

Псориазис - Най-важното, което трябва да знаем



В тази статия за псориазис ще откриете:

- [Как да разпознаем псориазис?](#)
- [Какви са причините за появата му?](#)
- [Кои фактори го активират или влошават?](#)
- [Какво може да го подобри?](#)

Как да разпознаем псориазис?

Псориазисът е едно от най-разпространените кожни заболявания с хронично протичане (редуване на периоди на влошаване и подобрение) и различна честота на обострянията.

Кожните изменения се появяват предимно по откритите части, като ръцете и краката (най-вече лактите и коленете), а така също и по тялото, половите органи, окосмената част на главата.

По-рядко се засягат лицето, телесните гънки (подмишниците, подгърдните области при жените, слабините), дланите и стъпалата.

Характерните обриви са зачервени папули (надигнати участъци на кожата), покрити със сухи сребристо-бели люспи. При по-пресни обриви, цветът на папулите е бледорозов, а при по-стари изменения е тъмно червеносинкав.

Цветът на люспите е резултат от наличието на малки въздушни мехурчета между клетките, което влияе на пречупването на светлината.

Големината на псориазисните плаки варира от няколко милиметра до няколко сантиметра, като те постепенно могат да нараснат, да се слеят и да образуват плаки с различна големина.

Понякога се обхваща кожата на цялото тяло – това се нарича еритродермично състояние.



АЗ само да попитам

VIDEO

FA-11270165

Причини за появата на псориазис

Те все още не са напълно изяснени.

Има различни теории за появата на заболяването, но нито една не предоставя категорични данни.

В наши дни, най-голям брой привърженици има генетичната (наследствената) теория. Според нея, псориазисът е многофакторно заболяване, което се обуславя от няколко болестно променени гена (полигенно заболяване), намиращи се в една или повече хромозоми. Това означава, че потенциалът за развитието на псориазиса е закодиран във всяка една клетка, но не означава непременно, че той ще се развие.

Важна отключваща роля играят т.нар. провокиращи фактори, които биват външни и вътрешни. В подкрепа на генетичната теория говорят следните данни:

- Голямо разпространение сред населението (1-3%);
- Наличие на близък роднина със заболяването (в 30% от случаите)

- Съчетание с други многофакторни болести: съчетание с високи стойности на липидите (мастите) в кръвта, с повишено ниво на кръвната захар и др.

Въпросът за наследствеността е много интересен и актуален, особено когато става въпрос за т.нар. фамилни (семеини) случаи. Честотата на фамилния псориазис варира от 10-90% в различните статистики. **В България фамилното предразположение се среща в около 30% от болните с псориазис.** При наличие на заболяването при един от родителите, рискът от развитието му при детето варира от 17 до 20%. а когато заболяването е налично при двамата родители, вероятността за развитие при детето нараства от 31 до 75%. Има случаи, в които заболяването се проявява първо при децата, а по-късно и при родителите им.

Гени и псориазис

Псориазисът е генетично заболяване. **Възможно е, обаче, човек да боледува от псориазис, без никой друг от семейството му да е засегнат.** Всъщност, става въпрос за генетично предразположение: можем да сме носители на гена, отговорен за псориазиса, и да не се разболеем.

Псориазисът може да започне във всяка възраст, но първите симптоми обикновено се появяват в ранна юношеска възраст (около 12 – 13 години) или след 50-годишна възраст. Заболяването (а след това, обострянията) се проявяват **под въздействието на отключващ външен фактор**: стрес, инфекции, травми, лекарства, хормонални проблеми.

Псориазисът в никакъв случай не е заразен.



*само да
попитам*

VIDEO

FA-11270165

Фактори, които могат да активират или да влошат псориазиса

За появата на заболяването голямо значение имат различни отключващи (провокиращи) фактори. Те могат да са причина за първа поява на заболяването, но могат и да влошат налично такова.

Външни отключващи фактори:

Най-честите от тях са:

- физични – травма, одраскване, убождане, изгаряне, ултравиолетово и Рентгеново облъчване и др.;
- инфекции – най-често вирусни – морбили, херпесни вируси; бактериални – стрептококови инфекции; гъбични агенти и др.
- лекарства, които се приемат за лечение на други придружаваща заболявания – бета-блокери, литиеви препарати, синтетични антималярии, златни соли, тетрациклинови антибиотици и др.

Вътрешни провокиращи фактори:

- психичен стрес – в голям процент от случаите, заболяването може да се провокира от силен емоционален стрес.
- хормонални въздействия – бременност, раждане, пубертет и др.



FA-11270165

Какво може да подобри псориазиса

Има фактори, които отключват обостряне на псориазиса: някои лекарства, преумора, стрес, твърде силна емоция (отрицателна или положителна) и др.



VIDEO

FA-11270165

Ако имате псориазис, можете да се опитате да откриете към кои отключващи фактори сте най-чувствителни.

Трябва обаче да се знае, че отключващите фактори са множество и могат да са различни за всеки човек, както и могат да се различават в различните периоди.

Някои съвети, обаче, са общовалидни:

- трябва да се научите да се освобождавате от стреса,
- да разпределяте времето си и да предвиждате периоди за отпих и релаксация в дневното си разписание,
- да избягвате промени в програмата в последната минута,
- да поддържате добър ритъм на живот (не се препоръчва употребата на алкохол и тютюн),
- да спите достатъчно и да пиете много вода, защото кожата се хидратира и отвътре.

В домакинската работа избягвайте агресивните почистващи средства, защото те дразнят кожата.

Релаксирайте по всякакви начини: масажи, йога, автогенен тренинг (метод за релаксация)...

Научете се да се познавате добре, за да откриете какъв начин на живот най-добре Ви подхожда (сън, хранене). Хората с псориазис са хора като всички други и могат да имат пълноценен и успешен във всяко отношение живот, въпреки псориазиса.

Не забравяйте да хидратирате кожата си с т.нар. хидратиращи или емолиентни кремове. Сухата кожа е предразположена към сърбеж, а разчесването е вид травма за кожата, която може да предизвика появата на плаки. По сухата кожа може да се появят малки пукнатини, които също са вид травма. Добре хидратираната кожа старее по-бавно и осигурява по-голям комфорт, намалява сърбежа и предпазва от навлизането в кожата на различни алергени и инфекциозни агенти като бактерии, гъбички и вируси. Превърнете слагането на хидратиращ крем в хигиенен навик, като взимането на душ и миенето на зъбите и няма да съжалявате.



FA-11270165

Материалът е изготвен със съдействието на: доц. Иван Богданов, специалист дерматолог

PSO BASICS 02/23 BG

BG2302066491

Source URL: <https://prod1.novartis.com/bg-bg/zdraven-portal/psoriazis/nay-vazhnote-koeto-tryabva-da-znaem-za-psoriazisa>

List of links present in page

1. <https://prod1.novartis.com/bg-bg/bg-bg/zdraven-portal/psoriazis/nay-vazhnote-koeto-tryabva-da-znaem-za-psoriazisa>
2. <https://www.novartis.com/bg-bg/nay-vazhnote-koeto-tryabva-da-znaem-za-psoriazisa#razpoznaem>
3. <https://www.novartis.com/bg-bg/nay-vazhnote-koeto-tryabva-da-znaem-za-psoriazisa#prichini>
4. <https://www.novartis.com/bg-bg/nay-vazhnote-koeto-tryabva-da-znaem-za-psoriazisa#faktori>
5. <https://www.novartis.com/bg-bg/nay-vazhnote-koeto-tryabva-da-znaem-za-psoriazisa#podobryavane>