

Szimpatika

[Szimpatika kvíz](#)

Pikkelysömör – tünetek és kezelés

2011. 10. 13.

Szerző: [Szimpatika](#)

Címkék: [Bőrünk](#) [Bőrápolás](#) [Bőrbetegségek](#)

Vörös, vaskos, pikkelyes foltok, melyek elsősorban a térdeken, könyököknél, fejbőrön és a testhajlatokban jelentkeznek. Mit tegyünk, hogyan védekezzünk a pikkelysömör makacs, kiújuló tünete ellen?

Öngyógyítás helyett

A pikkelysömör tünete nemtől és kortól függetlenül megjelenhetnek, kialakulásában genetikai és környezeti faktorok egyaránt szerepet játszanak. A tünetek kezelésével legjobb, ha bőrgyógyászhoz fordulunk. A kozmetikai cégek egyre újabb termékeket jelentetnek meg a pikkelysömörös tünetek ápolására, a szakember sokat segíthet a számunkra megfelelő készítmény kiválasztásában is. A szakorvostól hasznos életmódbeli tanácsokat is kaphatunk, amelyekkel a betegség kezelése eredményesebbé tehető. A pikkelysömör kezelésének sikere ugyanis a gyógyszeres terápia mellett nagymértékben függ a beteg életvitelétől is.

Látogatás a bőrgyógyásznál

A pikkelysömör, orvosi nyelven pszoriázis a bőrt, hajas fejbőrt, körmöket, ízületeket érintő betegség. Előfordulása hazánkban 2%-ra becsülhető – mondta el **dr. Vincze Ildikó**, a Budai Allergiaközpont bőrgyógyász-kozmetológusa. A pikkelysömör megjelenhet minden életkorban, akár születéskor, akár 80 éves kor felett is. A tünetek első megjelenési ideje legjellemzőbb fiatal felnőttkorban, ekkor gyakran a hajas fejbőrön észlelhetők elváltozások. A betegség tünete annyira jellegzetesek, hogy a bőrgyógyászati vizsgálat alapján felállítható a diagnózis, csak ritkán van szükség szövettani vizsgálatra. A diagnózis felállítását követően az orvos értékelve a pszoriázisos tüneteket, figyelembe véve a társbetegségeket, az életkort, a beteg nemét, választja a beteg számára legkedvezőbb, legeredményesebb kezelést. A beteg részletes kikérdezése után tanácsokat ad az életmódbeli változtatásokra is.



Mozgás, alvás, napfény

A pszoriázis ma még véglegesen nem gyógyítható, de tünetmentesíthető betegség. A tünetmentes időszak változó, esetenként több év is lehet. Ahhoz, hogy ezt elérjük, a felírt gyógyszeres kezelés alkalmazása mellett fontos, hogy egyéb változtatásokat is betartsunk, a terápia sikerességéhez elengedhetetlen az orvos-beteg együttműködése. A tüneteket az életmód, a dohányzás, a testedzés, a stressz, a napfény, és egyéb környezeti hatások is befolyásolják. A pszoriázis nemcsak bőrtünetekkel járó betegség, a pikkelysömörben szenvedőknél magasabb a szívbetegségek és a stroke veszélye is. A kockázat csökkenthető, ha a betegek kiemelt figyelmet fordítanak az egészséges étkezésre és a rendszeres testedzésre, a normál testsúly fenntartására. A pszoriázisos bőrtünetek napfény, fototerápia hatására is javulhatnak, de ehhez is kérjük szakember javaslatát.

A pszoriázis-napló

A pikkelysömör kezelésében segítségünkre lehet, ha tudatosan figyelünk magunkra és lejegyezzük, hogy az adott időszakban minek hatására javultak vagy rosszabbodtak a tünetek. A tapasztalatokat a későbbiekben a kezelőorvossal átbeszélve módosíthatjuk például étkezési szokásainkat ezzel is megelőzve a tünetek fellángolását. A panaszok gyakran a menstruációs ciklus függvényében változnak, de állapotromlást okozhat a túl sok stressz is. A kettő gyakran összefügg egymással. A panaszok rosszabbodása természetesen rontja a betegek hangulatát, ugyanakkor a stressz is kiválthatja a tünetek fellángolását – magyarázza a doktornő. A pikkelysömör krónikus betegség, így kezelése sok türelmet igényel a páciens részéről is. A gyógyszeres terápia mellett a tudatos odafigyelés elengedhetetlenül fontos az eredményes kezeléshez.

www.allergiakozpont.hu [1]

A cikkben hivatkozott linkek:

[1] <http://www.allergiakozpont.hu/>

A Szimpatika.hu oldalain található információk, szolgáltatások tájékoztató jellegűek, nem helyettesítik szakember véleményét, ezért kérjük, minden esetben forduljon orvosához, gyógyszerészéhez!