# Как можно вылечить псориаз в домашних условиях: все особенности лечения

# Как можно вылечить псориаз в домашних условиях: рекомендации и практические советы

**Псориаз** на сегодня является одним из трудноизлечимых заболеваний. Все причины его возникновения изучены недостаточно, несмотря на постоянно проводимые исследования. К тому же, единожды возникши, это заболевание в большинстве случаев принимает хроническую форму. Но устранить симптоматику заболевания, облегчить его протекание и даже **вылечить** возможно и в **домашних условиях**.

## Характеристика заболевания

Клиническая картина псориаза может быть разной. Проявиться **псориаз** может на любом участке тела, включая и кожу головы, и пластинки ногтей. Но самыми распространенными очагами заражения все же являются кожные покровы ладоней, стоп, локтей, коленей и т.д.

**Вылечить** достаточно сложно еще и потому, что при попадании токсинов и вирусов в организм, у человека нарушается естественное отпадание омертвевших клеток кожи. Вернее оно усиливается в несколько раз, а потому ороговевшие частицы просто не успевают отсоединиться от определенного участка кожи, происходит их наслоение, которое в свою очередь, приводит к появлению бляшек. Если отпадание омертвевшего эпидермиса у здорового человека происходит в течение трех или четырех недель, то у больного этот цикл значительно сокращается и составляет всего пять или шесть дней.

**Псориаз**, являясь дерматологическим заболеванием, привносит в жизнь больного достаточно много дискомфорта. Постоянное раздражение, шелушение, жжение и зуд пораженных участков выведет из равновесия даже самого терпеливого человека. Ко всему этому стоит прибавить и тот факт, что необходимо постоянно носить не ту одежду и обувь, что нравиться, а ту, что доставляет меньше неудобств. К тому же играет большую роль и психологический фактор. Многие окружающие, не зная всех тонкостей заболевания, просто начинают избегать общения с человеком, больным **псориазом**, из-за мнимого страха заразиться.

К основным причинам возникновения заболевания относят наследственность, низкий уровень иммунитета, постоянную подверженность стрессам, сахарный диабет, хронические заболевания сердца, почек, печени и многое другое. Но в последнее время многие ученые-дерматологи склоняются к тому, что возникновению **псориаза** способствует не одна причина, а совокупность нескольких. Именно поэтому лечение должно носить комплексный характер даже в **домашних условиях** и **может** назначаться строго врачом.

## Изменения в питании

В силу того, что **псориаз** является хроническим дерматологическим заболеванием, в момент его лечения, впрочем, как и любого другого кожного недуга, необходимо тщательно пересмотреть рацион питания больного.

**Можно** кушать только:

* любые овощи в сыром, вареном или запеченном виде;
* различные каши, но только сваренные исключительно на воде, из круп особенно полезными считаются гречка и овсяные хлопья;
* черный хлеб, остальные хлебобулочные изделия строго запрещаются;
* различная зелень, особенно петрушка, укроп и зеленый лук;
* для заправки блюд **можно** использовать только растительное масло

Обязательно из рациона больного необходимо исключить следующее:

* все виды молочных продуктов, так как они способствуют размножению в организме болезнетворных бактерий;
* сдобный хлеб и любые кондитерские изделия;
* из напитков: чай, кофе и категорически запрещен алкоголь;
* любая консервация;
* копчености;
* продукты быстрого приготовления;
* из мясных продуктов: сало, говядина, свинина, все виды колбасных изделий;
* яйца;
* различные специи и соусы, в том числе кетчуп и майонез;
* следует ограничить потребление соли

## Использование медикаментов при лечении

Существует множество методик для того, чтобы **вылечить** этого заболевания в стационарных условиях, наиболее эффективным является плазмоферез. Но также есть и способы лечения или значительного ослабления заболевания в **домашних условиях**, среди которых прием медикаментов, как наружного, так и внутреннего применения, также **можно** использовать народные рецепты.

### Наружное применение мазей

При лечении псориаза в **домашних условиях** **можно** применять различные гели, мази, лосьоны, кремы, в состав которых обязательно входит сера, салициловая кислота, мочевина, дитранол, препараты глюкокортикоидного характера. Причем эти компоненты **могут** в ходить в состав препарата, как в одиночном виде, так и в комплексе.

* Дитранол вносит в лечение достаточно ощутимый эффект, но одним из побочных явлений является отечность обрабатываемого участка.
* Псоркутан также показал хорошие результаты в лечении. Способен **вылечить** пораженный участок менее чем за два месяца. При этом отмечается сохранение полученного результата в течение долгого времени, а также отсутствие побочных эффектов.
* Негалогенезированные глюкокортикоиды **можно** назначать даже детям и пожилым людям, так как не содержат в своем составе хлора и фтора, что позволяет проводить лечение максимально мягко и бережно.
* Для того чтобы **вылечить** псориаз на старте воспалительного процесса **можно** применять салициловые мази. В более поздние сроки заболевания они не будут эффективны. В этом случае следует переходить на противовоспалительные и гормональные препараты.

При применении наружных средств для лечения псориаза в **домашних условиях** следует учитывать одну немаловажную особенность – привыкание организма. Поэтому периодически один вид мази следует заменять на другой.

## Особенности лечения псориаза различных участков

Несмотря на то, что **псориаз** – это общее заболевание, характеризующееся заражением организма и в частности его кровеносной системы различными токсинами, проявляется он на различных участках тела. Именно поэтому для большей результативности лечения, а также для уменьшения дискомфорта, испытываемого больным, применяются разные способы, чтобы можно было **вылечить** в **домашних условиях**.

### Псориатический артрит

В этом случае очень важно вовремя диагностировать заболевание, чтобы оно в дальнейшем не привело к различным деформационным изменениям в суставах. Лечение **может** назначать строго только дерматолог и ревматолог. Никакие народные средства не допустимы, потому как в этой форме **псориаза** они не только бесполезны, но и могут нанести вред.

Как правило, медикаментозный метод лечения в **домашних условиях** строится на базе применения лекарств двух направленностей: базисные или противовоспалительные и симптоматические, но также способные снимать воспаление. Именно сочетание медикаментов этих двух видов даст хорошие результаты при лечении. По одиночке их также можно применять, но стоит помнить, что препараты симптоматического характера снимут только внешние проявления псориаза, но никак не помогут в лечение артрита. Базисные препараты в большей степени будут лечить суставы, но при этом плохо справятся с жжением, шелушением и зудом, которые сопровождают **псориаз**.

### Ладонно-подошвенный псориаз

Является одной из самых болезненных и трудноизлечимых форм заболевания в силу того, что именно эти части тела наиболее подвержены непосредственному контакту с различными поверхностями и предметами.

Лечение данного вида псориаза представляет собой комбинацию из ретиноидов, глюкокортикостероидов, производных от витамина Д, а также различных средств для смягчения кожи.

В быту же следует быть острожными при домашней работе с применением различных химических чистящих и моющих средств, лучше всего использовать перчатки. Обязательно соблюдать диету, отказаться от курения. Не рекомендуется принимать теплые ванны или горячий душ. Также следует внимательно следить за поверхностью пяток и не забывать о профилактике по предупреждению возникновения на них трещин.

### Псориаз на локтях

В **домашних условиях** достаточно лишь использовать средства, которые могут эффективно снять симптоматику, устранить расслоение, жжение, зуд, хорошо увлажнить кожу. Не стоит забывать о диете и осторожности использования горячей воды. Если за один-два курса лечения степень заболевания не только не уменьшилась, но и значительно увеличилась, необходимо проконсультироваться с дерматологом о назначении дополнительной комплексной терапии.

### Псориатические ногти

Особенность псориаза ногтей заключается в том, что он **может** выступать как участком общей симптоматики, так и отдельным заболеванием. Протекает обычно сложно, поэтому требует долгого времени и огромного терпения при лечении.

При поражении ногтей псориазом препараты для приема внутрь практически никогда не назначаются. При такой форме заболевания достаточно лишь наружное применении различных мазей, гелей и лечебных лаков для ногтей. Следует строго помнить о личной гигиене. Дополнительно возможно употребление различных минеральных и/или витаминных комплексов.

### Псориаз головы

В этом случае возможно применять только препараты на основе салициловой кислоты и различные витаминные комплексы. Могут положительно сказаться в общем лечении и различные маски волос с применением трав или на основе глины.

### Псориаз на лице

Лицо является той частью тела, от псориаза на котором хочется избавиться в первую очередь. Многие больные для этого стараются использовать как можно больше различных лекарственных и косметических средств. И это является самой грубой ошибкой. Для уменьшения пораженных участков гораздо эффективнее будет:

* дольше пребывать на открытом воздухе;
* тщательно ухаживать за лицом лишь с применением средств, предназначенных для чувствительной кожи;
* ни в коем случае не повреждать бляшки, даже энергичное вытирание лица полотенцем может спровоцировать их деформацию;
* оберегать лицо от воздействия холода и от недостаточного увлажнения

**Псориаз** может проявлять на различных участках тела, но вне зависимости от очагов проявления, всегда будет носить хронический характер. Это заболевание привносит в жизнь не только физический дискомфорт, но и психологический аспект. А потому очень важно запастись терпением при лечении в домашних условиях. Строго соблюдать диету и все рекомендации врача по выбору и использованию медикаментозных средств. Если лечение в домашних условиях не приносит заметных результатов, возможно, стоит подумать о комплексной терапии другого направления, например, о плазмоферезе.