



Πανελλήνιος Σύλλογος Ασθενών με Ψωρίαση και Ψωριασική Αρθρίτιδα

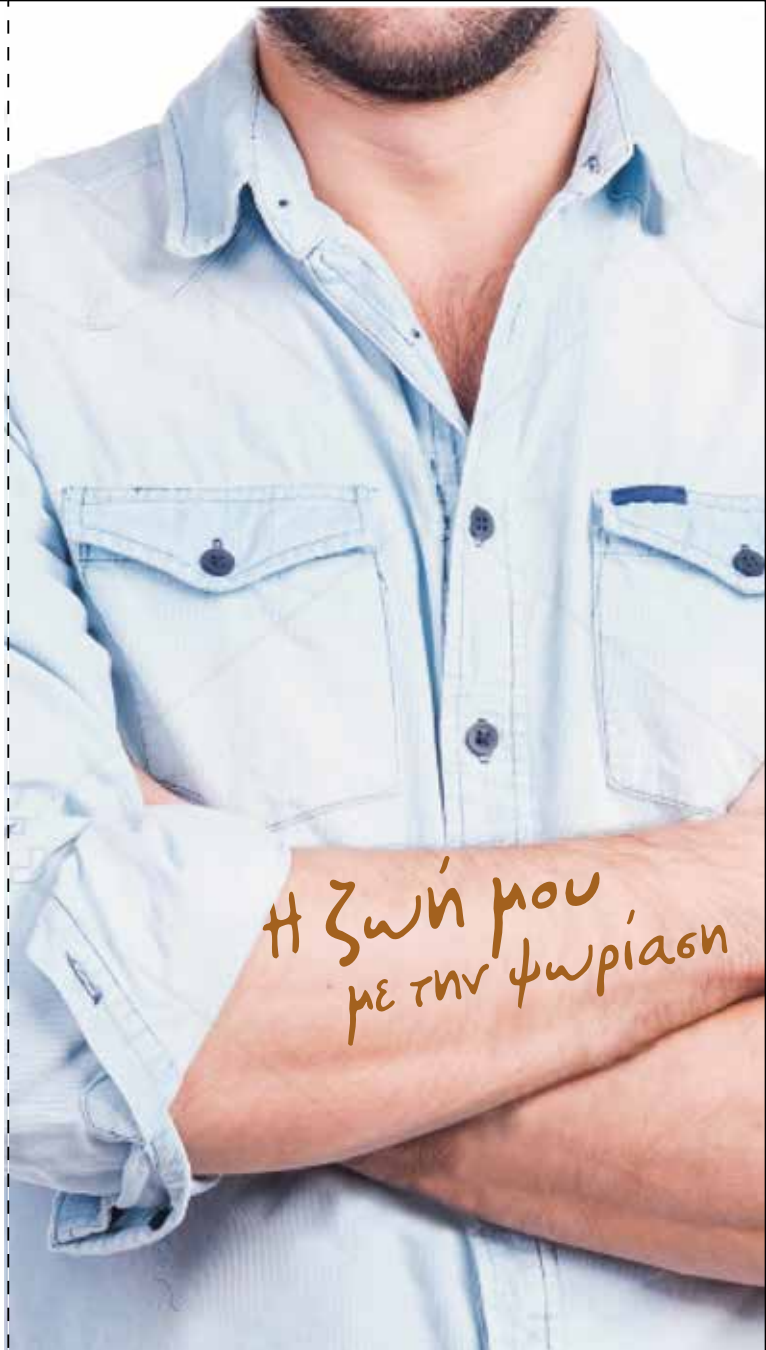
Πανελλήνιος Σύλλογος Ασθενών με
Ψωρίαση και Ψωριασική Αρθρίτιδα
Αριστοτέλους 21, Θεσσαλονίκη,
τηλ 21315 553 780,
email:epidermia.greece@gmail.com
www.epidermia.gr

Επιστημονική Επιμέλεια
Ελληνική Δερματολογική &
Αφροδισιολογική Εταιρεία

Ευγενική υποστήριξη



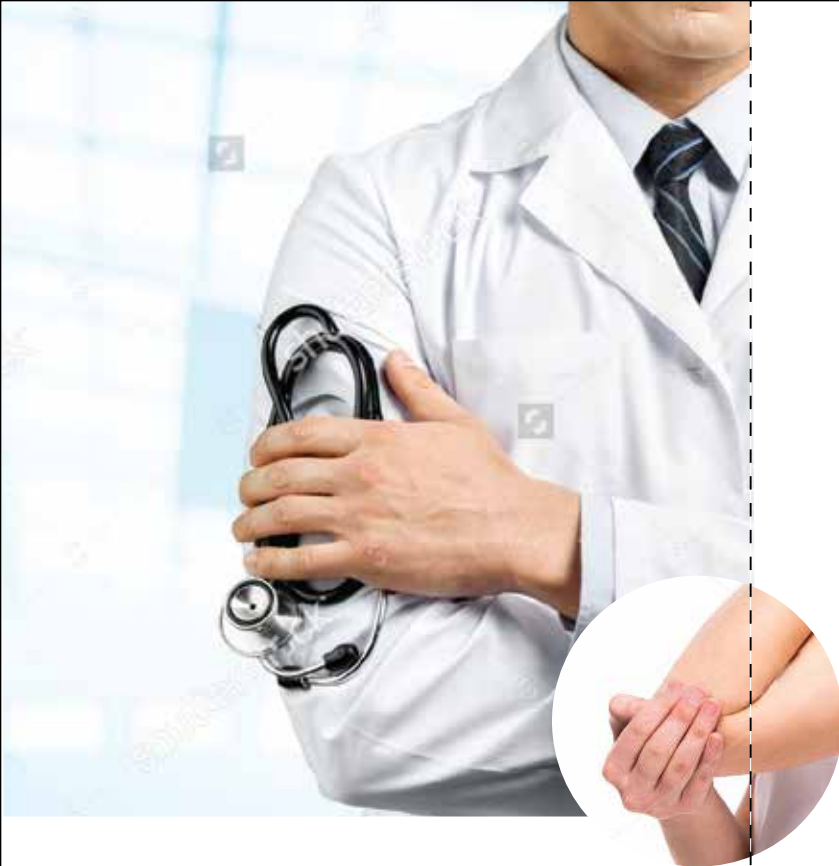
PHARMACEUTICAL COMPANIES
OF Johnson & Johnson



Η ζωή μου
με την ψωρίαση



Ενημερωτικό φυλλάδιο
για τη νόσο της ψωρίασης



Τι είναι η ψωρίαση;

- Μια **φλεγμονώδης νόσος** που οδηγεί στον υπέρμετρο πολλαπλασιασμό της επιδερμίδας, με αποτέλεσμα τα κύτταρα του δέρματος στις προσβεβλημένες περιοχές να ανανεώνονται κάθε 3 με 6 ημέρες, αντί για κάθε 28. Αυτό προκαλεί επηρμένες, λεπιδώδεις πλάκες στο δέρμα.
- **Αντιμετωπίσιμη:** Υπάρχουν διάφορες αποτελεσματικές θεραπείες για τον έλεγχο του νοσήματος και για τη βελτίωση της ποιότητας ζωής των ασθενών.
- **Συνήθης:** Δεν είστε οι μόνοι. Έχει υπολογισθεί ότι το 2 - 5% των ανθρώπων παγκοσμίως έχουν ψωρίαση.
- Μια νόσος ίσων πιθανοτήτων:

Άνδρες και γυναίκες διατρέχουν τον ίδιο κίνδυνο εμφάνισης της ψωρίασης. Μπορεί να συμβεί σε οποιαδήποτε ηλικία. Αν και είναι συνηθέστερη στους Καυκάσιους πληθυσμούς της Βόρειας Ευρώπης, έχει εντοπιστεί σε ανθρώπους σε ολόκληρο τον κόσμο.

1. Είναι η ψωρίαση μεταδοτική;

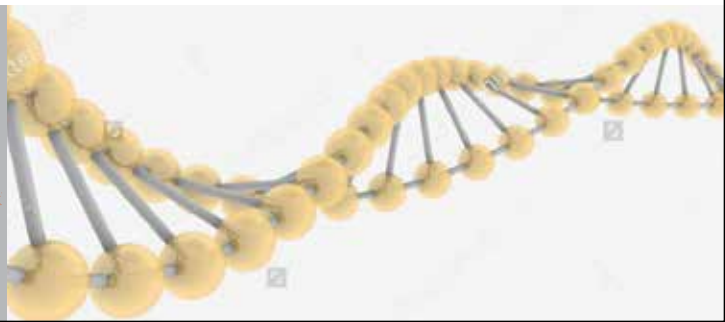
Όχι δεν είναι μεταδοτική.

Δεν προκαλείται από κάποιον ιό ή παθογόνο μικρόβιο. Δεν μπορείτε να την «κολλήσετε» από κάποιον ή να την μεταδώσετε εσείς σε άλλους.

2. Είναι η ψωρίαση κάτι παροδικό;

Όχι η ψωρίαση δεν είναι κάτι παροδικό:

Η ασθένεια έχει την τάση να εμφανίζεται και να υποχωρεί και, μερικές φορές, παρουσιάζει ύφεση για μεγάλες χρονικές περιόδους. Κάποιοι άνθρωποι διαπίστωσαν ότι η ψωρίασή τους εμφανίζεται περιοδικά, ως αντίδραση σε συγκεκριμένα ερεθίσματα ή ότι επιδεινώνεται σε συγκεκριμένες εποχές του χρόνου.



3. Τι προκαλεί την ψωρίαση; Γιατί εμφανίζεται; Ποια τα αίτια και εκλυτικοί παράγοντες;



Η ψωρίαση είναι «απλώς μια δερματική ασθένεια». Ωστόσο, η ψωρίαση είναι

κάτι περισσότερο. Το ακριβές αίτιο δεν είναι γνωστό, αλλά δεν πρόκειται για δερματική λοίμωξη. Είναι μια φλεγμονώδης νόσος. Τα ευρήματα των ερευνών δείχνουν ότι η ψωρίαση μπορεί να είναι αποτέλεσμα διαταραχής του ανοσοποιητικού συστήματος του οργανισμού. Με βάση αυτά τα ευρήματα, η ψωρίαση αναφέρεται ολοένα και συχνότερα ως «αυτοάνοσο νόσημα».



Ένα αυτοάνοσο νόσημα είναι οποιαδήποτε κατάσταση που προκαλείται από το ανοσοποιητικό σύστημα το οποίο επιτίθεται εναντίον των ίδιων των κυττάρων/ιστών του οργανισμού. Τα περισσότερα δερματικά κύτταρα διαιρούνται και αντικαθίστανται περίπου μία φορά το μήνα (κάθε 28 με 30 ημέρες). Όπως δημιουργούνται τα νέα κύτταρα, τα παλιά κύτταρα στην επιφάνεια του δέρματος πεθαίνουν και αποκολλώνται. Για τα περισσότερα άτομα, η διαδικασία αυτή είναι ανεπαίσθητη. Στα άτομα με ψωρίαση, αυτή η αλληλουχία γεγονότων δε λειτουργεί

ομαλά. Αντί να αντικαθίσταται η επιδερμίδα κάθε μήνα, τα δερματικά κύτταρα στις προσβεβλημένες περιοχές αναπαράγονται κάθε 3 με 6 ημέρες. Ως αποτέλεσμα, ο αριθμός των δερματικών κυττάρων αυξάνεται σημαντικά. Καθώς ο αριθμός των νέων κυττάρων που δημιουργούνται τόσο γρήγορα είναι μεγάλος, συσσωρεύονται μέσα στο δέρμα σχηματίζοντας επηρμένες, λεπιδώδεις αλλοιώσεις ή πλάκες.

Στη συνηθέστερη μορφή της ψωρίασης (κατά πλάκας ψωρίαση), τα επιφανειακά κύτταρα αποκολλώνται μαζικά από την επιφάνεια του δέρματος δημιουργώντας λευκά ή ασημί “λέπια”. Κάτω από τα λέπια δημιουργούνται αλλοιώσεις οι οποίες παρουσιάζουν ευαισθησία, είναι κόκκινες και πιθανώς αιμορραγούν. **Η φλεγμονή του δέρματος οφείλεται στον αυξημένο αριθμό φλεγμονωδών κυττάρων (λευκοκύτταρα) που αποικίζουν τις πλάκες της ψωρίασης.**

Το «γονίδιο της ψωρίασης» δεν έχει ταυτοποιηθεί, με ακρίβεια, ωστόσο η ψωρίαση μοιράζεται κοινά στοιχεία με τα γονίδια που συνδέονται με άλλα αυτοάνοσα και φλεγμονώδη νοσήματα. Έτσι εξηγείται γιατί στους ασθενείς με ψωρίαση ενδέχεται να συνπάρχουν και άλλα νοσήματα όπως αρθρίτιδα, φλεγμονώδης νόσος του εντέρου, διαβήτης τύπου 1, σκλήρυνση κατά πλάκας.



4. Πώς ταξινομείται η ψωρίαση ανάλογα με τη βαρύτητά της;

Η ιατρική κοινότητα χρησιμοποιεί όρους όπως ήπια, μέτρια ή σοβαρή για να κατηγοριοποιήσει την ψωρίαση. Γενικά, ανάλογα με τη βαρύτητα η ψωρίαση ταξινομείται στις εξής κατηγορίες:

- **Ήπια:** μόνο λίγες βλάβες, σε ποσοστό λιγότερο από το 3% της συνολικής επιφάνειας του δέρματος.
- **Μέτρια:** προσβολή στο 3% με 10% της επιφάνειας του δέρματος.
- **Σοβαρή:** προσβολή πάνω από το 10% της επιφάνειας του δέρματος.

Ωστόσο, αν δεν είστε σε θέση να αντεπεξέλθετε στις καθημερινές σας δραστηριότητες επειδή η ψωρίαση επηρεάζει για παράδειγμα τα χέρια ή τα πόδια σας, τότε θα πρέπει να θεωρήσετε ότι η ψωρίαση σας είναι σοβαρή ακόμα και αν έχει προσβληθεί λιγότερο από το 10% της επιφάνειας του σώματός σας. Για να μπορέσετε να αντιληφθείτε την έκταση της επιφάνειας δέρματος, σκεφτείτε ότι η παλάμη σας (μαζί με την επιφάνεια των δακτύλων) αντιπροσωπεύει περίπου το 1% της συνολικής επιφάνειας δέρματος του σώματος.



5. Πώς καθορίζονται οι τύποι της ψωρίασης;

Οι τύποι της ψωρίασης καθορίζονται με βάση την εντόπιση και τη μορφολογία τους.

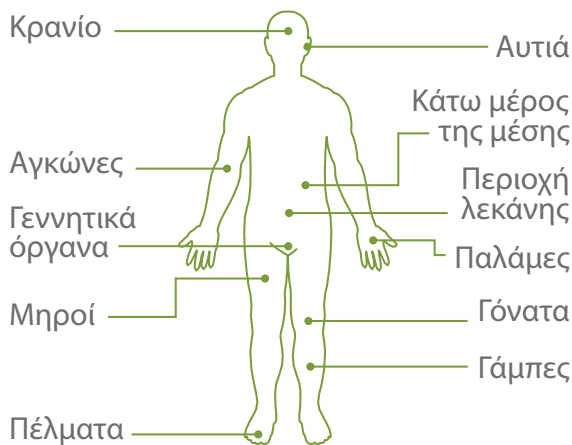
Η πιο συνηθισμένη μορφή είναι η κατά πλάκας ψωρίαση (80%). Ένας ασθενής μπορεί να παρουσιάζει συγχρόνως περισσότερους του ενός τύπου ψωρίασης ή να μεταπέσει από τον έναν τύπο στον άλλο κατά το πέρασμα του χρόνου. **Είναι σημαντικό να γνωρίζετε τον τύπο και τη σοβαρότητα της ψωρίασής σας** όταν επιλέξετε μαζί με το γιατρό σας μια θεραπευτική προσέγγιση.

- **Μορφολογία:** Έχουν περιγραφεί τέσσερις διαφορετικοί μορφολογικοί τύποι της ψωρίασης: κατά πλάκας, σταγονοειδής, φλυκταινώδης, ερυθροδερμική. Για παράδειγμα, στην κατά πλάκας ψωρίαση εμφανίζονται εξέρυθρες βλάβες με αργυρόχρωμα λέπια. Η σταγονοειδής ψωρίαση εκδηλώνεται με τη μορφή μικρών βλαβών σε σχήμα σταγόνας νερού. Η ερυθροδερμική ψωρίαση είναι πιθανότατα η σοβαρότερη μορφή της ασθένειας και μπορεί να προσβάλλει ολόκληρη την έκταση του δέρματος.
- **Εντοπισμός:** Ανάλογα με την περιοχή του σώματος που προσβάλλεται περισσότερο, μπορούμε να διακρίνουμε την ψωρίαση του **τριχωτού της κεφαλής, των παλαμών και των πελμάτων, των νυχιών και των πτυχών του δέρματος (ανάστροφη).**

6. Ποια μέρη του σώματος προσβάλλονται συχνότερα;

Οι βλάβες της νόσου συχνότερα εντοπίζονται στο δέρμα του τριχωτού της κεφαλής, των αγκώνων και των γονάτων. Παρόλα αυτά η νόσος μπορεί να εμφανισθεί και στα νύχια, στις παλάμες, στα πέλματα, στην περιοχή των γεννητικών οργάνων, στις πτυχές του σώματος και σπάνια στο πρόσωπο.

Συνήθη σημεία εμφάνισης της ψωρίασης



7. Πως μπορεί να διαγνωστεί η ψωρίαση;

Συνήθως η ψωρίαση μπορεί να διαγνωστεί με βάση την κλινική εικόνα. Ωστόσο, αν είναι απαραίτητο, **ο γιατρός μπορεί να πάρει ένα μικρό κομμάτι δέρματος (βιοψία) για ιστολογική εξέταση** προκειμένου να επιβεβαιωθεί η ψωρίαση και να αποκλειστούν άλλες ασθένειες, όπως το έκζεμα, μια μορφή καρκίνου που ονομάζεται δερματικό λέμφωμα Τ-κυττάρων, τα φαρμακευτικά εξανθήματα και μια προκαρκινική βλάβη γνωστή ως νόσος Paget.

Αν η εμφάνιση της ψωρίασης ακολούθησε μια φαρυγγίτιδα, μπορεί να ληφθεί επίχρισμα από το φάρυγγα για να διαπιστωθεί αν υπάρχει μικροβιακό αίτιο. Αν ναι, πιθανόν να σας χορηγηθεί ένα αντιβιοτικό. Αν έχετε επίσης επώδυνες αρθρώσεις, ο γιατρός πιθανότατα να σας ζητήσει εξέταση αίματος για ρευματοειδή αρθρίτιδα.

8. Είναι η ψωρίαση κληρονομική;

Η ψωρίαση έχει κληρονομική βάση, ωστόσο **ο τρόπος με τον οποίο κληρονομείται είναι περίπλοκος και δεν είναι ακόμη πλήρως κατανοητός**. Ένα παιδί που έχει ένα γονέα με ψωρίαση παρουσιάζει περίπου 1 στις 4 πιθανότητες να εμφανίσει την πάθηση.



9. Πότε μπορεί να εμφανισθεί η ψωρίαση;

Η μέση ηλικία των ασθενών κατά τη διάγνωση της νόσου είναι τα 28 χρόνια και συνήθως πρωτοεμφανίζεται μεταξύ 15 και 35 ετών. Είναι δυνατόν όμως να παρουσιασθεί σε κάθε ηλικία: στην τρίτη ηλικία, σε μικρά παιδιά, ακόμη και σε νεογέννητα. Η ψωρίαση στα βρέφη είναι σπάνια, αν και το 10-15% των ασθενών εμφανίζουν τη νόσο πριν τα 10 τους χρόνια. Στις ΗΠΑ υπολογίζεται ότι διαγιγνώσκονται 150 - 200.000 νέοι ασθενείς τον χρόνο.

Αυτές οι πληροφορίες προορίζονται για γενική πληροφόρηση και ενημέρωση του κοινού και σε καμία περίπτωση δεν μπορούν να αντικαταστήσουν τη συμβουλή ιατρού Δερματολόγου.

