

# Schuppenflechte (Psoriasis) Kurzinfo für Patienten



Bei Ihrem Besuch in meiner Praxis habe ich Ihre Haut, Ihre Nägel und Ihre Kopfhaut untersucht. Dabei habe ich typische Krankheitszeichen festgestellt.

- An verschiedenen Stellen (z.B. Kopf, unterer Rücken, Ellbogen, Knie) haben Sie scharf begrenzte, verdickte und hervorstehende, eventuell mit silbernen Schuppen belegte Hautrötungen. Diese werden Plaques genannt.
- Die Hautstellen können brennen oder jucken. Die Haut ist sehr trocken und rissig.
- Die Nägel können angegriffen, verfärbt und verdickt sein oder sie lösen sich ab.
- Ihre Gelenke können schmerzen, angeschwollen oder steif sein.

Ihre Symptome weisen auf eine **Schuppenflechte (Psoriasis)** hin. Aufgrund einer chronischen Entzündung teilen sich die Zellen der obersten Schicht Ihrer Haut zu schnell. Dieses Zuviel an Hautzellen nimmt die Form schuppiger, roter Plaques an.

**Psoriasis** ist eine chronische, jedoch behandelbare Autoimmunerkrankung. In manchen Fällen wird eine Hautbiopsie (Gewebeprobe) notwendig sein, um sicher zu stellen, dass es sich nicht um eine Ekzemerkrankung, um eine Pilzinfektion oder um eine andere Entzündung handelt.

Die Behandlungsmethoden hängen von der Schwere der Erkrankung ab. Bei **lokalen (topischen) Verfahren** werden Gele, Cremes und Salben eingesetzt und direkt auf die betroffenen Stellen aufgetragen. Damit sollen Entzündungen gestoppt bzw. das Wachstum der Zellen reguliert werden.

Sollte die Therapie nicht anschlagen, kann unter Umständen eine **Phototherapie** mit UV-Licht sinnvoll sein.

Wenn eine verordnete Lokalthherapie nicht wirkt, können Medikamente in Tablettenform wie Kortikosteroide, Ciclosporin, Methotrexat oder Fumarate eingesetzt werden. Bei einer ausgeprägten Hauterkrankung oder nicht zurückgehenden Gelenksbeschwerden können wir auf Biologika zurückgreifen. Das sind High-Tech-Medikamente, die aus Zellen, also biologischen Substanzen, hergestellt werden.

Wie jede chronische Erkrankung verlangt auch die Schuppenflechte eine bewusste Lebensführung:

- Ändern oder beenden Sie nicht ohne Rücksprache Ihren Behandlungsplan. Halten Sie Ihre Kontroll-Termine bei mir ein.
- Pflegen Sie Ihre trockene Haut täglich mit sanften, feuchtigkeitsspendenden und für Allergiker vorgesehenen Reinigungsprodukten. Keine duftstoffhaltigen Seifen! Duschen Sie nicht zu lange und nicht zu heiß. Trocknen Sie sich behutsam ab.
- Zwischen der Sonne und Ihrer Haut soll immer schützende Kleidung bzw. eine Creme mit Lichtschutzfaktor sein. Achten Sie auch darauf, dass Ihre Haut nicht verletzt und damit infektiöser wird.
- Lassen Sie sich nicht zu sehr stressen bzw. bauen Sie Stress mit den dafür geeigneten Übungen und Techniken ab. Psoriasis-Trigger sind auch Alkohol, Rauchen, bestimmte Medikamente und Nahrungsmittel. Stärken Sie Ihr Immunsystem, erhalten Sie Ihre Fitness und leben Sie gesund.

*Schuppenflechte macht nicht einsam, weiß der Deutsche Psoriasis Bund e.V. (DPB). Selbsthilfegruppen, Ihre Familie und Ihre Freunde können wirksame Unterstützer und Helfer sein. Der DPB leistet zudem wertvolle Informations- und Aufklärungsarbeit.*

Als Ihre behandelnde Hautärztin beantworte ich gern Ihre Fragen rund um die Behandlung Ihrer Schuppenflechte!

Ihre Dr. Ildikó Jánossy

Handreichung für Psoriasis-Patienten  
der Praxis Dr. med. Jánossy

Zuletzt bearbeitet 01.2024