



Żyje z nią 180 milionów ludzi na całym świecie. Jak wygląda, co ją wywołuje i jak ją leczyć, czyli wszystko, co trzeba wiedzieć o łuszczycy. Choroby skóry często są przez społeczeństwo lekceważone, traktowane jako mniej groźne i mniej istotne niż np. schorzenia układu krwionośnego czy pokarmowego. Tymczasem na leczenie niektórych z nich wydaje się na świecie co roku dziesiątki miliardów dolarów. Leczenie najpowszechniejszej z chorób dermatologicznych, czyli łuszczycy kosztuje 15 miliardów rocznie. Co więcej, choroba skóry może wywołać inne problemy zdrowotne – jak choćby depresję. Chory z widocznymi problemami skórnymi izoluje się od społeczeństwa, albo – co gorsza – społeczeństwo samo wypycha go na margines, bo boi się jego choroby, obawia się zarażenia. Dlatego tak ważne jest poznanie przyczyn i sposobów leczenia łuszczycy, która dotyka aż 3% populacji na świecie.

### **Rozpoznanie choroby**

Czym charakteryzuje się łuszczycyca? Ta choroba ma wiele odmian, ale wspólną cechą większości z nich są zmiany skórne – najczęściej (w przypadku najpowszechniejszej odmiany, łuszczycy zwyczajnej) są to wyraźnie oddzielone fragmenty skóry, które pokryte są białą łuską, są wypukłe i mają owalny kształt. Pojawiają się z największą częstotliwością na nogach, ramionach, łokciach i kolanach, a także na plecach i na głowie, nieco rzadziej na brzuchu czy na dłoniach i stopach. Cechą charakterystyczną zmian skórnych jest swędzenie, które może nasilać się np. przy niewłaściwej diecie.

### **Przyczyny pierwotne i wtórne**

A co poza dietą może nasilać i wywoływać objawy łuszczycy? Jeden z najbardziej znanych na świecie specjalistów od łuszczycy, doktor Michael Tirant, twórca preparatów z linii Dr Michaels zajmuje się badaniem przyczyn i leczeniem łuszczycy od 30 lat. Analizując przypadki chorych z całego świata wyodrębnił dwie grupy przyczyn choroby: przyczyny pierwotne, wśród których znalazły się fenomen Koebnera (występowanie zmian skórnych w miejscach uszkodzenia naskórka), reakcje między lekami, zakażenia ogólnoustrojowe oraz stres; a także czynniki wtórne, które nie tyle wywołują chorobę, co nasilają występowanie objawów. Są to przede wszystkim niewłaściwa dieta (m.in. dużo czerwonego mięsa, brak zielonych warzyw bogatych w kwas foliowy), odwodnienie organizmu, ale także używki takie jak tytoń czy alkohol oraz stres. W sytuacjach stresowych w organizmie wzrasta poziom hormonów prozapalnych, a one z kolei sprawiają, że stan skóry się pogarsza. Ważną informacją, zarówno dla chorych, jak i dla ich otoczenia jest to, że łuszczycyca nie jest chorobą zakaźną.

### **Leczenie: czy tylko sterydy?**

Skuteczne leczenie objawów łuszczycy zależy przede wszystkim od dobrego poznania przyczyn choroby i od dopasowania leków do konkretnego przypadku. To praca zarówno dla lekarza, jak i dla pacjenta, który powinien obserwować swój organizm i zaobserwować, kiedy zmiany skórne się nasilają. W zależności od typu łuszczycy i stopnia nasilenia objawów, chorobę tę leczyć można retinoidami lub sterydami, niekiedy dobre efekty daje także terapia światłem.

Poza lekami, które dobiera dermatolog, chorzy na łuszczycę stosują także dermokosmetyki, zawierające naturalne substancje pochodzenia roślinnego. Skład tych stworzonych przez doktora Tiranta był dopracowywany przez lata i jest wynikiem badań tego australijskiego biochemika między innymi nad strukturą chemiczną sterydów. Naukowiec badał skład leków sterydowych i szukał występujących w przyrodzie substancji – olejków eterycznych, wyciągów z ziół, które mają podobną strukturę. Dzięki temu udało mu się stworzyć preparaty do stosowania na skórę, które eliminują objawy choroby nawet w 89% (badanie przeprowadzone w 2004 roku w Uniwersyteckiej Klinice Dermatologii w Wiedniu).

### **Jak żyć z łuszczycą?**

Stała opieka dermatologa, stosowanie dermokosmetyków – to podstawa, jeśli chodzi o walkę z tą chorobą, ale czy chory na łuszczycę może zrobić coś jeszcze, by choroba nie miała negatywnego wpływu na jego życie? Doktor Tirant radzi, by zmienić swój tryb życia – przede wszystkim wyeliminować stres, który jest największym wrogiem chorych. Pomocne w tym mogą być ćwiczenia fizyczne czy relaksujące hobby, jak wędkowanie lub czytanie książek. Ograniczenie stresu i zmiana sposobu odżywiania, zrezygnowanie z używek – wszystko to nie tylko pomoże w walce z objawami łuszczycy, ale wpłynie pozytywnie na ogólny stan zdrowia chorego, a więc warto od tego zacząć leczenie. Źródło: Opracowanie: Agnieszka Skupieńska eDermatologia|  
24.09.2014