

Ψωρίαση

Τι είναι

Η ψωρίαση είναι μια χρόνια φλεγμονώδης δερματοπάθεια που χαρακτηρίζεται από εξάρσεις και υφέσεις. Μπορεί να εμφανιστεί στον καθένα και παρουσιάζεται εξίσου σε άνδρες και γυναίκες. Είναι μια πάθηση που διαρκεί δια βίου και συνήθως πρωτοεμφανίζεται στην εφηβεία ή τα πρώτα χρόνια της ενήλικης ζωής.

Η ψωρίαση είναι μια δερματική διαταραχή στην οποία αυξάνεται ο ρυθμός ανάπτυξης και αποβολής των δερματικών κυττάρων. Τα κύτταρα στην ανώτερη στιβάδα του δέρματος αντικαθίστανται και αποβάλλονται συνεχώς. Αυτή η διαδικασία διαρκεί φυσιολογικά περίπου έναν μήνα, αλλά στην ψωρίαση είναι ταχύτερη (λιγότερο από μία εβδομάδα). Αυτή η αύξηση οδηγεί στην ανάπτυξη ερυθρών παχιών στρώσεων δέρματος, οι οποίες καλύπτονται από αργυρόχρωμες βλάβες.

Τι την προκαλεί

Το αίτιο είναι άγνωστο αλλά είναι πιθανόν ότι πρόκειται για αυτοάνοση πάθηση. Ο όρος "αυτοάνοση" σημαίνει ότι το ανοσιακό σύστημα του σώματος επιτίθεται κατά διαφόρων τμημάτων του σώματος και προκαλεί βλάβη ή νόσο. Η ψωρίαση δεν είναι λοιμώδης και δεν προδιαθέτει σε καρκίνο. Μπορεί να είναι ήπια έως σοβαρή. Οι εξάρσεις της ψωρίασης μπορεί να οφείλονται σε ελάχιστο τραυματισμό, άγχος, λοιμώξεις, έκθεση σε ψυχρά και ξηρά κλίματα, παχυσαρκία ή άλλες αυτοάνοσες παθήσεις, αλλά μπορεί επίσης να εκδηλωθεί και χωρίς προφανή λόγο.

Συμπτώματα-σημεία

Οι δερματικές βλάβες είναι ελαφρώς επαρμένες, έχουν αργυρό-λευκά λέπια με ερυθρό ή ροζέ περίγραμμα. Μπορεί να εμφανιστούν επώδυνες ρωγμές. Οι βλάβες μπορεί να είναι μονήρεις σε ορισμένα σημεία του σώματος ή να καλύπτουν ολόκληρο το σώμα.

Το δέρμα του τριχωτού της κεφαλής, το πρόσωπο, τα φρύδια, τα χέρια, τα γόνατα, τα πόδια, ο θώρακας, η οσφύς και οι πτυχές μεταξύ των γλουτών είναι οι περιοχές που συνήθως προσβάλλονται. Συχνά προσβάλλονται και τα νύχια χεριών και ποδιών.

Μπορεί να υπάρχει κνησμός (φαγούρα), ενώ ενίοτε συνυπάρχουν πόνοι στις αρθρώσεις. Το ξύσιμο μπορεί να προκαλέσει βακτηριακές λοιμώξεις. Περίπου το 25% των ατόμων με ψωρίαση εμφανίζουν συμπτώματα αρθρίτιδας που επιδεινώνεται όταν η ψωρίαση γίνεται πλέον σοβαρή.

Διάγνωση

Ο ιατρός θα θέσει τη διάγνωση από την εξέταση του δέρματος, των νυχιών και του τριχωτού της κεφαλής. Μπορεί επίσης να διενεργήσει βιοψία δέρματος (λήψη μικρού τεμαχίου δέρματος) για περαιτέρω μελέτη – ιδίως όταν η διάγνωση δεν είναι σαφής.

Αντιμετώπιση

Η ψωρίαση αντιμετωπίζεται αλλά δεν θεραπεύεται. Ο στόχος της θεραπείας είναι η ελάττωση της φλεγμονής και ο έλεγχος της απόπτωσης του δέρματος. Στη θεραπευτική προσέγγιση θα συμμετάσχει και ιατρός που είναι ειδικός σε δερματικές παθήσεις (δερματολόγος). Ο έλεγχος και η ελαχιστοποίηση των συμπτωμάτων μπορεί να επιτευχθεί μέσω αποφυγής των παραγόντων που πυροδοτούν την ψωρίαση σε συνδυασμό με συνταγογραφούμενα φάρμακα. Στα γενικά μέτρα περιλαμβάνονται η καλή υγιεινή του δέρματος, η αποφυγή τραυματισμών και η καλή ενυδάτωση του δέρματος, η λογική έκθεση του δέρματος στο ηλιακό φως και τα μπάνια με βρώμη (πλιγούρι). Η θεραπεία της ήπιας έως μέτριας ψωρίασης περιλαμβάνει τοπικές κρέμες, λοσιόν, σαμπουάν και αλοιφές που περιέχουν ανθρακούχο πίσσα. Στόχος είναι η ελάττωση της φλεγμονής (ερυθρότητας), της απολέπισης και του κνησμού. Τα αντιφλεγμονώδη φάρμακα για τοπική χρήση χορηγούνται σε ήπιες έως μέτριες περιπτώσεις και ως συνδυασμένη θεραπεία σε πλέον σοβαρές περιπτώσεις. Άλλες θεραπείες αποτελούν η φωτοχημειοθεραπεία, τα ανοσοκατασταλτικά φάρμακα, τα αντισταμινικά φάρμακα (για τον κνησμό) και τα αντιβιοτικά (για δευτερογενείς βακτηριακές λοιμώξεις).

Τα ΠΡΕΠΕΙ και τα ΔΕΝ ΠΡΕΠΕΙ

- ✓ **ΠΡΕΠΕΙ** να παίρνετε τα φάρμακα σας σύμφωνα με τις οδηγίες του ιατρού σας.
- ✓ **ΠΡΕΠΕΙ** να ενημερώνετε τον ιατρό σας για όλα τα φάρμακα που παίρνετε, συμπεριλαμβανομένων και των μη συνταγογραφούμενων.
- ✓ **ΠΡΕΠΕΙ** να εκθέτετε το δέρμα σας στο ηλιακό φως – χωρίς υπερβολές.
- ✓ **ΠΡΕΠΕΙ** να εφαρμόζετε τους κανόνες καλής υγιεινής του δέρματος.
- ✓ **ΠΡΕΠΕΙ** να τηρείτε τα ραντεβού με τον ιατρό σας – επανεξετάσεις.
- ✓ **ΠΡΕΠΕΙ** να παρατηρείτε το δέρμα σας για σημεία ίασης και για βακτηριακές λοιμώξεις. Ανάλογα σημεία είναι ερυθρότητα γύρω από τις δερματικές βλάβες, πόνος ή οίδημα των βλαβών ή των λεμφαδένων και πυρετός.
- ✓ **ΠΡΕΠΕΙ** να αποφεύγετε τους τραυματισμούς του δέρματος και την ξηρότητα, καθώς είναι καταστάσεις που μπορεί να πυροδοτήσουν εξάρσεις.
- ✓ **ΠΡΕΠΕΙ** να καλέσετε τον ιατρό σας εάν εμφανιστούν σημεία λοίμωξης, εάν επιδεινωθούν οι βλάβες ή εάν εμφανιστούν καινούργιες παρά τη θεραπεία.
- ✓ **ΠΡΕΠΕΙ** να καλέσετε τον ιατρό σας εάν δείτε φλύκταινες στο δέρμα, ιδίως με πυρετό, κόπωση, μυαλγίες ή αρθραλγίες ή οίδημα.

- ✓ **ΔΕΝ ΠΡΕΠΕΙ** να σταματάτε τα φάρμακα σας και μην τροποποιείτε τη δοσολογία χωρίς να ρωτήσετε σχετικά τον ιατρό σας.
- ✓ **ΔΕΝ ΠΡΕΠΕΙ** να ξεπερνάτε τις συνιστώμενες δόσεις των φαρμάκων.
- ✓ **ΔΕΝ ΠΡΕΠΕΙ** να χρησιμοποιείτε μη συνταγογραφούμενα τοπικά στεροειδή στο πρόσωπο και στα γεννητικά όργανα χωρίς τη σύμφωνη γνώμη του ιατρού σας.
- ✓ **ΔΕΝ ΠΡΕΠΕΙ** να διακόπτετε ξαφνικά τη λήψη των ανοσοκατασταλτικών φαρμάκων για να αποφύγετε νέες υποτροπές της ψωρίασης.