

## 29 октября - День борьбы с псориазом



29 октября в международном календаре обозначен как Всемирный день псориаза. Эта дата в первую очередь затрагивает тех людей, которые страдают от этого заболевания, а также врачей-дерматологов, помогающих людям лечить его. Адресован он, однако, и всему мировому сообществу, так как статистические данные говорят о том, что

около 3% населения мира страдают от псориаза или псориатического артрита – заболевания, связанного с поражением не только кожных покровов, но и суставов человека.

Добиться знания и, что ещё важнее, понимания больным и окружающими того, что псориаз не относится к числу инфекционных заболеваний – важные задачи, способствующие решению проблемы психологического дискомфорта, переживаемого как больным, так и окружающими его людьми. Псориаз хоть и относится к числу заболеваний, полностью неизлечимых, но поддаётся контролю, и при правильном лечении его внешнее проявление может быть незначительным и даже проходящим. Это одно из наиболее распространенных кожных заболеваний и может проявиться в любом возрасте в виде сыпи, покраснения и шелушения кожи на определённых участках тела. Открытые участки тела, поражённые высыпаниями, часто вызывают определённые психологические комплексы, способные стать барьером в общении больного с окружающими. Причём этот дискомфорт для больного может стать фактором, усугубляющим проявление заболевания. Большую роль в появлении псориаза у больного играет генетически обусловленная предрасположенность, а также ряд факторов, способствующих проявлению псориаза. Среди таких факторов можно назвать нарушение работы иммунной системы, солнечное и рентгеновское облучение, гормональные нарушения и др.

Каждый год 29 октября Международная федерация ассоциаций псориаза проводит мероприятия под определённой темой. В этот день по всему миру проводятся лекции, семинары с привлечением медицинских специалистов, конкурсы рисунков и открыток, фотовыставки, раздача листовок и информационных брошюр, консультации в медучреждениях и другие мероприятия. В отдельных странах проводятся открытые занятия йогой с больными псориазом. И самое важное, о чём стоит помнить не только 29 октября, и о чём говорят все медицинские специалисты: профилактика лучше, чем лечение! Поэтому берегите нервную систему, стремитесь к положительным эмоциям, не пренебрегайте отдыхом, прогулками на открытом воздухе и вменяемыми физическими нагрузками.

Валеолог П.П.Высоцкая

