

BETEGTÁJÉKOZTATÓ

A pikkelysömör betegségről és a kezelési lehetőségekről

HATÉKONY TOVÁBBLÉPÉS PSZORIAZISBAN

Mi a pikkelysömör? Milyen tünetekkel jár?

Pikkelysömör (pszoriazis) kialakulásáért az immunrendszer kóros működése felelős. Jellemzője, hogy a bőr egyes jól körülhatárolt területein nagyobb foltokká összefolyó, gyulladt, pikkelyes, hámló gócok alakulnak ki. Ezek a pikkelyek – vakarás hatására – könnyen leválnak és vérzékeny, vörös, fájdalmas felületet hagynak maguk után. A betegség leggyakrabban a térd, a könyök és a hajas fejbőr területein jelenik meg. Súlyosabb esetben testszerte és a körmökön is megjelenhet. A napfény enyhítheti a tüneteket.

Amit a pikkelysömörről tudni kell:

- Krónikus betegség
- Az oka az immunrendszerben zajló kóros folyamatokra vezethető vissza
- Gyakran mutat családi öröklődést
- Nem gyógyítható meg teljesen, de kezelhetők a tünetek
- Nem fertőző
- Gyakran ízületi gyulladással is együtt jár, ez a pszoriatikus artritisz

Pszoriatikus artritisz

A pikkelysömörben szenvedő betegek 10-15 százalékánál a bőrtünetekhez ízületi tünetek is társulnak. Az ízületi gyulladás jelentkezik a bőrtünetekkel egy időben, de leggyakrabban a pszoriazis kezdete után lép fel. Ízületi panaszok esetén reumatológiai együttműködés is szükséges!

A pikkelysömör hatással van az élet minden területére

A fenti bőrtüneteken kívül a betegség súlyosan romboló hatással lehet a beteg életminőségére.

A pikkelysömör érzelmi, szociális és fizikális hatásai

A betegség diagnózisa sokféle érzelmi hatást válthat ki, nagyon gyakran még depressziót is. A betegek a bőrelváltozások miatt nem érzik magukat vonzónak, vagy szégyellik a testüket. Többen otthon maradnak, kerülve a társas érintkezést, de problémát okozhat a baráti, munkatársi, sőt még a családi kapcsolatokban is.

Pikkelysömör és a stressz

A stressz a pikkelysömör kialakulásának egyik kiváltó faktora lehet, illetve a már meglévő tünetek a stresszre rosszabbodhatnak.

Pikkelysömör mint élethosszig tartó betegség

Jelenleg a pikkelysömör nem gyógyítható. Súlyossága hullámzó lefolyású.

A kezelések segítenek javítani a bőr állapotán, de abbahagyásuk esetén a pszoriazis mint alapbetegség fennáll. A súlyosságnak megfelelően kiválasztott legoptimálisabb terápiával a tünetek minimálisra csökkenthetők vagy megszüntethetők.

A betegség felismerése

Mint más autoimmun betegség, a pikkelysömör is krónikus lefolyású. Felismerve a betegséget a megfelelő kezelés segít a tüneteket enyhíteni és javítja az életminőséget. A korai felismerés egyben lehetővé teszi a tünetek korai, sikeres kezelését is.

Kezelési lehetőségek

A kezelés a betegség súlyosságát tekintve az alábbi stratégia szerint történik:

- helyi kezelések
- fényterápia
- standard szisztémás kezelés

Helyi kezelések: a pszoriasis kezelésének első lépéseként használatos szerek, külsőleg a bőrfelületen. Önmagukban enyhe pszoriasis esetén alkalmazhatók.

Fényterápia: javítja a bőr elváltozását mesterséges ultraibolya fény segítségével. A fényterápia kombinációban is alkalmazható, lokális és standard szisztémás szerekkel.

Standard szisztémás kezelés: azt jelenti, hogy szájon át vagy injekcióban bejuttatva a gyógyszert, az felszívódva hatással van az egész szervezetre. A pikkelysömör középsúlyos és súlyos formájában alkalmazandó gyógyszerek, az acitretin, cyclosporin és methotrexat, mellékhatásaik miatt szoros orvosi kontroll mellett alkalmazhatók.

Biológiai terápia: A legígéretesebb eredményeket mutató, áttörést jelentő terápia. A pszoriasis és pszoriaticus artritisz kezelésében a kóros immunválasz nagyon korai pontján és szelektíven avatkozik be a folyamatba, visszaállítva az immunrendszer egyensúlyát. Az ilyen gyógyszerek, a bőr és a reumatológiai tünetekre egyaránt hatékonyan alkalmazhatók. Alkalmazásuk a standard szisztémás kezelésre nem kellőképpen javuló betegek esetén lehetséges.

Pszoriasisban a biológiai terápiát az erre a célra feljogosított, kijelölt **bőrgyógyászati biológiai terápiás centrumok** végzik.

Ezek a következők:

- 1/ SE Bőr, Nemikórtani és Dermatoonkológiai Klinika, Psoriasis Szakrendelés, **Budapest**
- 2/ SZTE Bőrgyógyászati és Allergológiai Klinika Psoriasis Szakrendelés, **Szeged**
- 3/ DEOEC Bőrgyógyászati Klinika Psoriasis Ambulancia, **Debrecen**
- 4/ PTE Bőrgyógyászati és Onkodermatológiai Klinika, **Pécs**
- 5/ Bács-Kiskun Megyei Önkormányzat Kórháza Bőrgondozó, **Kecskemét**
- 6/ Kaposi Mór Oktató Kórház Bőrgyógyászati Osztály, **Kaposvár**
- 7/ Semmelweis Kórház- Rendelőintézet Bőrgyógyászati Osztály és Ambulancia, **Miskolc**
- 8/ Vas Megyei Markusovszky Kórház Bőrgyógyászati Osztály és Ambulancia, **Szombathely**
- 9/ Heim Pál Gyermekkorház Bőrgyógyászati Osztálya, **Budapest**

Pszoriaticus artritiszben a biológiai terápiát az erre a célra feljogosított, kijelölt reumatológiai biológiai terápiás centrumok végzik.

Beszélje meg orvosával!

Ossza meg orvosával tapasztalatait, tüneteit, és az eddig kapott terápia eredményét! Visszajelzéseire alapozva felépíthetik az állapotának megfelelő legoptimálisabb kezelést, mely a betegség tüneteit megszüntetheti vagy minimálisra csökkentheti. Keresse fel a pszoriázis betegek érdekeit képviselő **civil szervezeteket**.

Együtt élni a pikkelysömörrel – tünetek nélkül

A hatékony kezelés megítélésében és állapotának változásához igazodó alkalmazásában is nagy szerepe van a beteg együttműködésének. Ezen kívül sok mást is tehet állapotának javítása érdekében.

Éljen egészségesen:

- A mozgás és pihenés megfelelő mennyiségű legyen. Ily módon csökkenti a stresszt is, mely fontos befolyásoló tényezője betegségének.

- Étkezzen egészségesen,

- kerülje a túlzott alkoholfogyasztást.

- Figyelje állapotát és adjon visszajelzéseket orvosának, milyen tényezők befolyásolhatják állapotának változásait.

Segítsen másoknak megérteni a betegséget, hogy elfogadják

-Tudjon meg minél többet a pikkelysömöréről. Minél többet tud róla, annál könnyebben tudja másoknak is elmagyarázni.

- Beszéljen másoknak a betegségről. Mondja el, bár nem gyógyítható meg teljesen, nem fertőző.

- Ha beszél másoknak betegségéről, az csökkenti a félelmet, hogy mit gondolnak mások erről.

Legyen magabiztos

-Hordjon olyan ruhát, amiben kényelmesen érzi magát, és elfedheti a bőrtüneteket.

- Megfelelő helyi kezelés, kozmetikumok csökkenthetik a feltűnő bőrelváltozást.

- Legfontosabb, hogy saját magáról mit gondol. Ez az, ami legjobban kisugárzik a környezetére.

Élvezze az életet és a társas kapcsolatokat

- Ha partnere biztosítja arról, hogy elfogadja a pikkelysömörrel együtt, higgyen neki.

- Beszéljen partnerének a betegséggel kapcsolatos érzéseiről nyíltan, ez segíthet abban, hogy erősödjön a kapcsolatuk.

Tegyen hatékony lépéseket a javulásért!