

# Célkeresztben a pszoriázis

**A pszoriázis az életet nem veszélyezteti, de egyike az életminőséget nagymértékben rontó bőrbetegségeknek.**

**NYÍREGYHÁZA.** Lélegzetvételnyi szünete sem volt dr. Beleznay Gyöngyike bőrgyógyász-kozmetológus szakorvosnak, a Derma-Art Bőrgyógyászati Magánklinika tulajdonosának azalatt az egy óra alatt, míg olvasóink kérdéseire választolt telefonon, s e-mailben is tucatszámian kérték a segítségét.

- Az olvasói kérdések, panaszok számos betegséget érintettek a melanomától az ekzémán át a pikkelysömörig, s életkorban is igen széles volt a spektrum, hiszen tizenévesek éppúgy érdeklődtek, mint a 70 felettek - összegezte a tapasztalatokat a bőrgyógyász-kozmetológus.

## Nem fertőző!

Legtöbbször a pikkelysömörrel kapcsolatban fogalmaztak meg kérdést, észrevételt, és kértek tanácsot, így a pszoriázissal foglalkozunk bővebben.

- Ez talán nem véletlen, hiszen a pszoriázis a krónikus bőrbetegségek közül az egyik leggyakrabban előforduló,



A telefonnál dr. Beleznay Gyöngyike

FOTÓ: SIPEKI PÉTER

nem fertőző betegség, mely a bőrt, körmöket, ízületeket érintő elváltozás. A pszoriázis ma még véglegesen nem gyógyítható, de a tünetek csökkenthetőek. A pikkelysömör nemcsak a bőr betegsége, hanem immunrendszeri zavar lévén az egész szervezetben zajló folyamat. A bőrtünetekhez súlyos panaszok, kisízületi fájdalmak és gyulladások következhetnek fellepő mozgáskorlátozottság is társulhat. A bőrt elcsúfító sötét foltok nem csak viszketésükkel okoz-

nak kellemetlenséget, lelki, önfogadási problémákkal is tetézhetik a bajt. A pszoriázis az életet nem veszélyezteti, de egyike az életminőséget nagymértékben rontó bőrbetegségeknek - foglalta össze a legfontosabb tudnivalókat a betegségről a bőrgyógyász.

A pikkelysömör semmilyen formában nem fertőz, a beteg pszoriázis környezetére nem veszélyes. A pikkelysömör a belső szerveket nem betegíti meg, ízületi panaszokkal azonban társulhat. A belső szervi betegségek viszont ronthatják vagy provokálhatják a pszoriázist.

## Gyakran a hajas fejbőrön kezdődik

- A nőket és férfiakat egyenlő mértékben betegíti meg. Leggyakrabban a 15-35 év között-

ti személyeket sújtja, és sok esetben a hajas fejbőrön kezdődik - válaszolta egy mátészalkai olvasónk kérdésére a szakorvos.

- Hogyan lehet felismerni a pikkelysömört? - érkezett a következő kérdés. - A pszoriázis tünetei jellegzetesek, az ép bőrtől jól körülírtan elhatárolódik, ezúttal hámlik és egy vagy több kiemelkedő, vörös plakkok elváltozás alkotja. A pszoriázisos plakkokat a bőr sejtjeinek kórosan felgyorsult osztódása okozza. Általában egy vagy több apró plakk formájában jelenik meg először a fejbőrön, a könyökökön, a térdeken, a háton vagy a farpofákon. Bár az első plakkok pár hónap után maguktól visszafejlődhetnek, de meg is maradhatnak: ekkor összefolynak és nagyobb plakkokat formálnak. A vastok plakkok a tenyereken, a talpakon, a nemi szervek hajlatánál is megjelenhetnek.

## Hajlam és provokáló faktorok

Mi okozza a pikkelysömört, és hogyan lehet gyógyítani, mert az elmúlt évek során számos „kencét” írtak már fel, de egyik sem volt hatásos - írta e-mailben nyíregyházi olvasónk.

- A pikkelysömör kialakulásában veleszületett hajlam, és környezeti, úgynevezett provokáló faktorok játszanak szerepet. Ahhoz, hogy pikkelysömör kialakuljon, a veleszületett hajlamot megjelenítő, külső környezeti, provokáló faktorok hatása is szükséges. A „külső” hatás lehet belső betegség is. **KM**

## A pikkelysömör nem gyógyítható, de kezelhető



**NYÍREGYHÁZA.** - Sokan a pszoriázisban szenvedők közül sincsenek tisztában azzal, hogy a tünetek enyhítéséhez és a foltok visszahúzódásához életmódszerű változtatásokra, odafigyelésre van szükség - említi Beleznay Gyöngyike. - Az enyhe és középsúlyos pszoriázisban szenvedőknek jelentős változást hozhat a napi szintű, komplex ápolás természetes alapú, erre a bőrbetegségre kifejlesztett készítményekkel. Különösen, ha ez kiegészül az életmód megváltoztatásával: a megfelelő étrenddel és a stressz csökkentésével. Súlyos pszoriázis esetében az orvosi felügyelet elengedhetetlen! Minden beteg számára egyénileg a tünetek súlyossága, és egyéb betegségei figyelembevételével szükséges összeállítani a kezelést.

Enyhébb esetekben helyi kezelés javasolható, a

plakkokon látható pikkelyeket el kell távolítani hámlasztókkal (pl. 10 százalékos carbamidos, 5-10 százalékos szaliciles kenőccsel, sós fürdővel). A plakkokra alkalmazhatók a steroid tartalmú kenőcsök, krémek, oldatok, melyek a gyulladást csökkentik. Kenőcs formában alkalmaznak A-vitamin analógokat (calcipotriol, tacalcitol).

## Hatásos a fénykezelés

Súlyosabb, nagyon kiterjedt esetekben a pikkelysömör helyi kezelése mellett belső, gyógyszeres terápiára is szükség lehet. Jó hatásúak az A-vitamin szintetikus származékai, a retinoidok, melyek a szarusodás folyamatát normalizálják. Nagyon jó hatású pikkelysömör esetében az ún. fénykezelés. Mind az UV-A, mind az UV-B spektrumú fényt használják. Speciális formája a fényérzékenyítő szerrel történő kezelést követően alkalmazott UV-A (PUV-A) kezelés, illetve a szűk spektrumú UV-B terápia - sorolta a bőrgyógyász-kozmetológus. **KM**

## Kezelési módok

### Fizioterápia, fürdők

A helyi kezelésre különböző fizioterápiás beavatkozások is szóba jöhetnek. Így heti 3 alkalommal ultrahangos kezelés, 42-45 °C-on 20 percen át, vagy UV-B 295-305 nm 2mw/cm2 ultraibolya sugárzás 3 percig heti 3 alkalommal. A fürdők közül első helyen a napi fél óras napfürdő lehet hatásos. Hasonlóan kedvező, enyhítő hatásúnak bizonyult a sós helyi borogatásra történő használata.

### Speciális diéta

A gyógyulás kulcsfontosságú eleme a céltudatos táplálkozás, speciális diéta. Mindenekelőtt csökkenteni kell a cukor, a

hús, az állati zsír, az alkohol fogyasztását. Növelni kell a zöld rostos növények, a tengeri halak és a müzlik részeseledését a táplálékban. Különösen hasznosak lehetnek a gyógyulási folyamat elősegítésében az omega-3 zsírsavak.

### Stressz, elsavasodás

A betegség kialakulásában nagy szerepet játszik a stressz és a szervezet hosszú ideje fennálló, többszörös mérgezőanyagokkal való telítettség, az elsavasodás, és a sav-bázis egyensúly megbomlása. A terápiás folyamat kezdetén ezért fontos a szervezet minél tökéletesebb méregtelenítése.

## A pikkelysömör megjelenési formái

Eritoderma pszoriátikában a bőr testszerte vörössé és hámlóvá válik. A hámláson túl a bőr nagy területen történő, néha az egész testfelszínre kiterjedő kivörösödése jellemzi. Az erythrodermális psoriasis nem ritkán láz és fájdalom kíséri. Egy másik ritka forma, a gennyhólyagokkal járó pikkelysömör - pszoriázis pustulóza -, melyben kisebb-nagyobb gennyes hólyagok (pusztulák) alakulnak ki a tenyéren és a talpon. A psoriasis guttata jellegzetessége, hogy a hason, háton és a végtagok bőrén apró vörös foltok keletkeznek, melyek hirtelen, esetleg streptococcus fertőzés lezajlása után tűnnek el.