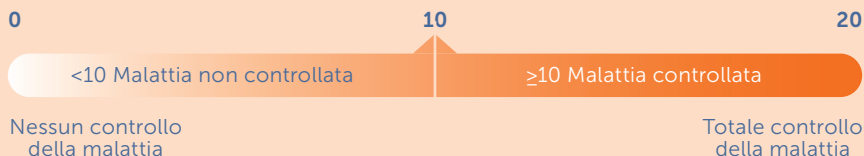
	0	1	2	3	4
1. Complessivamente, quanto sono state gravi le tue lesioni cutanee nelle ultime 2 settimane? <sup>6</sup>	molto gravi <input type="radio"/>	gravi <input type="radio"/>	abbastanza gravi <input type="radio"/>	lievemente gravi <input type="radio"/>	non ho avuto lesioni cutanee <input type="radio"/>
2. Quante volte hai dovuto grattarti a causa della tua malattia cutanea nelle ultime 2 settimane? <sup>6</sup>	molto spesso <input type="radio"/>	spesso <input type="radio"/>	a volte <input type="radio"/>	raramente <input type="radio"/>	mai <input type="radio"/>
3. Quanto spesso la tua malattia cutanea ti ha impedito di dormire normalmente nelle ultime 2 settimane? <sup>6</sup>	molto spesso <input type="radio"/>	spesso <input type="radio"/>	a volte <input type="radio"/>	raramente <input type="radio"/>	mai <input type="radio"/>
4. Quanto è stata compromessa la qualità della tua vita a causa della tua malattia cutanea nelle ultime 2 settimane? <sup>6</sup>	moltissimo <input type="radio"/>	molto <input type="radio"/>	abbastanza <input type="radio"/>	un po' <input type="radio"/>	per niente <input type="radio"/>
5. In che misura la terapia è stata in grado di controllare la tua malattia cutanea nelle ultime 2 settimane? <sup>6</sup>	per niente <input type="radio"/>	un po' <input type="radio"/>	abbastanza <input type="radio"/>	molto <input type="radio"/>	moltissimo <input type="radio"/>

Il tuo punteggio PCT

## COSA SIGNIFICA ESATTAMENTE IL MIO PUNTEGGIO PCT?

Ogni domanda viene valutata su una scala da 0 a 4. Dopo aver completato tutte e cinque le domande, viene calcolato il punteggio totale. Questo indica il tuo livello di controllo. L'intervallo possibile del punteggio totale del PCT è compreso tra 0 (nessun controllo della malattia) e 20 (totale controllo della malattia).<sup>6</sup>

Un punteggio totale del PCT inferiore a 10 punti indica una PN scarsamente controllata.<sup>6</sup>



# PREPARATI PER IL TUO APPUNTAMENTO

Mentre il PCT è stato concepito per valutare il controllo della PN, i seguenti moduli ti potranno aiutare a ottimizzare la visita con il tuo dermatologo. Rispondi a tutte le domande nel modo più dettagliato possibile e portali con te al prossimo appuntamento.

Questa guida ha il solo scopo di facilitare la discussione. Non è da intendersi come strumento di valutazione, diagnosi o controllo della malattia. Sarebbe utile portare con sé i moduli all'appuntamento con il dermatologo per avere un quadro completo della situazione.



# QUAL È LA TUA ANAMNESI FARMACOLOGICA?

Qui di seguito ti faremo delle domande su eventuali trattamenti o procedure di cura personale di gestione della PN.

## **Attualmente assumi uno o più trattamenti per la PN?**

*(Cerchiare Sì o No e aggiungere altri eventuali commenti che desideri fare)*

Sì	No
<i>Se sì, quale/i?</i>	

## **In passato, hai utilizzato uno o più trattamenti per la PN?**

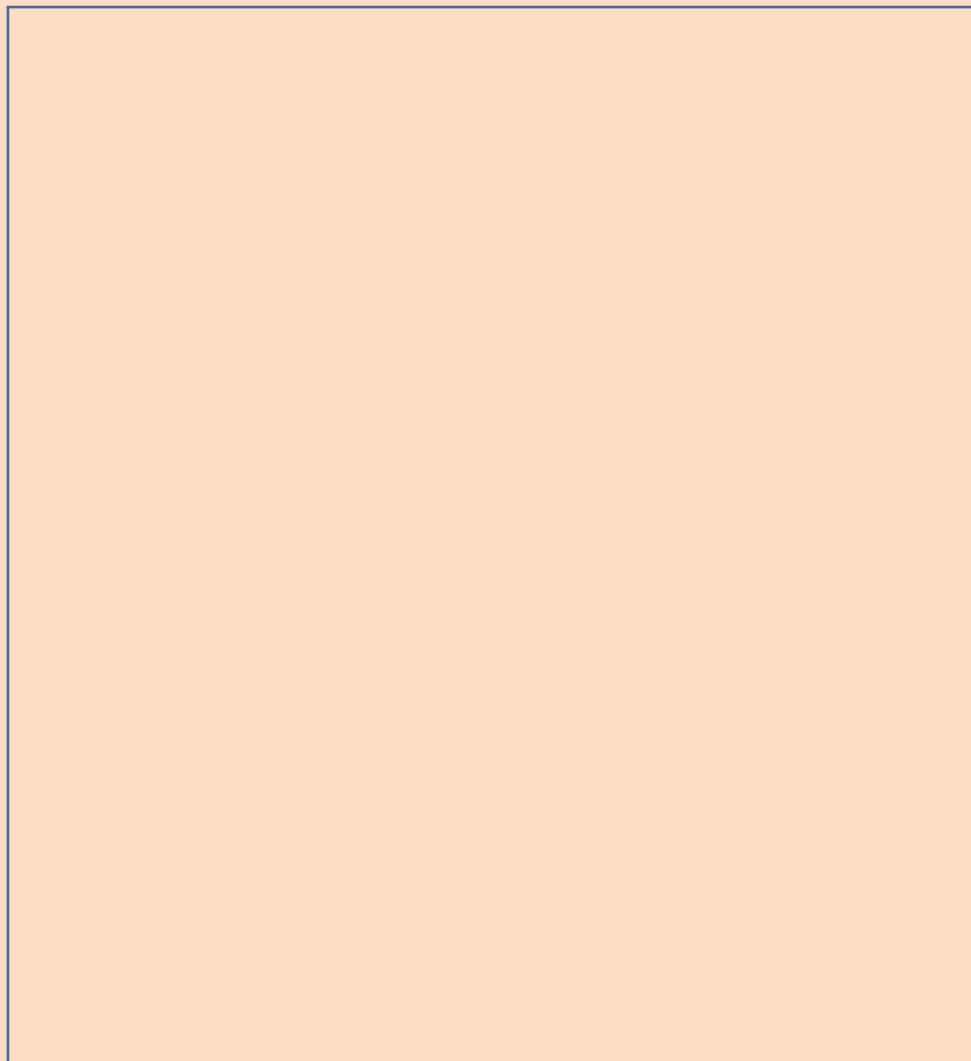
*(Cerchiare Sì o No e aggiungere altri eventuali commenti che desideri fare)*

Sì	No
<i>Se sì, quale/i?</i>	

# CHE COSA È NECESSARIO SAPERE?

Se hai domande sulla PN o riflessioni sul trattamento, condividerle con il tuo medico potrà aiutarti a ottenere le risposte di cui potresti aver bisogno.

**Annota qui i tuoi pensieri o le tue domande.**



**Se non sei certo/a di cosa chiedere, ecco alcuni suggerimenti:**

**Ci sono particolari accorgimenti che dovrei adottare per la gestione della PN?**

**Quali approcci di gestione sono disponibili per la PN?**

**Come posso ridurre l'impatto della PN su sonno/attività quotidiane?**

**Quali potrebbero essere gli obiettivi di trattamento per la PN?**

**Quanto tempo potrebbe trascorrere prima di iniziare a vedere i risultati?**

**Le cicatrici e l'iperpigmentazione (aree più scure della pelle) si ridurranno in caso di miglioramento dei noduli/delle lesioni cutanee?**

# DEFINISCI I TUOI OBIETTIVI

Rispondi alle seguenti domande prima di incontrare il tuo dermatologo. Possono aiutarti a definire alcuni obiettivi.

## Quale aspetto della tua vita su cui influisce la PN vorresti maggiormente migliorare?

*(Cerciare la risposta e aggiungere altri eventuali commenti che desideri fare)*

Sonno	Lavoro/Studio	Relazioni
Altro (specificare)		

## Cosa desideri maggiormente tenere sotto controllo?

*(Cerciare la risposta e aggiungere altri eventuali commenti che desideri fare)*

Prurito	Dolore	Bruciore	Noduli/lesioni in rilievo
Altro (specificare)			

## In che modo ti auguri che la tua vita con la PN possa migliorare?

*(Aggiungere altri eventuali commenti che desideri fare)*

--

# TROVA CON IL TUO MEDICO LA **SOLUZIONE** ADATTA A TE

Ora che hai risposto a queste domande, dovresti sentirti più preparato/a per il tuo prossimo appuntamento. Ricordati solo di portare con te questo opuscolo al fine di focalizzare la discussione con il tuo medico ed aiutarlo a trovare una strategia di gestione della tua PN.

MAT-IT-2400794

Per maggiori informazioni, visita il nostro sito su [www.dermatopia.it](http://www.dermatopia.it), oppure semplicemente inquadra il seguente QR code



1. American Academy of Dermatology Association. Prurigo nodularis: overview [online]. Disponibile al link: <https://www.aad.org/public/diseases/a-z/prurigo-nodularis-overview> (ultimo accesso marzo 2024).
2. American Academy of Dermatology Association. Prurigo nodularis: Diagnosis and treatment [online]. Disponibile al link: <https://www.aad.org/public/diseases/a-z/prurigo-nodularis-treatment> (ultimo accesso marzo 2024).
3. Mullins TB, Sharma P, Riley CA, et al. Prurigo Nodularis. [Updated 2022 Sep 12]. In: StatPearls [Internet]. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing; 2024 Jan-. Disponibile al link : <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK459204/> (ultimo accesso marzo 2024).
4. American Academy of Dermatology Association. Prurigo nodularis: self-care [online]. Disponibile al link: <https://www.aad.org/public/diseases/a-z/prurigo-nodularis-self-care> (ultimo accesso marzo 2024).
5. Ständer S, et al. Itch. 2020; 5:e42.
6. Metz M, et al. JAMA Dermatol. 2024; 160(2):187-193.