

Что провоцирует псориаз и можно ли его избежать?

☞ «Основной причиной этого заболевания является генетически обусловленные изменения в иммунной системе, которые приводят к каскаду воспалительных реакций кожи. На ней появляются бляшки, высыпания, шелушение, поражаются ногтевые пластины и суставы», – рассказывает эксперт врач дерматовенеролог ГУЗ «ТОККВД» Дарья Александровна Пищулина

☑ При псориазе человек испытывает болезненные чувства жжения и зуда. У людей, страдающих этим заболеванием, повышается раздражительность, появляется чувство постоянной усталости, нарушаются социальные связи, нередко портятся отношения в семье. Это приводит к тому, что они начинают употреблять алкоголь, впадают в депрессивное состояние.

☑ Согласно исследованиям, продолжительность жизни пациентов с псориазом на 5-8 лет меньше, чем у их сверстников, не имеющих этого заболевания.

☑ Псориаз сопровождается рядом других изменений. Сопутствующими заболеваниями являются метаболический синдром, атеросклероз, артериальная гипертензия, сахарный диабет.

☞ Как понять, что вы больны псориазом?

«Любые высыпания на коже требуют консультации врача дерматолога. – Говорит Наталья Руднева. – Иногда заболевание начинается с изменения ногтевых пластинок. Часто спусковым механизмом для развития болезни становится стресс».

☞ По словам Натальи Рудневой, больным очень важна поддержка родных и близких. Современная медицина позволяет достаточно успешно лечить псориаз.

☞ Своевременно начатая терапия позволяет предотвратить развитие артрита. Для профилактики псориаза очень важно правильное питание с низким потреблением быстрых углеводов, с хорошим потреблением клетчатки и белка.

☞ Кроме того, необходимы адекватные физические нагрузки: ходьба, бег, плавание, йога. Так же важен здоровый сон.