Автор: *В. Жураковский, заместитель главного врача*

Псориазу подвержены 3-4% жителей земного шара, возникнуть болезнь может в любом возрасте. По данным ВОЗ, в мире псориазом страдают 100 млн человек.

Чаще всего псориаз выбирает молодых (не менее70% пациентов заболевают в возрасте 15-35 лет), страны с умеренным и субполярным климатом, дефицитом солнечного света, а также людей с европейским типом кожи.

Другое название псориаза – чешуйчатый лишай – довольно точно отражает происходящее. Речь о чрезмерно активном, патологическом размножении клеток эпидермиса, которые впоследствии слипаются, образуя плотные округлые корочки (бляшки) розового цвета, в то время как нижний слой кожи под ними воспаляется и может кровоточить. Наиболее часто высыпания появляются на волосистой части головы, локтях, коленях, туловище. Поражение кожи может быть весьма обширным и даже тотальным, тогда человека мучит невыносимый зуд. Иногда наблюдается разрушение ногтевых пластинок. Кроме того, при тяжелых формах недуга в патологический процесс вовлекаются суставы, что сопровождается болью, отеками и уменьшением их подвижности. Большинство пациентов с псориазом испытывают еще значительный психологический дискомфорт.

Природа болезни неинфекционная, заразиться ею невозможно, и больной абсолютно безопасен для окружающих. Истинные причины возникновения псориаза до сих пор остаются загадкой. Известно, что тут комплекс факторов – иммунологические сдвиги, нарушение обмена веществ, сопутствующие эндокринные и неврологические расстройства, генетическая предрасположенность. Дать толчок развитию заболевания могут стрессовые ситуации, стрептококковые и вирусные лор-инфекции (риниты, отиты, тонзиллиты и т.д.), злоупотребление алкоголем, курение.

Несмотря на то, что псориаз пока нельзя излечить полностью, современная медицина в большинстве случаев позволяет добиться длительной ремиссии. Главное – как можно раньше выявить заболевание и своевременно начать лечение, таким образом

воспрепятствовав его дальнейшему распространению. Лечение включает применение как лекарств (специфических мазей, кремов, лосьонов, аптечных шампуней, витаминов, седативных препаратов и т.д.), так и методов физиотерапевтического воздействия (ультрафиолета, иглоукалывания, бальнеолечения). Комплекс лечебных мероприятий всегда подбирается индивидуально.

Не стоит забывать о рациональном питании, адекватной физической активности и периодической (но не резкой) смене климата на более теплый. В рационе должно быть много растительной пищи, богатой клетчаткой. Желательно максимально ограничить употребление алкоголя, сладостей и продуктов, содержащих животные жиры (сливочного масла, жирных сортов мяса, сыра, творога).