

Světový den lupénky 2024 se zaměřuje na pacienty s psoriatickým onemocněním i jejich rodiny

29.10.2024 - | PROTEXT

Lupénka je onemocnění, při němž dochází k urychlenému životnímu cyklu kožních buněk. Následkem toho na některých místech těla dochází k odlupování kůže, pokožka je zarudlá, často bolestivá nebo svědí a mohou se objevovat praskliny. Na povrchu se vytvářejí šupiny nezralých buněk, které se hromadí - a právě z řeckého slova "psora" neboli šupina pochází i název choroby "psoriáza".

Lupénka ovlivňuje fyzické i duševní zdraví

Nejčastěji se léze vyskytují na loktech, kolenou, v oblasti kostrče, ale také ve vlasech, mohou být postiženy i nehty na ruce a nohou. Bohužel onemocnění rovněž často napadá klouby ve formě psoriatické artritidy a choroba je spojena i s takzvaným metabolickým syndromem, což je stav, při němž se u člověka vyskytuje obezita, vysoký krevní tlak a zvýšená hladina krevních lipidů. Pacienti mají zvýšené riziko vzniku kardiovaskulárních nemocí. Diagnóza lupénka navíc neovlivňuje pouze fyzické zdraví, ale je také velkou zátěží pro psychiku.

Psoriázou se nelze nakazit, přesto se jí mnoho lidí bojí

Mnozí pacienti s diagnózou psoriasis vulgaris bojují se sebevědomím a kvůli svému vzhledu se cítí nesví. Rudá ložiska i v létě ukrývají pod dlouhými rukávy a kalhotami, na plovárnách čelí nepříjemným pohledům či narážkám, protože mnoho lidí stále ještě věří mýtu, že lupénkou je možné se nakazit. Lidé si lupénku mohou plést s ekzémou či plísněmi a na nevhledné skvrny se dívají s nedůvěrou a někdy i odporem. *"Lupénka je však neinfekční choroba, což znamená, že lupénkou opravdu nemůžeme nakazit druhého člověka, ani když jsme v blízkém kontaktu, sdílíme bazén nebo v posilovně cvičíme na stejných podložkách,"* ubezpečuje dermatoložka MUDr. Anna Jiráková, Ph.D.

Pro pacienty je důležitá podpora okolí

Kvůli stigmatizaci mají psoriatici často problémy ve vztazích s lidmi, ať už jsou partnerské, nebo pracovní: 81 % lidí s lupénkou uvádí, že psoriáza má dopad na jejich vztahy, až 48 % psoriatických lidí trpí úzkostí. Celosvětově je u 1 z 10 osob trpících lupénkou diagnostikována klinická deprese.[1] *"Život s psoriatickým onemocněním může být náročný jak pro postiženého, tak pro jeho rodinné příslušníky. Je důležité si uvědomit, že problémy nemají dopad jen na jednotlivce, ale také na jeho rodinu. Podporu si zaslouží jak osoba s lupénkou, tak její rodinní příslušníci,"* uvádí mezinárodní sdružení International Federation of Psoriatic Disease Associations (IFPA), jejíž členové zastupují více než 60 milionů lidí žijících s lupénkou. Je to právě nejbližší okolí a partneři, kdo hrají pro osoby s psoriatickým onemocněním zásadní podpůrnou roli. Proto se letošní Světový den lupénky zaměřuje nejen na osvětu pro veřejnost, ale také na snahu poskytnout rodině informace o nemoci a o tom, jak nejlépe pečovat o své blízké. Lupénka sice není nakažlivá, ale soucit ano - a někdy stačí milé slovo, obejmutí, pochopení.

Spouštěče mohou být různé

Problémem je, že právě stres a emoční vypětí je častým spouštěčem onemocnění. Nemocní se tak

mohou dostat do začarovaného kruhu, kdy kvůli viditelným projevům nemoci se zhoršuje jejich psychika – a úzkost se o to více projevuje zhoršením kožních problémů. "V dřívějším výzkumu, který jsme prováděli posledních 40 let, jsme objevili 2 typy spouštěčů, které způsobují propuknutí kožního onemocnění. Tyto dva typy nazýváme iniciační spouštěče a exacerbované (zhoršující) spouštěče. Známe čtyři druhy iniciačních spouštěčů, patří mezi ně: poranění kůže, interakce s léky a léčivy, bakteriální infekce, emoční stres a stavy úzkosti. Většina problémů je však způsobena bakteriálními infekcemi," uvádí australský lékař Dr. Michael Tirant, který se o problematiku kožních onemocnění začal zajímat již v době studií, začátkem 80. let si otevřel dermatologickou praxi a od roku 1982 se na své Psoriasis & Skin Clinic specializuje na léčbu lupénky.

V současnosti existuje řada účinných terapií

Ačkoliv nemoc nelze plně vyléčit, díky moderní léčbě je možné minimalizovat kožní projevy. Když se zlepší stav kůže, pacient nalezne znovu ztracenou psychickou pohodu a tím pádem se zlepší celková kvalita jeho života. Základem ale je, aby pacient, u něhož se objeví příznaky lupénky, vyhledal lékařskou pomoc. Dermatolog pomůže určit typ lupénky a navrhne vhodnou léčbu. V České republice má většina pacientů mírnou formu, kdy se obvykle přistupuje k lokální léčbě. Používají se zejména masti, krémy nebo spreje obsahující buď deriváty vitamínu D3 v kombinaci s kortikosteroidem, nebo různě silné kortikoidy. U pacientů, kteří mají středně těžkou psoriázu, se kombinuje lokální léčba s fototerapií, což je léčba UVB světlem o vlnové délce 311 nanometrů, nebo fokusovaná čili cílená fototerapie excimerovým laserem o vlnové délce 308 nanometrů. U těžké formy psoriázy je léčba vždy celková.

Pomoc lze hledat i v přírodních prostředcích

Podpořit zdraví postižené kůže lze i za pomoci přírodních prostředků. "Steroidy mohou být prospěšné a užitečné, ale mají i rizika a vedlejší účinky. Výsledkem je, že ke mně chodí hodně pacientů, kteří užívat steroidy nechťejí. Chtějí používat něco bezpečnějšího," uvádí Dr. Michael Tirant, který vyvinul účinnou metodu proti lupénce na bázi přírodních látek. Skládá se ze tří kroků. Nejprve za pomoci gelu dochází k peelingu, při němž se odstraňují odumřelé buňky pokožky. Následně se aplikuje hojivý krém, který působí antioxidačně (zabraňuje vniknutí toxinů do pokožky), protizánětlivě a zabraňuje vysoušení a šupinatění. Třetím krokem je olej působící jako bariéra, která chrání postiženou pokožku a zabraňuje vysychání. Přípravky Nature Dermatology Dr. Michaela Tiranta, založené na přírodní bázi, prošly řadou klinických studií. "Realizovali jsme více než 20 nezávislých klinických testů, které ukázaly, že naše produkty fungují," uvádí Dr. Michael Tirant a dodává: „Provedli jsme mimo jiné i řadu klinických studií v nemocnicích Motol a Bulovka se zaměřením na účinky u dětí. Prokázala se až 82% úspěšnost v odstranění projevů lupénky. Navíc jsme nezaznamenali žádné závažné nežádoucí účinky. V některých případech se objevilo lehké svědění nebo drobné pálení, které ale časem odeznělo.“

Zdravý životní styl dělá divy

Zapomínat by pacienti neměli ani na zdravý životní styl, tedy pohyb, kvalitní spánek a odpočinek a zejména vyvážený jídelníček. "Lupénka je systematické onemocnění, což znamená, že se jedná o vnitřní chorobu. Jak ovšem pacienti vědí, po nějaké době se projevy lupénky vrátí. V průběhu let jsme zjistili, že když kombinujeme terapeutické sady Nature Dermatology s doplňky stravy, dosahujeme mnohem lepších výsledků. Náš doplněk stravy podporuje terapii pomocí živin s velkým množstvím kyseliny listové a dalších látek a minerálů, pacientům s lupénkou nesmírně prospívají," dodává Dr. Tirant.

<https://www.ceskenoviny.cz/tiskove/zpravy/svetovy-den-lupenky-2024-se-zameruje-na-pacienty-s-psoriatickym-onemocnenim-i-jejich-rodiny/2588322>