



PSORIAAS

Psoriaas on tuletatud kreekakeelsest sõnast psora, mis tähendab soomust, kettu. Psoriaasahaiged moodustavad 2-3% nahahaigusi põdevaist inimestest. Haigestuvad naised, kui mehed igas vanuses. Esimene lööve ilmub sagedamini 20-30 aasta vanuselt. Psoriaatilise lööbe kolm faasi:

- Ägenemise periood
- Stabilisatsiooni periood.
- Paranemise periood.

Psoriaasi patogenees.

- Psoriaasi kolle tekib peale T – rakkude aktivatsiooni (auto) antigeenide või superantigeenide poolt, põletikuliste protsesside ja sarvkihi rakkude kontrollimatu paljunemise tagajärjel.
- Haiguskolle püsib, kuna kujuneb vigane tsükkel, mille käigus haiguse tekkes olevaid rakke pidevalt aktiveeritakse

Psoriaasi klassifikatsioon.

- Mittepustulaarne ehk naastuline psoriaas.
- Pustulaarne ehk mädavilliline psoriaas (35% haigetest)

Täpse diagnoosi seisukohalt võib nimetatud psoriaasi tüüpe jagada omakorda alatüüpideks nahal asuva kolde morfoloogia alusel.

Psoriaasi ravi.

Ent siiani ei teata psoriaasi tekke põhjusi ja ei ole ka otsest ravi. Oletatavatest põhjustest on pärilik, neurogeenne, infektsioosne, ainevahetuslik.

Üldjuhul jaotatakse psoriaasi ravi kahte:

1. Ravi retsidiivi e. haigushoo ajal;
 2. Profülaktiline ravi –haigushoogude vahel, et lükata retsidiivi teket võimalikult edasi.
- Arsti eesmärgid ravistrateegia koostamisel:
 - a) lööbevahede perioodide saavutamine ja säilitamine
 - b) haige elukvaliteedi parandamine.
 - Kuna psoriaas on krooniline haigus, mis aeg-ajalt ägeneb.
 - a) peab ravi jätkuma niikaua kui nahk on lööbevaba.
 - b) uuesti alustatakse ravi juba esimeste haigusnähtude ilmnemisel, mitte ei oodata seni, kuni kogu nahk on lööbes.

Psüühika mõjutab haiguse teket ja kulgu. Kauemat aega kestev liigne närvipinge pärsib kaitserakkude tegevust ning organismi vedelikes kaitse- ja antikehade talitlust. Psoriaasi tekkes osa süüst langeb hingelisele ja vaimsele ülepinglele. Igapäev on kasulik oma stressi põhjuste lahtiharutamine. Eesmärk on käitumistreeninguga õppida hingelise ja vaimse pinge toime tulla.



nfomaterjal

Infektsiooni allikad ravida, suuõõne s.h. hammaste korrashoid. Vältida külmetamist, haigestumist angiini, bronhiiti.

Soovitused

Toituda tervislikult, organism vajab kõiki toitaineid, vitamiine, mineraale. Soovitavad juurviljad, puuviljad, täisteratooted, pudrud. Jälgida vere kolesterooli taset, et ei ületaks lubatud piiri.

Oluline on mitte nõrgestada organismi inimlike pahedega: suitsetamine, alkohol, narkootikumid. Soovitav aktiivne eluviis, mõõdukas sportimine, matkad, ujumine. Osa võtta ühistegevustest: laulukoorid, tantsurühmad, kunstiringid. Oluline, et inimene ei oleks oma mõtetega kinni haiguses.

Päevitamisega alustada ettevaatlikult. Vahel liigäge päike võib anda tugeva ägenemise. Enamikule mõjub mõõdukas päevitamine tervendavalt.

Riideid ostes jälgida materjali koostist, naha vastu sobib puuvillane. Kehale liibuvad riided traumeerivad nahka, ka rihmad, pandlad.

Eestis tegutseb psoriaasi tugirühm, osavõtt psoriaasi liidus on igati tervitatav. Inimene tunneb teiste omasugustega tuge ja ainult teadmine, et ma ei ole üks annab tuge.

Vajadusel konsulteerige nahahaiguste arstiga.

Koostaja: Naha – ja suguhaiguste osakond, vanemõde Maie Kaasik

Koostatud/ täiendatud/ ülevaadatud 2005