

Dieta, która pomaga w łuszczycy

Związek pomiędzy zdrowiem, a sposobem odżywiania się jest znany od wieków. Lekarze podkreślają, że zdrowa dieta pozwala uniknąć wielu schorzeń, a także przyczynia się do łagodniejszego ich przebiegu. Dlatego właśnie dietetyka jest nauką medyczną, choć czasami jest mylona z technologią żywności. Osoby chore są szczególnie wrażliwe na niedobór oraz nadmiar wielu składników odżywczych, dlatego też diety wspomagające leczenie przede wszystkim muszą zapewnić dostarczenie organizmowi wszystkich koniecznych składników we właściwych ilościach.

Współczesne badania potwierdzają, że łuszczycyca jest chorobą dietozależną. Zła dieta jest jednym z czynników środowiskowych, które powodują pojawianie się zmian chorobowych na skórze. Pacjenci często lekceważą znaczenie diety, gdyż jej wpływ na przebieg choroby jest stopniowy i rozłożony w czasie. **Jednak nieprawidłowe odżywianie pociąga za sobą cięższy przebieg łuszczycy**

Ale wpływ diety na przebieg samej łuszczycy to nie wszystko. Łuszczycyca jest chorobą całego organizmu i bardzo często towarzyszy jej otyłość, podniesiony poziom cholesterolu, stłuszczenie wątroby, cukrzyca, nadciśnienie, łuszczycowe zapalenie stawów, choroba Crohna, czy wrzodziejące zapalenie jelit. **Przebieg wszystkich tych schorzeń można złagodzić (a nawet ograniczyć stosowanie leków, które dodatkowo obciążają wątrobę!) przestrzegając właściwych zasad żywienia.**

Dlatego warto skontaktować się ze specjalistą, który pomoże nam dobrać odpowiednią dietę.