

Ulrich Mrowietz/ Gerhard Schmid-Ott

Schuppenflechte

Was Sie schon immer über Psoriasis wissen wollten

ranfTPSTITI Basel • Freiburg • Pairs • London • New York •
New Delhi • Bangkok • Singapore • Tokyo • Sydney

	Was Sie von diesem Ratgeber erwarten können.	vi
	Aufbau und Funktion der Haut	1
1.1	Aufbau der Haut	1
1.2	Funktion der Haut.	2
	Schuppenflechte	4
2.1	Veränderungen der Haut bei Schuppenflechte.	4
2.2	Vererbung.	4
2.3	Auslösefaktoren für Schuppenflechte.	6
2.3.1	Infektionen.	6
2.3.2	Medikamente.	6
2.3.3	Stress.	7
2.3.4	Köbner-Phänomen.	7
2.4	Klinische Erscheinungsformen.	8
2.4.1	Gewöhnliche Schuppenflechte («Psoriasis vulgaris»).	9
2.4.2	Tropfenförmige Schuppenflechte («Psoriasis guttata»).	10
2.4.3	Schuppenflechte in Körperfalten («intertriginöse Psoriasis»).	11
2.4.4	Schuppenflechte am behaarten Kopf.	11
2.4.5	Schuppenflechte mit eitrigen Bläschen («Pustulöse Psoriasis»).	12
2.4.6	Schuppenflechte des gesamten Körpers («Erythrodermie»).	13
2.4.7	Schuppenflechte der Nägel.	14
2.4.8	Gelenkbeteiligung bei Schuppenflechte («Psoriasis-Arthritis»).	15
2.5	Schuppenflechte während der Schwangerschaft und Stillzeit.	16
2.6	Erkennen der Schuppenflechte durch den Arzt (Diagnose).	17
2.6.1	Auspitz-Phänomen.	17
2.6.2	Ähnliche Hauterkrankungen.	17
2.7	Juckreiz.	18
2.8	Verlauf und Prognose der Schuppenflechte.	18
	Behandlung der Schuppenflechte.	20
3.1	Äußerliche Behandlung.	20
3.1.1	Kortikoide.	20
3.1.2	Cignolin (Anthralin/Dithranol).	21
3.1.3	Vitamin D und Vitamin-D-artige Wirkstoffe.	22
3.1.4	Retinoide (Tazaroten).	23
3.1.5	<i>Mohonia aquifolium-htiati</i>	24
3.1.6	Teere.	24
3.2	Schuppenlösung.	25
jft S3	Hautpflege.	26

3.4	Kosmetik	26
3.5	Innerliche Behandlung der Schuppenflechte.	27
3.5.1	Retinoide (Acitretin).	27
3.5.2	Fumarsäureester.	28
3.5.3	Ciclosporin.	30
3.5.4	Methotrexat.	31
3.6	Bade-Therapie.	33
3.6.1	Sole-Therapie.	33
3.6.2	Totes-Meer-Therapie.	33
3.6.3	Andere Bade-Therapien.	34
3.7	Licht-Therapie.	35
3.7.1	UV-B-Therapie.	36
3.7.2	PUVA-Therapie.	37
3.8	Besondere Behandlung der Schuppenflechte am behaarten Kopf.	39
3.9	Besondere Behandlung der Schuppenflechte an den Nägeln.	39
3.10	Ungewöhnliche Verfahren zur Behandlung der Schuppenflechte.	40'
3.10.1	Laser-Therapie, Interferenzstrom, chirurgische Behandlung.	40
3.10.2	Komplementäre oder alternative Therapie der Schuppenflechte.	40
3.10.3	«Nachbarschafts-Therapie» und «Wundermittel».	41
• • f	Verhaltensempfehlungen.	4 2
4.1	Kleidung.	42
4.2	Sport.	42
4.3	Sonne.	43
4.4	Sauna-und Schwimmbadbesuch.	43
4.5	Reisen.	43
4.6	Diät.	44
4.7	Alkohol.	44
4.8	Rauchen.	44
4.9	Zusammenarbeit mitdem Arzt.	45
	Rehabilitation.	46
5.1	Bewilligung.	46
5.2	Kosten.	48
	Berufswahl und-ausübung.	49
6.1	Körperliche Gesichtspunkte.	49
6.2	Seelische Gesichtspunkte.	49
	Psychologische Gesichtspunkte der Schuppenflechte.	51
7.1	Psychologische und psychosomatische Gesichtspunkte.	51

Stress	51
Umgang mit der Krankheit	51
Begegnungen mit Fremden: Anders sein und anders angeschaut werden.	52
Offene Ablehnung.	52
Verstohlene Blicke.	53
Schuppenflechte und längere Beziehungen: Wie sage ich es meinem Partner?.	54
Spezielle Belastungen durch die Schuppenflechte.	54
Die Zwiespältigkeit der Gefühle.	55
«Es der Schuppenflechte in die Schuhe schieben».	55
Angst vor Offenheit	56
Sexualität	56
Psoriasis-Schulung	58
Ziele.	58
Durchführung.	58
Psychotherapeutische Mitbehandlung	59
Entspannungstechniken.	59
Autogenes Training.	60
Progressive Muskelentspannung.	60
Psychotherapeutische Hilfen.	61
Ausgebildete Psychotherapeuten.	61
Psychotherapeutische Verfahren.	61
Krankheitsverarbeitung: Was ist das?	63
Möglichkeiten zur Krankheitsbewältigung.	63
Ziel der Krankheitsverarbeitung: Gut leben mit der Schuppenflechte.	64
Selbsthilfe	66
Regional: Selbsthilfegruppen.	66
National: Selbsthilfeverbände.	66
Zusammenarbeit mit Experten.	67
Was Sie schon immer über die Schuppenflechte wissen wollten...	
Häufig gestellte Fragen	70
Adressen.	74
Internetadressen.	74