

# Psoriasis

De huidziekte psoriasis is een chronische aandoening die bij ongeveer 2 procent van de volwassenen in West-Europa voorkomt. Ze bestaat onder verschillende vormen, maar is **in geen geval besmettelijk**. Bij psoriasis wordt de vervanging van oude door nieuwe huidcellen verstoord. Dit proces gaat zich abnormaal snel voordoen. Daardoor daalt de kwaliteit, gaan de huidcellen sneller dood en stapelen ze zich op. Op de plaatsen waar dit fenomeen zich voordoet, ontstaan harde plekken op de huid en vormen er zich ook schilfers.

## Wat zijn de oorzaken van psoriasis?

De precieze oorzaak van psoriasis is momenteel nog steeds onduidelijk, al is het wel bekend dat erfelijkheid een rol kan spelen. Daarnaast speelt ook ontsteking een rol in het proces, waardoor de huid sneller hard wordt op de aangetaste plekken

en die vaak dik en rood zijn. Buiten de mogelijke oorzaken zijn er ook nog een **aantal factoren die psoriasis kunnen verergeren zoals stress, roken, overmatig alcoholgebruik, een keelontsteking (veroorzaakt door streptokokken bacterie) en zelfs bepaalde medicatie**. Je apotheker kan je hierin bijstaan en nagaan welke factoren in jouw geval mogelijk impact kunnen hebben.

## Hoe herken ik de verschillende vormen van psoriasis?

Binnen de aandoening psoriasis bestaan er verschillende vormen, afhankelijk van hoe en waar de symptomen tot uiting komen. Algemeen is de aandoening gekenmerkt door **droge rode, schilferende plekken** op de huid die **soms jeuken of zelfs pijnlijk** zijn.

### Vormen van psoriasis

Benaming vorm	Symptomen	Plaats van uitslag op lichaam
<b>Psoriasis vulgaris</b> (90% van de gevallen bij psoriasis-patiënten)	Psoriasisuitslag met <b>vlekken</b> : <ul style="list-style-type: none"> <li>• rode, begrensde en verdikte vlekken.</li> <li>• groter dan een halve centimeter.</li> <li>• bedekt met witte schilfers.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• strekzijden van je ellebogen, knieën en op je rug.</li> <li>• soms op je hoofdhaar.</li> </ul>
<b>Psoriasis guttata</b> (Komt vooral bij jonge mensen voor)	Psoriasis met druppelvormige huiduitslag: <ul style="list-style-type: none"> <li>• kleiner dan 1 cm.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• borst</li> <li>• rug</li> <li>• buik</li> <li>• bovenarmen</li> <li>• bovenbenen</li> </ul>
<b>Psoriasis inversa</b>	Psoriasisuitslag in je <b>lichaams-plooien</b> , waarbij de <b>schilfers vaak ontbreken</b> .	<ul style="list-style-type: none"> <li>• oksel</li> <li>• lies</li> <li>• bilspleet</li> </ul>
<b>Psoriasis pustulosa</b>	Psoriasisuitslag in vorm van <b>pustels of puisten</b> : <ul style="list-style-type: none"> <li>• eventueel koorts.</li> <li>• je kan je ziek voelen.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• handpalmen en voetzolen.</li> <li>• over je hele lichaam (in ernstige gevallen).</li> </ul>

## De gevolgen van psoriasis

Vaak beperkt deze aandoening zich niet alleen tot huidklachten. **Aangetaste nagels** zijn een mogelijk gevolg van psoriasis, waarbij er kuiltjes ontstaan en ze zelfs kunnen **verdikken, afbrokkelen of loskomen**. Heb je last van broze nagels, vraag dan zeker raad aan je apotheker. Er bestaan namelijk verschillende producten om de nagels opnieuw te versterken.

Ook **gewrichtsaandoeningen** zijn een mogelijk gevolg van psoriasis, waarbij bepaalde gewrichten kunnen ontsteken. Meestal gaat het hier om gewrichten aan de **vingers, tenen en knieën**. De ontsteking vindt vaak plaats aan één kant en uit zich via een warm, rood, dik en pijnlijk gewricht.

Psoriasis lijkt zich dus niet te beperken tot de huid en ook impact te hebben op andere (cardiovasculaire en metabole) systemen in het lichaam. Zo wordt psoriasis in verband gebracht met een **hoger risico** op **aandoeningen** zoals diabetes, obesitas, hart- en vaatziekten.

## Tips en adviezen

Psoriasis kan je ook zelf proberen onder controle te houden.

- Hou je **huid vochtig** met **vette zalven of crèmes**. Daardoor raken schilfers makkelijker los van de huid en dringt je plaatselijke medicatie ook dieper door in de aangetaste plekken.
- Gebruik bij het **wassen weinig of geen zeep, shampoo of badschuim**. Dit droogt de huid enorm uit. Indien mogelijk probeer je **best een bad- of doucheolie** te gebruiken om jezelf te wassen.
- **Zonlicht** kan zeker helpen om **klachten te verminderen**, maar let op dat de **huid niet verbrandt!**



- Probeer de **huid intact** te houden door **niet te krabben**. Probeer je **nagels** steeds **kort** te knippen om de schade bij eventueel krabben te beperken.

## Behandeling van psoriasis

Naast het letten op je levensstijl bij psoriasis bestaan er ook heel wat opties ter behandeling van deze aandoening. Je **behandeling hangt telkens zeer sterk af van de vorm en ernst van je psoriasis**. Verder is het ook belangrijk dat je weet dat psoriasis volledig doen verdwijnen eerder een illusie is. De behandeling dient dus puur om de **aandoening onder controle te houden**.

Als eerste optie bestaan er de **plaatselijke therapieën** zoals lotions, zalven en crèmes die de schilfers helpen verwijderen. Daarnaast bevatten deze producten vaak ook een ontstekingsremmende stof (corticosteroïden) en vitamine D-analogen<sup>1</sup>. Deze stoffen helpen de ontsteking afnemen op de aangetaste plaatsen en verminderen de jeuk, schilfers en roodheid van de huid.

Een volgende optie qua behandeling is de **fototherapie**, waarbij men bestanddelen van het natuurlijk zonlicht zoals UVA- of UVB-licht gebruikt om de huid te behandelen. Dit stem je echter best eerst af met de dermatoloog, zodat het op een veilige manier kan gebeuren. Je dermatoloog kan ook – indien nodig – beslissen om op te starten met meer **specialistische medicatie** onder de vorm van tabletten of inspuitingen. Vraag hierbij zeker ook raad aan je apotheker, aangezien de wijze van inname en de combinatie met mogelijke andere medicatie die je al neemt hier zeer goed moeten worden opgevolgd.

### Verantwoordelijke uitgever:

KAVA - P. Meyten  
Lange Leemstraat 187  
D/2023/3286/02

### Redactie en realisatie: KAVA

in nauwe samenwerking met em. prof. dr. Gert Laekeman

<sup>1</sup> Deze stoffen hebben een structuur die lijkt op vitamine D, maar dan licht gewijzigd voor een betere werking.