

29
октября
2021

Единый день здоровья



Информационный бюллетень

Обратите
внимание:

Псориаз является системным хроническим аутоиммунным неинфекционным заболеванием, у которого нет гендерных или возрастных предпочтений.

Доказана роль генетической предрасположенности к заболеванию: если оба родителя больны псориазом, риск его развития у ребенка составляет около 40%.

У 35-50% пациентов заболевание имеет среднетяжелое и тяжелое течение, у 30% – сопровождается развитием псориазического артрита, который может стать причиной инвалидности.

К сведению:

**В Республике
Беларусь:**

Насчитывается 23000 человек с диагнозом «псориаз», и это только те пациенты, которые обращаются за медицинской помощью в учреждения здравоохранения, исключая тех, кто лечится самостоятельно или даже не подозревает о своем заболевании.

За 10-летний период наблюдения заболеваемость псориазом характеризуется тенденцией к росту со средним темпом прироста 3,3%.

Из-за значительного удельного веса в структуре заболеваний псориаза называют «болезнью цивилизации».

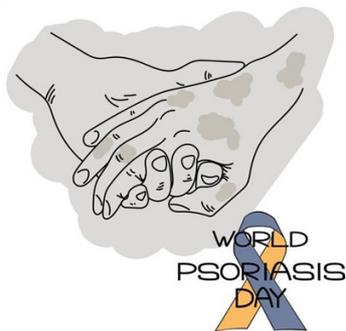
Всемирный день борьбы с псориазом

Всемирный день борьбы с псориазом отмечается 29 октября под патронатом Международной федерации ассоциаций псориаза (IFPA) с 2004 года в более чем в 80 странах мира. Этот День посвящен людям, страдающим псориазом или псориазическим артритом, и направлен на повышение осведомленности населения о данной проблеме.

Основными задачами проведения Всемирного дня борьбы с псориазом являются актуализация проблемы заболевания и профилактика его стигматизации, объединение усилий врачей и пациентов для улучшения качества жизни людей, страдающих псориазом и псориазическим артритом, повышение уровня информированности о современных методах лечения и контроля над заболеванием, в том числе в период пандемии COVID-19.

Каждый год 29 октября врачи разных специальностей объединяют усилия для информирования общества и опровержения ошибочных представлений о псориазе и псориазическом

артрите, улучшения качества оказания медицинской помощи и междисциплинарного взаимодействия с



учетом взаимосвязи псориаза и других заболеваний, в том числе сердечно-сосудистых, сахарного диабета, состояния психического здоровья.

На 67-й ассамблее ВОЗ псориаз был признан неизлечимым и инвалидизирующим заболеванием, приводящим к социальной дискриминации и развитию таких коморбидных состояний, как псориазический артрит, сердечно-сосудистые заболева-

ния, метаболический синдром, психоэмоциональные нарушения.

Ведущими провоцирующими факторами, приводящими к дебюту и обострениям псориаза, являются:

инфекционные заболевания в 48% случаев;

эмоционально-психологические стрессы в 25% случаев;

физические стрессы (чрезмерная инсоляция, переохлаждение, травмы) в 17% случаев;

бесконтрольный прием медикаментов и много других факторов.

Современные исследования указывают на тенденцию утяжеления и появления атипичных форм дерматоза. На сегодняшний день псориаз остаётся неизлечимым заболеванием, однако благодаря современным методам терапии им можно эффективно управлять. Всё зависит от состояния и особенностей организма. Главное – не запускать псориаз и вовремя обратиться к специалисту, который подберёт подходящее лечение.

Профилактика псориаза

Профилактические мероприятия сводятся к максимальному снижению факторов риска:

предупреждение ситуаций, ведущих к травмированию кожных покровов;

своевременное выявление и лечение сопутствующих заболеваний (внутренних органов, эндокринной системы, санация очагов хронической инфекции и пр.);

коррекция метаболических нарушений (ожирение);

сбалансированная диета:

ограничение употребления кофе, специй, острых, жареных

блюд, животных жиров, продуктов, вызывающих аллергические реакции (шоколад, газированные напитки);

рекомендована пища богатая фолиевой кислотой и витаминами группы В, витаминами С, А, Е, железом (рыба, диетическое мясо – кролик, индейка, зеленые овощи, спаржа, сушёные бобы и горох; в качестве приправ допустимы лук, чеснок, травы, петрушка; сыры, оливковое, кукурузное, соевое, подсолнечное, сливочное масло);

ограничение, а лучше – исключение употребления

алкоголя и табакокурения; разумное (по показаниям) использование медикаментов;

предупреждение стрессовых ситуаций, своевременная коррекция эмоциональных перегрузок, соблюдение рационального режима труда и отдыха;

для пациентов с псориазом большое значение имеет уход за кожей, регулярное использование (вне обострения) средств, смягчающих и восстанавливающих кожный барьер.

