

# PSORIASIS VERSTEHEN

## Informationen für Sie

### Symptome & Formen

#### Auf der Haut

##### Psoriasis vulgaris

- betrifft etwa 80 % aller Patienten
- entzündlich gerötete, erhabene und schuppige Hautläsionen (Plaques)
- bevorzugt an Knie, Ellenbogen, Kreuzbein und Kopfhaut
- Juckreiz, mitunter Schmerzen
- psychischer Stress und eingeschränkter Lebensalltag

Foto: Thinkstock\_497253855\_iStock\_Suze777

#### An den Gelenken

##### Psoriasis-Arthritis

- betrifft bis zu 30 % aller Patienten
- Gelenkschmerzen und Schwellungen an Fingern und Zehen
- Veränderungen an den Sehnen
- eingeschränkte Bewegungsfreiheit
- unbehandelt sind irreparable Gelenkschäden möglich

Foto: Thinkstock\_512153949\_iStock\_Astrid860

#### An den Nägeln

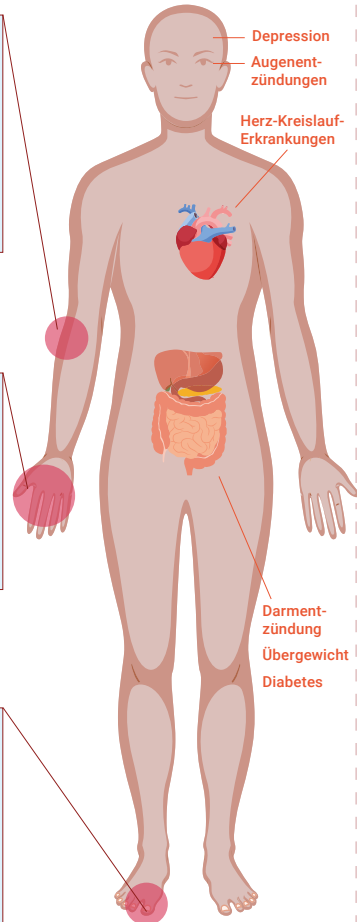
##### Nagelpsoriasis

- betrifft bis zu 50 % aller Patienten
- Verfärbungen (Ölflecken, Splitterhämorrhagien)
- Einsenkungen (Tüpfelnägel)
- Nagelfalz-Schwellungen
- Schäden an Nagelbett und -platte (Krümelnägel)

Foto: shutterstock\_675712267\_j manus

#### Begleiterkrankungen

Mindestens eine tritt bei 70 % aller Patienten auf



### Zahlen & Fakten

#### Psoriasis...

- ▶ betrifft **2 Millionen** Menschen in Deutschland, weltweit etwa **125 Millionen**
- ▶ ist laut WHO **eine der fünf schwersten nicht ansteckenden Krankheiten der Welt**
- ▶ ist eine **chronische, nicht heilbare, aber gut behandelbare Erkrankung**
- ▶ ist eine **systemische Erkrankung**, die neben der Haut auch andere Körperorgane betrifft
- ▶ tritt bei **Frauen und Männern gleich häufig** auf
- ▶ beginnt in mehr als **50 % der Fälle zwischen dem 15. und 25. Lebensjahr**

### Ursachen & Auslöser

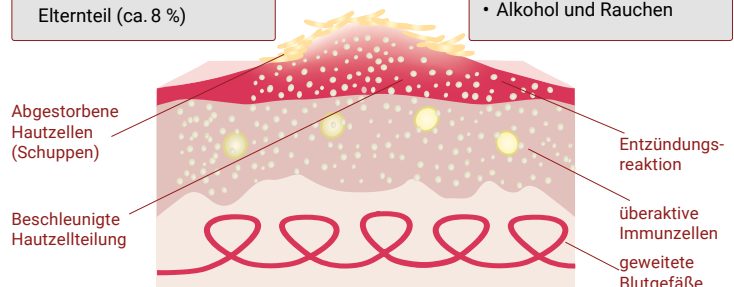
#### Genetische Veranlagung

- Führt nicht zwangsläufig zu einem Ausbruch
- Sind beide Elternteile erkrankt, ist das Risiko höher (ca. 41 %) als bei einem betroffenen Elternteil (ca. 8 %)

#### Mögliche Auslöser

- Psych. Belastungen/Stress
- Infekte/Krankheiten
- Übergewicht
- Hormonschwankungen
- Reizungen der Haut
- Medikamente
- Alkohol und Rauchen

#### Überreaktion Immunsystem



### Schweregrad & Therapie

#### Schweregrad-Einstufung

mit anerkannten Messverfahren

Messung der Hautsymptome mittels Psoriasis Area Severity Index (PASI)  
Messung der Lebensqualität mittels Dermatology Life Quality Index (DLQI)

#### Leichte Psoriasis

PASI & DLQI  
10 Punkte oder weniger

**Topische Behandlung**  
Äußerliche Anwendung, die lokal wirkt

Wirkt die **topische Therapie** nicht ausreichend, kann eine **systemische Therapie** verschrieben werden.

#### Mittelschwere bis schwere Psoriasis

PASI oder DLQI  
höher als 10 Punkte

**Lichttherapie mit ultravioletem Licht (UV-Licht)**

**Systemische Behandlung mit Immunsuppressiva**  
Innerliche Anwendung, die das ganze Immunsystem unterdrückt

**Systemische Behandlung mit Biologika**  
Innerliche Anwendung, die gezielt entzündungsfördernde Botenstoffe hemmt

### Patienten können einiges tun



#### Therapie-treue

Die konsequente Anwendung der verordneten Therapie entscheidet über den Behandlungserfolg. Versäumte Medikamenten-Einnahmen oder Arzttermine können die Wirkung mindern.



#### Ernährung & Bewegung

Ernährungsumstellung und Gewichtsabnahme können die Symptome lindern. Empfehlenswert sind eine ausgewogene Ernährung, regelmäßige Bewegung, kein Alkohol, nicht rauchen.



#### Hautpflege

Natürliche Öle, Cremes und Salben spenden trockener Haut Feuchtigkeit, fördern die Linderung der Entzündungen. Kurze Meersalz-Bäder erleichtern die Schuppen-Entfernung.



#### Kleidung & Schmuck

Weiche, lockere und atmungsaktive Kleidung verhindert Hautreizungen. Kratzige Stoffe können Beschwerden verschlimmern, ebenso enge Schuhe, Gürtel, scheuernde Nähte und Schmuck.



#### Psyche

Stress gilt als Risikofaktor und sollte im Privat- und Berufsleben möglichst gemieden werden. Bei der Krisenbewältigung kann professionelle Hilfe ratsam sein – der Hautarzt vermittelt Ansprechpartner.



#### Juckreiz

Kalte Umschläge, kühle Duschen und Bäder helfen gegen juckende Haut. Warme Raumtemperaturen, etwa durch eine aufgedrehte Heizung, können Beschwerden verschlimmern.