

## Danmarks Psoriasis Forening

er en humanitær forening med cirka 5.000 medlemmer. Foreningen er medlem af paraplyorganisationen De Samvirkende Invalideorganisationer.

Danmarks Psoriasis Forening har som hovedformål at udbrede kendskabet til psoriasis og psoriasisgigt samt at støtte patienter og pårørende.

Foreningens formål opnås blandt andet ved:

- at påvirke politikere og myndigheder til en øget indsats for forskning, behandling og pleje af psoriasis.
- at have oprettet en selvstændig fond, der yder legater til forskning i psoriasis. Et legat kan udløse op til en kvart million kroner.
- at udgive bladet Psoriasis Nyt, der bringer ny viden og debat om psoriasis og psoriasisgigt og fungerer som bindeled mellem psoriasispatienter.
- at deltage i messer, arrangere indsamlinger og kampagner, kursus for børn og unge.
- at være i tæt kontakt med landets amtsforeninger under Danmarks Psoriasis Forening, som bl.a. arrangerer lægeforedrag, seminarer, studiekredse, udflugter og hyggeaftener for medlemmerne.

Danmarks Psoriasis Forening optager alle interesserede.

### Danmarks Psoriasis Forening

Kløverprisvej 10 B, 1.

DK-2650 Hvidovre

LK@psoriasis.dk

Tlf. 3675 5400 · Fax 3675 1403



Sygekassernes Helsefond

Denne pjece er produceret med støtte fra Sygekassernes Helsefond.



# Det virker, når man passer på





# Solens lys

## - hvad sker der?

Ni ud af ti med psoriasis har kolossal glæde af solens ultraviolette stråler. Solens stråler bremser den voldsomme overproduktion af hudceller, der finder sted i psoriasisudbrud. Solstråler får også huden til at frigøre stoffer, der styrker kroppens immunforsvar. Ikke mindst er solens brunende effekt med til at camouflere psoriasispletter.

Slangen i paradiset er, at de ultraviolette stråler skal omgås med stor varsomhed. Ud over tidlig ældning af huden kan store og langvarige doser stråling give hudkræft. Derfor:

- Brug solcreme. Vælg en solfaktor, der passer nøje til din hudtype og smør rigeligt på. Får du udslæt af solcremer, bør du vælge cremer med fysisk filter, der ikke indeholder kemiske stoffer.
- Brug altid solcreme med fysisk solfilter til børn.
- Undgå at solbade i middags-timerne. Halvdelen af de farlige stråler er koncentreret mellem klokken 12 og 15.

I vinterhalvåret oplever mange, at de ikke længere kan holde huden i ro med cremer og salver. De er nødt til at fortsætte solbehandlingen - nu blot i kunstig form. I tilbagevendende perioder må mange psoriasispatienter hver eller hveranden dag køre til særlig lysbehandling på et sygehus eller hos hudlægen.

Solarier er ikke lysbehandling. Lyset i et solarium består primært af brunende UVA stråler, der ikke bremser hudens celledeling nævneværdigt. Som behandlingsmetode har solarier derfor ingen eller meget ringe effekt. Dog kan solariets brunende virkning gøre pletterne mindre tydelige.

I klinisk lysbehandling skelner hudlæger mellem kortbølget UVB- og langbølget UVA-lys.



### UVB:

UVB lys har den bedste evne til at tæmme den løbske celledeling i huden. Men denne ultraviolette stråling er også den farligste. Derfor starter patienten med meget små doser - helt ned til et halvt minut og trapper langsomt op. Man vil typisk give UVB-behandling til psoriatikere med udbredt psoriasis, men hvor skællaget ikke er for tykt. Behandlingen gentages tre-fem gange om ugen. Enten alene eller i kombination med ste-

# Behandling

roid- eller D-vitamin creme. Langvarig behandling med UVB giver risiko for hudkræft.

Bemærk, at Danmarks Psoriasis Forening både udlejer og formidler salg af lysapparater med godkendte UVB-rør til sine medlemmer. Kontakt din lokale Amtsforening og hør nærmere.

### PUVA:

Til personer med svær og infiltreret psoriasis findes en særlig form for kemo-lysterapi kaldet PUVA. P står for psoralen og er et stof, der gør huden mere lysfølsom/modtagelig over for behandling med UVA lys. Her bruger man UVA, fordi psoralen har svært ved at absorbere UVB lys. Der findes flere former for PUVA-behandling:

1. Patienten ligger i karbad med psoralen-holdigt vand før lysbehandling.
2. Psoralen indtages i tabletform 1-2 timer før lysbehandling.
3. Psoralen smøres lokalt på psoriasispletten før lysbehandling.

En bivirkning ved PUVA er, at psoralen koncentrerer sig i øjets linse og gør øjnene meget lysfølsomme. Det er absolut påkrævet at bruge briller med UVA filter på behandlingsdagen. Det gælder i fri luft såvel som foran fjernsynet. Langvarig behandling med PUVA giver risiko for hudkræft.

### Klimaterapi

Ved svær psoriasis kan klimaterapi under sydens sol være et godt alternativ til indlæggelse. Behandlingen varer fire uger og består af daglig badning i solen og i havet efter ordination fra en læge eller sygeplejerske. Klimaterapi suppleres i reglen af tjære- og cremebehandling. (Se pjese om klimabehandling).

### Bucky-stråler

Behandling med såkaldt blød røntgen, der har lille gennemtrængningsevne. Bucky-behandling bruges som supplement til anden behandling og er særligt velegnet til behandling af hårbund, da UVA/UVB stråler har sværere ved at trænge gennem håret. Bucky kan også benyttes til at behandle psoriasis i hudfolder.

