

Psoriasis

Patiënteninformatie

Psoriasis is een chronische aandoening. Dit betekent dat dit een aandoening is die niet verdwijnt. Het kan een grote invloed hebben op jouw dagelijks leven. Na de diagnose kun je veel vragen en onduidelijkheden hebben. De huidtherapeut is er om antwoord te geven. De huidtherapeut helpt om jouw klachten goed onder controle te krijgen.

Wat is psoriasis?

Psoriasis is een aandoening die veel voorkomt en die niet besmettelijk is. Het is een aandoening die niet verdwijnt. We noemen dit ook wel chronisch. Het is een aandoening die klachten geeft op de huid en soms in de gewrichten.

De klachten van psoriasis zijn de ene keer heviger dan de andere keer. Soms heb je er veel last van, soms zijn de plekken bijna weg. Psoriasis kan veel invloed hebben op je dagelijks leven. Het kan jeuken, pijn doen en schilferen.

Door de psoriasis kun je ook psychische klachten krijgen. De jeuk, pijn en schilfering zijn dan zo vervelend en hebben invloed op je dagelijks leven. Er bestaan verschillende behandelingen voor psoriasis. Zoals zalven, pillen en lichttherapie.

Als je psoriasis hebt kun je met veel vragen rondlopen. Bijvoorbeeld over hoe je moet smeren en hoe je je huid moet verzorgen.

Hoe ziet psoriasis eruit en welke klachten geeft het?

Mensen met psoriasis hebben vaak last van:

- Scherp begrensde, wit-schilferende plakken op een rode ondergrond.
- De dikke schilfers zien er soms uit als schubben.
- Jeuk.
- De plekken kunnen een paar weken blijven. Soms blijven ze je hele leven.

Hoe krijg je psoriasis?

Onze huid vernieuwt zich steeds. Nieuwe huidcellen vervangen de oude huidcellen. Daar merk je niets van. Maar bij psoriasis gaat dit veel te snel. Er komen te veel huidcellen die niet goed kunnen uitrijpen. De huid wordt dikker, rood en gaat zichtbaar schilferen.

De huid kan ook ontsteken. De ontstekingen zorgen ervoor dat de huid er anders uit ziet en zich anders gedraagt. Wetenschappers denken dat deze ontstekingen een belangrijke rol spelen bij het ontstaan en blijven bestaan van psoriasis.

We weten nog niet precies waarom de huid zich zo snel vernieuwt bij psoriasis. De echte oorzaak is nog onbekend. Wel weten we dat bepaalde dingen psoriasis kunnen verergeren. Zoals:

- Emotionele stress
- Een griepje of keelontsteking (vooral door streptokokken)
- Sommige medicijnen, zoals lithium of bètablokkers
- Beschadiging van de huid

Wat kan de huidtherapeut voor mij doen?

Als je psoriasis hebt, kun je hulp krijgen van een huidtherapeut. Deze specialist weet veel over de huid en helpt jou om minder last te hebben van je klachten. Je kunt bij de huidtherapeut terecht met al je vragen. De huidtherapeut legt duidelijk uit:

- Hoe de huid werkt
- Wat er in de huid gebeurt bij psoriasis
- Welke zalven of crèmes je kunt gebruiken
- Wat je zelf kunt doen om je huid rustig te houden

De huidtherapeut geeft ook tips voor je dagelijkse huidverzorging en hoe je beter met psoriasis kunt omgaan. De huidtherapeut werkt goed samen met de huisarts, apotheker en dermatoloog. Als er iets niet duidelijk is, neemt de huidtherapeut makkelijk contact met hen op.

Goede begeleiding kan écht het verschil maken. Maak vandaag nog een afspraak bij een huidtherapeut en geef je huid de zorg die het verdient.

Wat kan ik zelf doen?

- Gebruik elke dag een vette crème of zalf zonder parfum of irriterende stoffen. Hiermee voorkom je dat de huid droog wordt en gaat jeuken.
- Douch kort en niet te heet. Gebruik een milde, zeepvrije wasgel of doucheolie.
- Draag katoenen kleding. Liever geen wol of synthetische stoffen.
- Probeer niet te krabben. Houd nagels kort en schoon.
- Draag geschikte en beschermende handschoenen als je veel contact hebt met vloeistoffen of irriterende stoffen op het werk of bij hobby's.
- Verminder stress en vermoeidheid.
- Ga naar de huidtherapeut als je klachten niet minder worden of als je vragen hebt.

Veelgestelde vragen

1. Wat is psoriasis precies?

Psoriasis is een chronische huidaandoening waarbij de huid zich veel te snel vernieuwt. Hierdoor ontstaan rode, schilferige plekken die soms jeuken of pijnlijk zijn. Het is niet besmettelijk.

2. Is psoriasis te genezen?

Nee, psoriasis is op dit moment niet te genezen. Er zijn wel behandelingen die de klachten minder kunnen maken of tijdelijk laten verdwijnen.

3. Wat kan psoriasis erger maken?

Psoriasis kan verergeren door:

- Stress
- Infecties, zoals een keelontsteking
- Bepaalde medicijnen, zoals lithium of bètablokkers
- Kou en droge lucht

4. Kan voeding invloed hebben op psoriasis?

Er is geen duidelijk bewijs dat voeding psoriasis veroorzaakt. Sommige mensen merken dat sommige voedingsmiddelen hun klachten erger maken. Gezond eten en een gezond gewicht kunnen wel helpen om je algemene gezondheid te verbeteren.

5. Is psoriasis erfelijk?

Ja, psoriasis kan in sommige gevallen in de familie voorkomen. Als een ouder psoriasis heeft, is de kans groter dat een kind het ook krijgt.

6. Welke behandelingen zijn er?

Er zijn verschillende behandelingen, zoals:

- Zalven en crèmes voor op de huid
- Lichttherapie (UV-licht)
- Tabletten of injecties die het afweersysteem beïnvloeden

De arts kiest samen met jou de behandeling die het beste past bij jouw situatie.

7. Kan ik gewoon sporten en zwemmen met psoriasis?

Ja, dat kan zeker. Psoriasis is niet besmettelijk. Je mag gewoon sporten en zwemmen. Soms kan chloor in zwembaden de huid wel irriteren. Als je dat merkt dan kun je jouw huid voor het zwemmen insmeren met een basiszalf zoals cetomacrogol met 20% vaseline.

8. Wat is het verschil tussen psoriasis en ichthyosis?

Psoriasis is een auto-immuunziekte. Ichthyosis is een genetische huidaandoening. Bij psoriasis maakt je huid veel te snel nieuwe huidcellen aan. Bij ichthyosis vernieuwt de huid zie niet goed. Daardoor stapelen dode huidcellen zich op.

Meer informatie over psoriasis

Er is een patiëntenvereniging voor mensen met psoriasis. Als je lid wordt, kun je in contact komen met lotgenoten. Kijk op www.psoriasispatientennederland.nl.

NVH-Zorgmodule Psoriasis

De informatie uit dit document komt voort uit de NVH-Zorgmodule Psoriasis. Deze zorgmodule beschrijft hoe de zorg van de huidtherapeut moet worden uitgevoerd en is ontwikkeld in samenwerking met de patiëntenvereniging PN, dermatologen, kinderartsen, jeugdartsen, verpleegkundigen en physician assistants.

Deze patiënteninformatie is ook te vinden op www.huidtherapie.nl/psoriasis.