

PROTECȚIE. Purtați mereu mănuși când ieșiți afară

AI PSORIAZIS? CUM SĂ-ȚI PROTEJEZI PÎELEA IARNA



Persoanele care suferă de psoriazis trebuie să-și îngrijească atent pielea pe timp de iarnă. Frigul și lipsa soarelui afectează structura pielii, iar aceasta devine mai vulnerabilă în fața factorilor agresivi de mediu.

alexandra.jeles
@romaniailibera.ro

Expunerea la ultravioletele naturale este considerată o parte importantă a tratamentului persoanelor afectate de psoriazis. Lipsa soarelui din timpul anotimpului rece și frigul reduc gradul de hidratare al pielii și implicit usucă tenul și plăcile de pe corp. În acest caz, o soluție ar fi folosirea unui lămpi cu ultraviolete artificiale, care să compenseze lipsa razelor naturale și, bineînțeles, îmbrăcarea unor haine groase, potrivite pentru sezon. Atunci când ies afară, bolnavii nu trebuie să uite de mănuși, fular și căciulă, chiar dacă temperatura exterioară nu este foarte scăzută.

Pielea trebuie hidratată

„Igiena zilnică trebuie făcută cu multă atenție, folosind produse de spălare mai delicate, care să curețe și în același timp să hidrateze pielea. Prin curățare, se îndepărtează grăsimile normale, proprii ale pielii, astfel că este indicat să folosim un produs mai blând, care să curețe și în același timp să compenseze pierderea de lipide,

completând filmul hidrolipidic al pielii”, spune dr. Carmen Curea, medic dermatolog.

„În plus, este recomandat ca persoanele cu psoriazis să folosească creme emoliente și produse hidratante pentru a păstra intact filmul hidrolipidic al pielii. Aceste produse ar trebui folosite atât pe zonele afectate de psoriazis, cât și pe zonele mai expuse la factorii de mediu externi”, adaugă dr. Carmen Curea.

Boala nu este contagioasă

Psoriazisul este o afecțiune de piele inflamatorie, caracterizată prin apariția unor plăci roșiatice, proeminente, acoperite de coji. Zonele cele mai afectate sunt scalpul, coatele și genunchii, dar plăcile roșiatice pot apărea și pe palme, unghii, tălpi, la pliuri și uneori la articulații. Psoriazisul este o afecțiune cronică, autoimună și nu este contagioasă. Cauza bolii este încă necunoscută pentru medicii dermatologi.

În România, psoriazisul afectează aproximativ 400.000 de persoane, de toate vârstele. Bolnavii sunt deseori marginalizați în societate și obligați să se izoleze. Aproape jumătate dintre persoanele care trăiesc cu psoriazis moderat și se-

ver susțin că au fost afectate mai mult de frica de ceea ce vor crede alții despre boala lor decât de provocările fizice asociate cu această afecțiune.

Bolnavii sunt marginalizați

Studiile arată că de trei ori mai mulți pacienți cu psoriazis sever raportează că au relații sociale alterate, iar numărul celor care își pierd locul de muncă din cauza acestei boli este de cinci ori mai mare decât în cazul unor persoane sănătoase. Poate tocmai din acest motiv, 5,5% din pacienții cu psoriazis au avut tentative de suicid în comparație cu o rată de 2,4-3,3% pentru alți bolnavi.

În sprijinul persoanelor afectate de psoriazis, Societatea Română de Dermatologie și Asociația Pacienților cu Afecțiuni Autoimune au demarat anul acesta campania “Stop prejudecăților!”, cu rolul de informare și educare a pacienților cu psoriazis, dar și a opiniei publice în general. Persoanele care intră în contact cu cineva care suferă de psoriazis trebuie să înțeleagă că această afecțiune este autoimună și nu se transmite prin contact sau prin atingere, de aceea nu ar trebui să se ferească de interacțiunea cu aceștia. ■