

Psoriasis i hovedbunden

Omkring 170.000 danskere er ramt af psoriasis, og cirka halvdelen lider af psoriasis i hovedbunden. Psoriasis er en kronisk, immunologisk hudsygdom. Sygdommen er kendetegnet ved rødme, kløen, hævelse og skældannelse, der skyldes en kraftigt øget celledeling i huden. Sygdommen er kronisk, og den kommer i periodiske udbrud.

Af Cecilie Hartvig Klindt og Marianne Palm

Den mest udbredte forklaring er, at psoriasis er en arvelig eller miljøpåvirket hudsygdom. Men hvad der helt konkret får sygdommen til at opstå, hvordan den arves, er stadig uklart.

Selvom der ikke er nogen videnskabelige beviser for, at kosten påvirker psoriasis, har undersøgelser vist, at det for nogle psoriasispatienter har en positiv effekt, hvis de skærer ned på omega-6-fedtsyrer eller mættede fedtsyrer, der findes i færdigretter, mælk, kød og ost, og i stedet spiser flere omega-3-fedtsyrer, der kan findes i fede fisk, i fiskeolier og i algeprodukter. Fedtsyrerne er væsentlige byggesten i opbygningen af celler og dannelse af signalstoffer og prostaglandiner. Når signalstofferne og prostaglandinerne er dannet ud fra omega-6-fedtsyrer, har de en tendens til at blive overaktive. Det påvirker psoriasis negativt. Det er ikke tilfældet ved omega-3-fedtsyrer. Det samme ses ved andre inflammationstilstande som fx eksem, gigt, overvægt etc.

Selve psoriasisudbruddet kan betragtes som en form for betændelsesreaktion uden bakterier. For at hæmme udbruddet sender kroppen ekstra mange hvide blodlegemer til det ramte område. De hvide blodlegemer gør, at psoriasispletten ”rødmer”, og der skal ikke skrubes meget i huden, før blodet pibler ud.

Psoriasis forværres ofte i perioder med stor psykisk belastning og stress. Mange får deres første psoriasisudbrud efter en svær periode med følelsesmæssig stress – fx i forbindelse med dødsfald, skilsmisse og arbejdsløshed.

Psoriasis kan på nuværende tidspunkt ikke helbredes, men lindres gennem forskellige behandlinger.

Hvis du anvender spiseolie, salve eller creme, skal disse smøres på de angrebne områder ved at lave skilninger i håret, så olien, salven og cremen kommer i hovedbunden og mindst muligt i håret. Da det skal sidde i hovedbunden i mange timer for optimal virkning, er det en fordel at gøre det om aftenen, før man skal sove. Du kan eventuelt sove med en badehætte om håret.

Du kan også anvende Bidro Gel, uden at den nødvendigvis skal virke hele natten. Smør et tykt lag på i et par timer fx før sengetid, og vask håret i Bidro shampoo, så gelen bliver skyllet ud.

Tre nye produkter er Bidro Shampoo, Bidro Balsam og Bidro Gel. Hvor de to førstnævnte kan bruges af alle til daglig hårvask, er Bidro Gel især målrettet til psoriasis i hovedbunden. Smør gelen på, masser den grundigt ned i hovedbunden, lad den virke i tyve minutter. Anvendes to gange om ugen.

Vidste du, Gele royale, bidronningefoderet, kan virke blødgørende på huden Bidro Gel er også velegnet til eksem i hovedbunden.

FÅ TILSENDT EN GRATIS PRØVE på shampoo og gel. Send adresse til sd@bidro.dk, eller læs mere på www.bidro.dk.

Kilder: www.psoriasis.dk, www.videnskab.dk, www.hovedbund.dk

Tre pilesorters aktive stoffer er sammen med gele royal forklaringen på den gode virkning til psoriasis. De tre slags rødpile gror i Nordjylland, og det er Centret for Jordbrugsforskning på Fyn, som har hjulpet med at standardisere de aktive stoffer, så du er sikret et minimum af hjælpende stoffer til din hud og hovedbund.

Bidros cremeserie, også hårprodukterne, er fri for parabener, farvestoffer, allergifremkaldende konserveringsmidler, mineralske olier, paraffin, paraffinolier, silikoneolier, vaseline.

For at skællene skal fjernes, skal de først opløses og blødgøres. Det gøres nemmest ved at gnide et skælløsende middel eller en almindelig olie ind i hovedbunden. Salicylsyre som salve er et skælløsende middel. Salicylsyre findes i Bidro hårvask og Bidro gel, et dansk produkt med et højt indhold af de aktive stoffer fra pilebark.

Hvor hudceller normalt afstødes og udskiftes efter ca. 28 dage, tager det kun fire til otte dage for hudceller i de tykke psoriasispletter at nå fra hudens inderste lag til hudoverfladen.

For at få et godt resultat ved lokalbehandling af hovedbundspsoriasis må behandlingen oftest foregå i to trin - fjernelse af skæl og den egentlige aktive behandling.

Symptomerne på psoriasis i hovedbunden kan være alt fra tynde skæl og skællignede hudaflejringer til tykke skælflager. Det er ofte huden bag ørerne og hårgænsen, der rammes.

