



HUMANITA 4/2014 Plus

Aj so psoriázou máte šancu

SVETOVÝ DEŇ PSORIÁZY – 29. OKTÓBER

Už desať rokov je 29. október vyhradený pre Svetový deň psoriázy, ktorý si svet pripomína od roku 2004 a podporuje ho IFPA (International Federation of Psoriasis Association) a WHO. Svetová zdravotnícka organizácia (WHO) uznala psoriázu za závažné chronické neprenosné ochorenie na 67. Valnom zhromaždení WHO v máji 2014 a vyzýva štáty, aby venovali zvýšenú pozornosť prístupom, liečbe a zmierneniu dosahov psoriázy. Vo svojom uznesení informuje, že týmto ochorením trpí 125 miliónov ľudí vo svete.

Na Slovensku v tejto oblasti pôsobí od roku 1990 Spoločnosť psoriatikov a atopikov Slovenskej republiky (SPaA SR). Psoriáza patrí spolu s ekzémami medzi najčastejšie kožné choroby. Podstatou tohto dňa je sústredenie pozornosti na pacientov, lekárov a širokú verejnosť s cieľom zvýšiť ich povedomie o psoriáze a psoria-

tickej artritíde, ktoré zhoršujú kvalitu života ľudí, ktorí trpia týmto ochorením.

„Aj keď ide primárne o kožné ochorenie, často ho spre-vádzajú postihnutia iných orgánov a predstavuje pre každého pacienta aj značnú psychosociálnu záťaž“, tvrdí MUDr. Darina Sedláková, MPH, riaditeľka Kancelárie WHO na Slovensku. „Mnoho pacientov trpí aj preto, že nemajú dostatočné znalosti o ochorení a nemajú adekvátny prístup k liečbe“, dodáva D. Sedláková.

Pri príležitosti Svetového dňa psoriázy Slovenská dermatovenerologická spoločnosť pozýva na 29. októbra pacientov so psoriázou na **Deň otvorených dverí**. V tento deň im poskytnú lekári odborné konzultácie v centrách biologickej liečby, ktoré sa špecializujú na liečbu psoriázy. Toto podujatie sa uskutoční vo všetkých centrách biologickej liečby na Slovensku.

Cieľom je uskutočniť významný osvetový projekt



Pri príležitosti Svetového dňa psoriázy sa uskutočnilo v Bratislave, 1. októbra aj stretnutie odborných lekárov s novinármi. Na obrázku vľavo je Prof. MUDr. Juraj Pěč, CSc., prednosta Dermatovenerologickej kliniky Univerzitnej nemocnice v Martine, pri ňom je MUDr. Peter Kozub, dermatovenerológ pôsobiaci aj na Lekárskej fakulte Univerzity Komenského a v Univerzitnej nemocnici Staré Mesto v Bratislave. Vedľa neho vpravo je Mária Cetkovská z Občianskeho združenia Bodkáčik a vpravo pri nej je pacientka Blanka Čičátková, ktorej sa po dlhoročnej liečbe zlepšil zdravotný stav a kvalita života.

s názvom „**Aj so psoriázou máte šancu**“. Pacienti trpiaci psoriázou, ktorí využijú túto príležitosť a prídu počas tohto Dňa otvorených dverí do niektorého z centier biologickej liečby, nemusia mať žiadny výmenný lístok. „*Odborní lekári im budú trpezlivo odpovedať na všetky otázky týkajúce sa psoriázy*“, hovorí **MUDr. Peter Kobzab**, dermatovenerológ z Lekárskej fakulty Univerzity Komenského a Fakultnej nemocnice Staré Mesto v Bratislave a zdôrazňuje: „*Budú mať možnosť dozvedieť sa o všetkých liečebných možnostiach psoriázy a presvedčiť sa o tom, že psoriáza je síce nevyliciteľná, no pacient sa dá udržiavať vo veľmi dobrom zdravotnom stave s vysokou kvalitou života*“.

Odhaduje sa, že na Slovensku žije asi 24-tisíc pacientov, ktorí sa na psoriázu liečia. Je to však pravdepodobne, len tretina z tých, ktorých toto ochorenie reálne postihuje. V raných štádiách ochorenia sa pacienti často liečia svojpomocne alebo vôbec. Keďže ide o pomaly postupujúce ochorenie, ktoré ale so sebou prináša stigmú viditeľného kožného ochorenia, mnohí ho radšej skrývajú a nechcú odbornú pomoc vyhľadať. Pritom sa pacienti s vhodnou liečbou a žiaducou disciplínou môžu dostať do štádia, keď sa ich ochorenie prejavuje minimálne a neznižuje kvalitu ich života.

Psoriáza nepostihuje len kožu, ale môže byť spojená aj s inými zdravotnými komplikáciami. „*Už stredne ťažká psoriáza sa významne spája s pridruženými ochoreniami, ktoré môžu byť smrteľné. Ide najmä o kardiovaskulárne ochorenia, metabolický syndróm a diabetes*“, hovorí **Prof. MUDr. Juraj Pěč, CSc.**, prednosta Dermatovenerologickej kliniky Univerzitnej nemocnice v Martine. „*Psoriáza nie je lokalizovaná len na kožu, ale ide o systémové zápalové ochorenie*“, dodáva profesor J. Pěč.

K cieľu Svetového dňa psoriázy sa hlási aj slovenské občianske združenie **Bodkáčik a Spoločnosť psoriatickov a atopikov Slovenska**. V **Medzinárodnej federácii psoriatických asociácií (IFPA)** zastupuje Slovenskú republiku aj Občianske združenie **Bodkáčik**, ktoré sa aktívne podieľa na diskusii o ochorení s pacientmi, ich rodinnými príslušníkmi a verejnosťou vôbec. „*Veľa psoriatickov sa však nerado ukazuje na verejnosti a nerado rozpráva o svojom ochorení. Naše občianske združenie sa snaží túto tabuizovanú tému prelomiť a hovoriť otvorene o ochoreniach kože. Pomáhame tak pacientom v komunikácii a verejnosti zasa ukazujeme, že chorá koža neznamená vylúčenie zo spoločnosti*“, vysvetľuje **Mária Cetkovská** z Občianskeho združenia Bodkáčik.

PSORIAZA JE NIELEN KOŽNÉ OCHORENIE



Prof. MUDr. Juraj Pěč, CSc.

Psoriáza je chronické progresívne systémové zápalové ochorenie, je výsledkom abnormálnej aktivity imunitného systému, v dôsledku čoho dochádza k nadprodukcii mediátorov (prenášačov) zápalu. Spája sa s mnohými komorbiditami (imunologicky prepojené ochorenia, ktoré sú spolu ohrozujúce), ktoré majú spoločné zápalové procesy. Toto

chronické ochorenie sa môže časom zhoršovať a vedie ku kumulatívnemu postihnutiu v priebehu života – s dosahom na vzťahy, vzdelanie a možnosti kariérneho postupu.

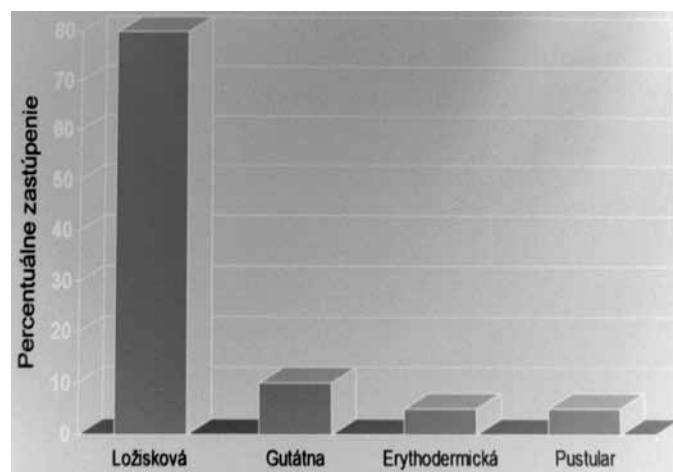
Epidemiológia a fakty o psoriáze

Psoriáza postihuje približne 2 percentá svetovej populácie. Jeden zo štyroch pacientov trpí stredne závažnou, až závažnou formou psoriázy. Postihuje rovnako mužskú i ženskú populáciu a prevažuje u bielej rasy ľudí. Psoriáza postihuje ľudí v najlepšom veku, objavuje sa vo veku 15 až 30 rokov.

Čo spôsobuje psoriázu?

- Dedičnosť (40 až 60 percent pacientov má psoriázu v rodinnej anamnéze - RA)
- Faktory, ktoré vyvolávajú alebo zhoršujú psoriázu sú: psychologický stres, poškodenie kože, niektoré lieky a infekcie.
- Porucha imunitného systému, pri ktorej sa urýchli cyklus rastu kožných buniek, ktoré sa hromadia a vytvárajú ložiská ochorenia.

V Európe klesá epidemiológia psoriázy smerom od severu na juh. Napríklad, v Škótsku má psoriázu 4,8 percenta, v Írsku 5,5 percenta, Francúzsku 6 percent, v Nemecku 6,5 percenta. vo Švédsku 3,55 percenta ľudí, v Chorvátsku len 1,55 percenta, Česku 2,7 percenta, Dánsku 2,85 percenta, v Nórsku 2,75 percenta a v SR 2 percentá. Koľko je však tých, ktorí psoriázou trpia, ale sa neliečia, to nie je známe. Známe však je, že pôvodné austrálske kmene Aborigenov nemajú psoriázu vôbec. V Japonsku trpí psoriázou len 1,05 obyvateľov, v Číne len 0,76 percenta a v severnej Indii má psoriázu 0,84 percenta obyvateľov .



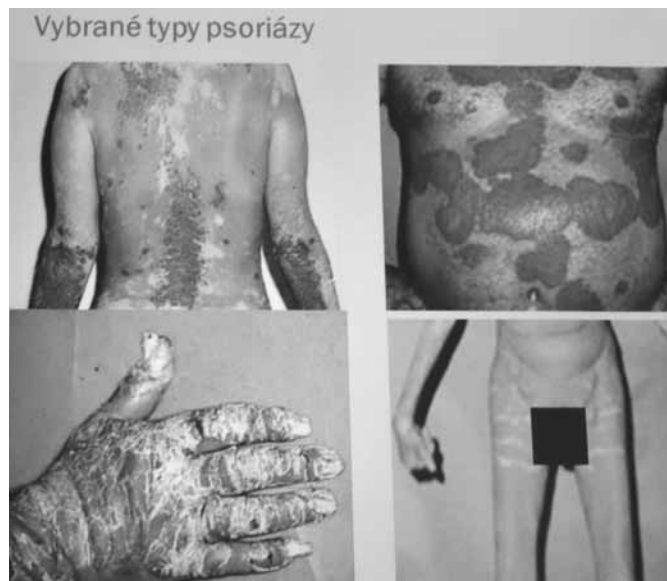
Graf č. 1

Ako ukazuje graf číslo 1 znázorňujúci percentuálne zastúpenie čo do závažnosti jednotlivých typov psoriázy, najčastejšie sa vyskytuje menej závažná, ložisková psoriáza.

Najčastejšia je **ložisková psoriáza** (psoriasis vulgaris) vyskytujúca sa u 80 percent pacientov. Pre ložiskovú psoriázu je charakteristický výsyp drobných, červených pupienkov, ktoré neskôr splývajú vo väčšieho ložiska rôzneho tvaru a veľkosti. Ložiská sú pokryté striebřistými šupinami, ktoré sa tvoria z mŕtvych buniek. Častými miestami výskytu týchto ložisk je okolie lakťov, kolien, vlasatá časť hlavy, aj krížová oblasť.

Pre **psoriasis guttata** sú typické malé, okrúhle, izolované lézie, červené, šupinaté škvrnky, ktoré vyzerajú ako kvapky vody rozstreknuté po tele. Viac sa vyskytuje u detí začiatkom puberty, než v neskoršom období dospievania. Začiatok tohto ochorenia je výrazne spojený so streptokokovou infekciou horných dýchacích ciest.

Závažná forma **psoriasis erythrodermica** sa vyskytuje menej, než u 3 percent pacientov trpiacich psoriázou, ktorým postihuje skoro celý povrch tela, ktorý pokrývajú červené odlupujúce sa plochy.



Vybrané stredne závažné a závažné typy psoriázy.



Psoriáza nechtov



Psoriáza vlasatej časti hlavy

Ďalšia závažná forma **psoriasis pustulosa** sa vyskytuje u menej, než u 10 percent pacientov a môže sa objaviť ako komplikácia ložiskovej psoriazy v dôsledku užívania alebo vysadenia určitých liekov. Lézie sú charakteristické zahnanými pľuzgierikmi naplnenými hnisom, ale bez prítomnosti infekcie. Najčastejšie ňou bývajú postihnuté dlane, chodidlá nôh, prsty a nechty.

Pri liečbe psoriazy sa nemožno zaoberať iba kožou. Nasledujúci graf číslo 2 vyjadruje percentuálny výskyt najčastejších komorbidity, ktoré sprevádzajú pacientov so psoriázou trpiacich závažnými formami psoriazy. Ku komorbiditám, ktoré najčastejšie sprevádzajú psoriazu patrí úzkosť, depresie, vysoký krvný tlak, nadváha, srdcovo-cievne ochorenia, diabetes...



Graf č. 2

Komorbidity psoriazy

- Sú to imunologicky prepojené ochorenia** – psoriatická artritída (PsA), Crohnova choroba, ulcerózna kolitída, celiakia, sclerosis multiplex, autoimúna tyreoiditída atď.
- Kardiometabolické komorbidity** – inzulínová rezistencia a diabetes, NAFLD, dyslipidémia, obezita, kardiálne komorbidity
- Psychiatrické komorbidity** – depresia, anxióza (úzkosnosť) atď.
- Malignity** – lymfómy, malignity v oblasti hrtana, hlta a celého gastro-intestinálneho traktu.

Čo charakterizuje komorbidity psoriazy:

- spoločný, prípadne príbuzný genetický základ psoriazy a komorbidity (identické alebo takmer identické gény pri génom polymorfizme – génovej mnohotvárnosti)
- spoločné alebo veľmi podobné spúšťacie mechanizmy.

Psoriatická artritída

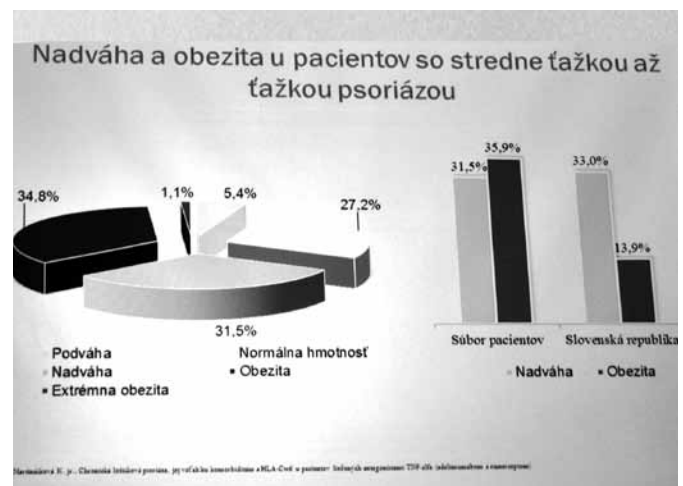
Prevalencia (prevažovanie) PsA sa zvyšuje s rastúcou závažnosťou psoriazy. K štruktúrálnemu poškodeniu kĺbov pacientov s PsA dochádza ešte skôr, než sú symptómy viditeľné. Pacienti s PsA majú vyššiu incidencia (súčasný výskyt) psoriazy nechtov a rovnako vyššie PASI a DLQI.

Imunologicky prepojené komorbidity sa vyskytujú u 17,4 percent pacientov so psoriázou, PsA sa vyskytuje u 49 percent pacientov a psychiatrické komorbidity sa vyskytujú u 6,5 percent pacientov.



Graf č. 3

Pacienti i pacientky so stredne závažnou a závažnou psoriázou bývajú často obézni. Na obrázku s grafmi je znázornený výskyt (abdominálnej obezity) pacienta so psoriázou.

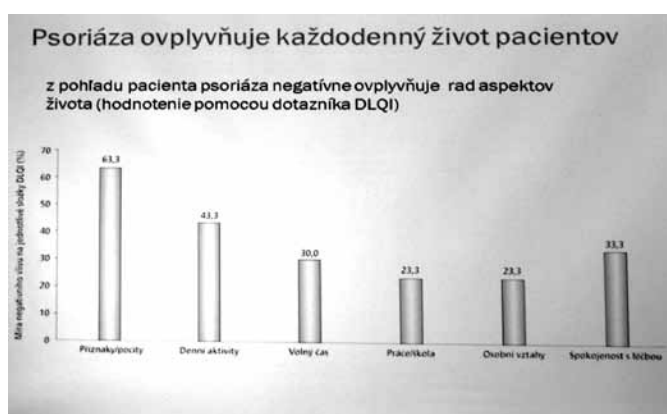


Graf č. 4

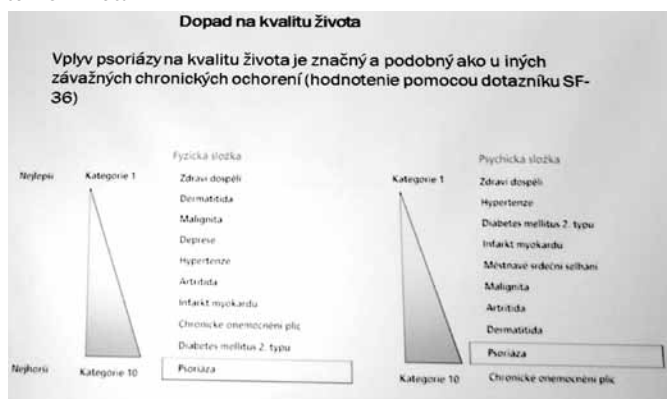
Nadváhu a obezitu pacientov so stredne ťažkou až ťažkou psoriázou znázorňujú obrázok číslo 4 s 2 kruhovými grafmi.

Život so psoriázou

Okrem viditeľných kožných prejavov ovplyvňuje psoriáza tiež aj psychický stav pacientov, ktorí sa so svojím ochorením musia sami vyrovnávať, aj popri pocitoch menejcennosti a neistoty a negatívnych dosahoch závažnej psoriázy na každodenný život, čo uvádza až 80 percent pacientov so psoriázou. Psoriáza totiž ovplyvňuje pracovný, spoločenský, ale aj intímny život pacienta – 35 až 50 percent pacientov uvádza, že psoriáza narušuje ich sexuálne vzťahy, čiže, pacienti so psoriázou trpia zníženou kvalitou svojho života. Ako psoriáza ovplyvňuje každodenný život a kvalitu života pacienta, ukazujú ďalšie nasledujúce obrázky s grafmi.



Graf č. 5 – z pohľadu pacientov psoriáza ovplyvňuje celý rad aspektov ich života



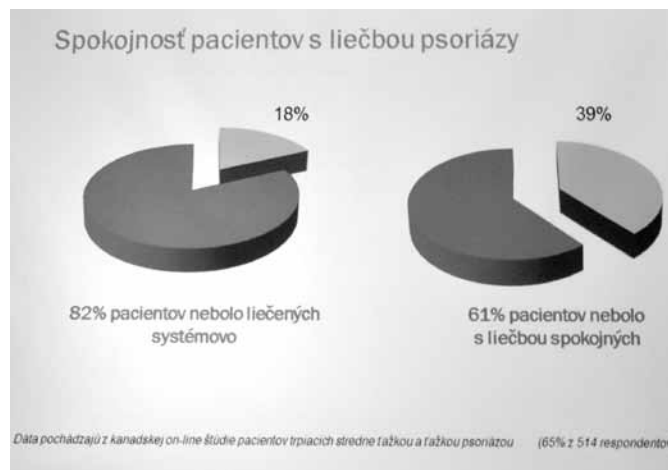
Graf č. 6 - vplyv psoriázy je podobný ako u iných závažných chronických ochorení

Dosah na kvalitu života blízkych

Z opýtaných 28 príbuzných a 35 partnerov pacientov so psoriázou až 57 percent uvádzalo psychický tlak vrátane pocitov úzkosti a starostí o budúcnosť pacientov. Až 55 percent uviedlo narušenie ich spoločenského života, pretože partnerom chýba sebadôvera v spoločnosti. Až 44 percent uviedlo obmedzenie pri plánovaní dovolenky, športu, voľnočasových aktivít a pri spoločenských podujatiach. Obmedzenie pri bežných činnostiach a pri

trávení voľného času s členmi rodiny uviedlo 37 percent opýtaných. Takisto 37 percent opýtaných uviedlo zhoršenie blízkych vzťahov a iba 8 percent opýtaných neuviedlo žiadny vplyv ochorenia na kvalitu svojho života.

Áká je spokojnosť pacientov s liečbou psoriázy, znázorňujú nasledujúci obrázok číslo 7, s dvomi kruhovými grafmi.



Graf č. 7

Neliečený versus liečený pacient

Neliečený pacient má ložiská psoriázy na väčšine povrchu tela, kým liečený je takmer bez príznakov. Neliečený pacient má viac súbežných komorbidít, kým liečený ich má menej alebo nemá žiadne komorbidity. Neliečený pacient pociťuje výrazné zhoršenie kvality života, kým u liečeného pacienta je vysoká pravdepodobnosť dlhšieho života. V ťažkých prípadoch psoriázy sa preukázalo skrátenie života mužov o 3,5 roka a u žien až o 4,4 roka.

Liečba psoriázy

Sú tri základné kategórie liečby psoriázy: podávanie lokálnej terapie – krémy, maste, potom je to fototerapia alebo kombinácia fototerapie a podávania iných liekov a systémová liečba. Vhodnosť liečby určuje viacero faktorov: typ psoriázy, umiestnenie psoriázy na tele, závažnosť jej prejavov, vek pacienta a jeho anamnéza, ako aj reakcie pacienta na predchádzajúcu liečbu.

Prínosy modernej liečby psoriázy

Moderná liečba psoriázy prináša vyššiu účinnosť, spomalenie alebo zastavenie postihnutia. Zároveň prináša udržanie sa v dobrom zdravotnom stave, návrat do bežného života alebo do pracovného procesu. Nemenej významné je aj zmenšenie nákladov na zdravotnú starostlivosť.

Z prednášky Prof. MUDr. Juraja Péča, CSc., prednostu Dermatovenerologickej kliniky Univerzitetnej nemocnice v Martine, 1. októbra 2014 v Bratislave

PREČO DEŇ OTVORENÝCH DVERÍ PACIENTI SO PSORIAZOU POTREBUJÚ

Z celkového počtu obyvateľov Slovenska tvoria dve percentá pacienti so psoriázou. Mnoho z nich sa nedostatočne lieči, a preto sú nespokojní a hľadajú iných lekárov, iné možnosti liečby. Mnohí z týchto pacientov nemá o ochorení psoriáza dostatok informácií. Treba vedieť, že psoriáza je neinfekčné a dobre liečiteľné ochorenie. Treba vedieť najmä o systémovej a biologickej liečbe psoriázy. Prečo to veľa pacientov so psoriázou nevie? Príčina vyplýva často aj z nedostatku času, ktorý môžu lekári vo všeobecných dermatologických ambulanciách pacientom počas pracovného času venovať.

Pravdou je, že psoriáza je síce nevyliciteľné, ale v dnešnej dobe veľmi dobre liečiteľné ochorenie, (aj keď za cenu dlhodobej kontinuálnej liečby). Výskum psoriázy veľmi rýchlo napreduje a každých 3 až 5 rokov je na farmaceutickom trhu nový, relatívne bezpečný liek.

Deň tvorených dverí

Deň otvorených dverí bude na Svetový deň psoriázy, 29. októbra 2014 (streda) v čase od 8. približne do 16. hodiny v centrách biologickej liečby: vo Fakultnej nemocnici v Ružinove, aj v Fakultnej nemocnici Staré Mesto na Mickiewiczovej ulici v Bratislave, vo Fakultnej nemocnici v Nitre, Fakultnej nemocnici v Martine, vo Fakultnej nemocnici F. D. Roosevelta v Banskej Bystrici, vo Fakultnej nemocnici J. A. Reimana v Prešove a vo Fakultnej nemocnici L. Pasteura v Košiciach.

Informácie pacientom so psoriázou budú počas Dňa otvorených dverí poskytovať lekári centier biologickej liečby špecializujúci sa na psoriázu a majúci skúsenosti so všetkými možnosťami liečby, vrátane biologickej liečby vo fáze klinických štúdií. Počtu pacientov bude prispôsobený aj počet lekárov (jeden dvaja, traja), ktorí

budú pacientom poskytovať potrebné informácie týkajúce sa psoriázy, pričom je zaručený individuálny prístup k pacientom, ktorí budú každému z pacientov odpovedať priamo.

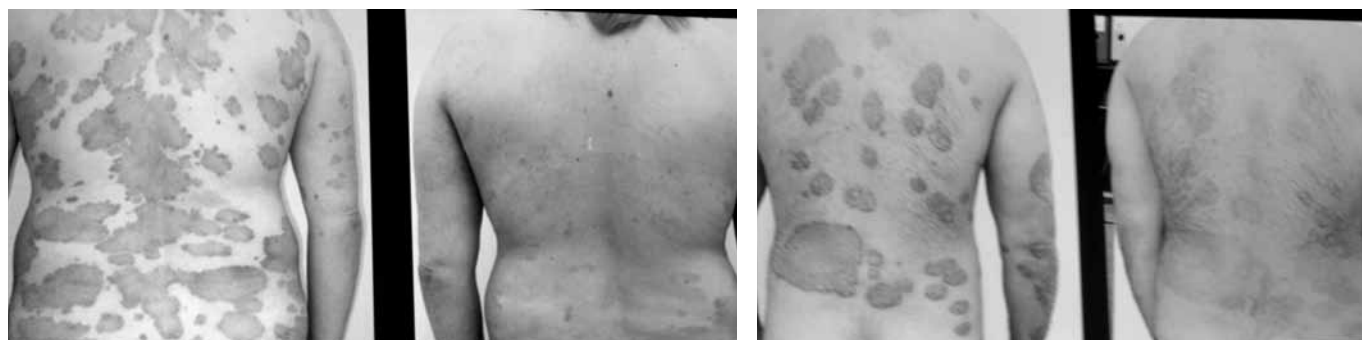
Konzultácie lekárov sú bezplatné a vyhradené len pacientom so psoriázou!

V Deň otvorených dverí v centrách biologickej liečby netreba mať žiadne odporúčanie, nijaký výmenný lístok. Pacienti by si však mali pripraviť otázky, ktoré chcú tomu-ktorému lekárovi na tému psoriáza položiť. Nepôjde o bežné lekárske vyšetrenie a po konzultácii s odborným lekárom nebude napísaná správa ani recept. Pacienti však dostanú možnosť objednať sa na vyšetrenie v centrách špecializovaných na liečbu psoriázy. Každý pacient napokon dostane informačnú brožúru o psoriáze a jej liečbe.

Otázky, na aké budú lekári pacientom odpovedať, napríklad, sú :

- Je psoriáza infekčná?
- Je psoriáza liečiteľná?
- Aké sú možnosti liečby? Som správne liečený?
- Čo je to biologická liečba a kedy mám na ňu nárok?
- Aká je pravdepodobnosť či bude mať psoriázu aj moje dieťa?
- Aké sú možnosti liečby počas tehotenstva?
- Môžem sa aj ja zúčastniť na klinickej štúdií?
- Môžem vymeniť lekára a liečiť sa v centre biologickej liečby?

Aj vlani sa pri príležitosti Svetového dňa psoriázy uskutočnil Deň otvorených dverí. Lekári zapisovali aj údaje, koľko pacientov bolo spokojných s doterajšou liečbou a koľkí uviedli, že sú nespokojní s doterajšou liečbou. Výsledky tohto malého prieskumu v číslach sú nasledujúce:



- Bratislava Fakultná nemocnica Ružinov a FN Mikiewiczova 31/27
- Nitra Fakultná nemocnica 11/ 10
- Martin Fakultná nemocnica 13/7
- Banská Bystrica Fakultná nemocnica 17/13
- Prešov Fakultná nemocnica 14/13
- Košice Fakultná nemocnica 17/17.

Záujem o liečbu psoriazy rastie, a teda sa očakáva, že aj návšteva centier biologickej liečby bude tohto roku aspoň dvakrát vyššia ako vlani. (Bližšie informácie o tom, ako stúpa záujem o liečbu ochorenia, možno zistiť na www.bezpsoriazy.sk)

Ak by aj niektorí z pacientov nestihli alebo sa nemohli zúčastniť v uvedených centrách na konzultáciách s odbornými lekármi počas Dňa otvorených dverí, môžu vyplniť dotazník hodnotenia psoriazy a jej liečby, ktorý nájdú na internete, na nasledujúcich webových stránkach:

www.spaa-sr.webnode.sk

www.bodkacik.sk

www.derma.sk

Dotazník zhodnotia lekári centra s cieľom určiť vhodnosť vyšetrenia v špecializovanej ambulancii (rozsah ochorenia, doterajšia, aj súčasná liečba a jej efekt).

Existuje veľa možností liečby a v súčasnosti je len malá pravdepodobnosť, že ochorenie na psoriazu nedokážeme dostať pod kontrolu (stáva sa to však, napríklad, u onkologicky chorých pacientov). Medzi možnosti modernej liečby patrí biologická liečba. Existuje viac možností edukácie pacientov. Jednu z nich ponúka internetový portál www.bezpsoriazy.sk alebo aj telefonická poradňa Humanika.

**Z prednášky MUDr. Petra Kozuba, PhD
k Svetovému dňu psoriazy 2014
1. októbra 2014 v Bratislave**

BALNEOTERAPIA V PRÍRODNÝCH LIEČEBNÝCH KÚPEĽOCH SMRDÁKY



Alena Masarovičová, dermatovenerologička, ktorá pôsobí v kúpeľoch Smrdáky.

Na liečbu kožných ochorení, a teda aj psoriazy, sa na Slovensku špecializujú najmä Prírodné liečebné kúpele Smrdáky, kde lekári v liečbe, vďaka jedinečnej sírovodíkovej minerálnej vode a sírnemu bahnu, dosahujú veľmi dobré výsledky.

Kúpeľná liečba v Prírodných liečebných kúpeľoch Smrdáky má už 181-ročnú tradíciu.

„Liečime chronické kožné ochorenia a u dospelých pacientov aj ochorenia pohybového aparátu. Až 10 až 40 percent pacientov so psoriázou trpí na psoriatickú artritídu“, hovorí **MUDr. Alena Masarovičová**, dermatovenerologička, ktorá pôsobí v kúpeľoch Smrdáky, kde pracuje už 8 rokov. „Kúpeľná liečba chronických kožných ochorení je dôležitá nielen pre liečebný efekt dosiahnutý počas pobytu v kúpeľoch, ale aj pre sekundárne preventívny efekt a oddialenie recidív (návratov) ochorenia v priemere až na trištvrte roka“, dodáva MUDr. A. Masarovičová.

V Smrdákoch sa nachádzajú jedny z najkvalitnejších liečebných sírovodíkových prameňov v Európe. Ich hĺbka je 50 až 70 m a minerálna voda má teplotu 12 °C. Vyznačuje sa vysokým obsahom sírovodíka (H₂S) – až 600 mg/liter vody.

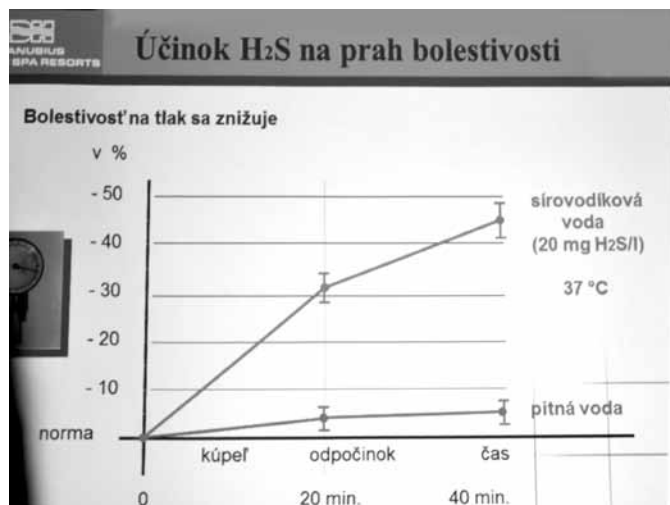
Vplyv sírovodíka v minerálnej vode na kožu

Sírovodík v minerálnej vode pozitívne ovplyvňuje prekrvenie všetkých zložiek kože, ich metabolické funkcie a urýchľuje resorpciu patologických infiltrátov v nej. Znižuje pocit svrbenia a znižuje citlivosť na bolesť každého druhu (až o 4 percentá) a má aj antimikrobi-

álny efekt. Má tiež imunosupresívny vplyv na Langerhansove bunky (pri koncentrácii sírovodíka 30 mg/1 blok receptorov na 50 % LB), ďalej má protizápalové a imunomodulačné účinky. Tiež normalizuje patologicky zvýšenú proliferáciu epidermálnych buniek (buniek tvoriacich povrchovú vrstvu kože). Sírovodík má aj sekundárne preventívne účinky, a teda zamedzuje skorému návratu ochorenia.



Spôsoby liečby kožných ochorení pomocou komplexnej balneoterapie.



Účinek kúpeľa v sírovodíkovej minerálnej vode proti bolesti.

Z kožných ochorení sa v kúpeľoch Smrdáky najviac liečia ľudia chorí na psoriazu vulgaris, atopickú dermatitídu, chronické dermatózy, acne vulgaris, aj stavy po popáleninách. Z pohybových ochorení sa v kúpeľoch Smrdáky najčastejšie liečia ľudia chorí na psoriatickú artritídu, ale aj reumatoidnú artritídu a mnoho ďalších chorôb pohybového aparátu človeka.

Pacienti majú v kúpeľoch Smrdáky možnosť absolvovať celotelové vaňové kúpele, ktoré obsahujú 100 mg

sírovodíka na 1 liter vody, ale aj čiastkové kúpele postihnutých častí tela, napríklad, častí (rúk, nôh, tváre). Okrem toho sa môžu v týchto kúpeľoch podrobiť prírodnej, aj umelej fototerapii alebo absolvovať lokálnu liečbu (napríklad, pri postihnutí psoriázou vo vlasovej časti hlavy a podobne).

Čo je komplexná balneoterapia

Komplexná balneoterapia má chemický a imunologický efekt vďaka sírovodíkovej minerálnej vode a aj fototerapeutický efekt vďaka prírodnému slnečnému svetlu alebo umelému ultrafialovému žiareniu, ako aj vplyvom vhodných liečivých masťí a krémov. Sírovodíková minerálna voda s obsahom sírovodíka len 20 mg/liter o teplote 37 stupňov Celzia znižuje bolestivosť na tlak už po 20- až 40- minútovom kúpeli.



Vplyv kúpeľov a fototerapie pri liečbe kožných ochorení.

Komplexná balneoterapia zahŕňa aj bahenné zábaly, a to: parafínové zábaly, ručné masáže, aj elektroterapiu, rehabilitačné cvičenia, ako aj podvodné masáže. Bahenné zábaly dostávajú pacienti pre ich kladný účinok. Bahno v Smrdádoch obsahuje 95 percent anorganických a 5 percent organických látok a má zvýšený obsah síry, čo má dobrý účinok na liečbu pacientov. Okrem toho, toto bahno má výraznú tepelnú kapacitu a chladne 4- až 5-krát pomalšie ako voda, čo je veľmi žiaduce, pretože prestup tepla do hlbokých štruktúr organizmu pacienta je pri jeho liečení dôležitý.

MUDr. Alena Masarovičová,
dermatovenerologička, kúpele Smrdáky
(z prednášky 29. 4. 2014 v Bratislave)

KOŽNÉ CHOROBY, STRATÉGIA A PREVENCIA LIEČBY

Koža je zrkadlom zdravia, indikátor závažných chorôb, vizitka starostlivosti o vlastné zdravie, vizitka krásy a sexuálnej príťažlivosti a je tiež informátorom o veku človeka. Koža je aj dôležitý komunikačný prostriedok. Od jej stavu a vzhľadu často závisí úspech ďalšieho rokovania a medziludských vzťahov. Pre niektoré profesie je upravený a pestovaný vzhľad priam povinnosťou. Osobitné vnímanie kožných a s kožou spojených orgánov – adnex, čo sú vlasy, nechty, aj potné žľazy. Už v antickom Grécku ľudia pripisovali koži zvláštny význam. (Hovorili, napríklad, že krása je polovicou vena).

Kožné ochorenia

Často aj veľmi nenápadné formy a prejavy kožných ochorení môžu u citlivých jedincov vyvolávať závažné psychické ťažkosti: sú frustrovaní, majú pocit nedokonalosti, komplexov, často strácajú schopnosť komunikovať, sociálne sa izolujú. Recidívy kožného ochorenia vyvolávajú postupnú stratu dôvery v lekára a v liečebné metódy. V takých prípadoch od ľudí s kožnými ochoreniami často počuť slová ako: „Mne už nikto nepomôže“. Najfrekvencovanejšie kožné choroby sú psoriasis vulgaris, aj skupina ekzémov (atopická dermatitída), ďalej sú to acné vulgaris...

Psoriasis vulgaris je zápalové ochorenie kože s vyrážkami (exantematickým alebo chronicko-stacionárnym priebehom), vzniknutými na základe zdedenej dispozície, kde dôležitú úlohu zohrávajú tzv. rizikové, psoriazu spúšťajúce faktory. Ochorenie psoriasis vulgaris charakterizujú ostro ohraničené ložiská rôznej konfigurácie a veľkosti, zápalovo začervenané s typickým striebrolesklým olupovaním. Zasahujú kožu, vlasovú časť hlavy, nechty, kĺby, vyskytujú sa aj atypické formy postihnutia. Výskyt psoriazy závisí od geografických a etnických faktorov. V európskej populácii psoriaza postihuje od 1 až do 5 percent populácie (v priemere sú to 2 percentá európskej populácie. Na Slovensku psoriaza postihuje asi 110 tisíc pacientov, z toho 15 až 25 percent má stredne ťažké až veľmi ťažké formy tohto ochorenia).

Atopická dermatitída je chronické alebo chronicky recidivujúce zápalové ochorenie detí, aj dospelých, ktoré sa vyznačuje svrbením, variabilitou klinického ob-

razu a celkového priebehu tohto ochorenia. Zjednodušene môžeme povedať, že atopickú dermatitídu charakterizuje: zápal, suchosť a svrbenie. Rozsah tzv. atopických mínim, až po rozsiahle generalizované formy, často spojené s komorbiditnými ochoreniami (atopický syndróm).

Výskyt atopickej dermatitídy v zemepisných šírkach severného mierneho pásma Zeme je asi 5 až 10 percent populácie. Toto ochorenie charakterizujú typické vzplanutia s následnými remisiami a potom zasa sezónnym zhoršením, čo pacientom spôsobuje vážny problém. Najvyššia bodová prevalencia tohto ochorenia v Európe – 23 percent a bola zaznamenaná v Nórsku vo vidieckej komunite žijúcej pri severnom polárnom kruhu. Globálny rekord výskytu atopickej dermatitídy až je 32 percent a bol zaznamenaný u obyvateľov vo Wagga Wagga v iránskom vnútrozemí.

Acné vulgaris – je chronický zápalový proces mazovej žľazy kože a vlasového folikulu. Významnú úlohu jednoznačne zohráva genetická predispozícia, prerušená tvorba mazu v koži, hormonálna nerovnováha takzvaných mužských a ženských pohlavných hormónov a tiež osídlenie riálnymi a kvasinkovými mikroorganizmami. Nie je výnimočné, ak akné vyvolá užívanie liekov rôznych chemických skupín. Toto ochorenie sa označuje ako Acné medicamentosa.

Klinické prejavy môžu byť rôzne, od veľmi nepatrných, až po závažné zápaly, po zahojení ktorých ostávajú na koži jazvy. Vyskytujú sa na tvári, chrbte, pleciach, prednej strane hrudníka tam, kde sú najviac vyvinuté mazové žľazy.

Liečba kožných chorôb je napriek jej nepopierateľnému pokroku problematická a zdĺhavá. Ak má byť úspešná, musí byť komplexná, kombinovaná a individualizovaná. Cieľom tejto liečby je zmierniť prejavy kožného ochorenia, predĺžiť jeho bezpríznakové obdobie, zabrániť komplikáciám a zlepšiť kvalitu života pacientov.

**Z prednášky MUDr. Kataríny Cajchanovej, PhD.
dermatovenerologičky,
klinickej imunologičky – alergologičky
z Univerzitnej nemocnice Bratislava,
Poliklinika Podunajské Biskupice
(29. 4. 2014 v Bratislave)**

Je to paradox, ale práve hrozivo vyzerajúce kožné choroby ako je psoriáza, atopický ekzém a vitiligo, nie sú nákazlivé

BEZ LÁSKAVÝCH DOTYKOV ČLOVEK CHRADNE



Občianske združenie Bodkáčik ako patientská orgnizácia združuje nielen pacientov so psoriázou, ale aj ich rodiny, deti a mládež s kožnými ochoreniami. Mnohí ľudia však o tomto patientskom združení stále nevedia a ani o závažnosti psoriázy aj napriek viacerým medzinárodným kampaniam.

Na jednej z nich, ktorá sa konala vlani a ktorú zorganizovala **Medzinárodná federácia psoriatických asociácií (IFPA)**, sa zúčastnilo aj Občianske združenie Bodkáčik. Bolo to 25. 10. 2013. Členom **IFPA** je aj Občianske združenie **Bodkáčik**, ktoré aj vlani pripravilo v spolupráci s národnou organizáciou psoriatických a atopických (SpaA SR) a jej klubmi, kampaň k minuloročnému Svetovému dňu psoriázy. Upozornili tak verejnosť na to, aký má psoriáza a psoriatická artritída obrovský vplyv na život ľudí. Pripomenuli, že je potrebné, aby národné a medzinárodné inštitúcie rešpektovali skutočnosť, že dôsledky týchto ochorení sú zničujúce a vážne a s touto skutočnosťou sa treba vážne zaoberať. Je potrebné, aby bol hlas psoriatickej komunity vypočutý. Pri príležitosti minuloročného Svetového dňa psoriázy sa tieto dve patientské organizácie rozhodli apelovať na politikov, zákonodarcov a predstaviteľov zdravotnej starostlivosti aj pomocou svedectiev psoriatických pacientov. Veria, že prezentovaním faktov a dôležitých informácií subjekty s

rozhodovacou právomocou zlepšia podmienky prístupu k účinnej liečbe ľudí trpiacich psoriázou a atopickým ekzémom. Psoriáza nepozná hraníc – **prístup k liečbe pre všetkých!** - to bola hlavná téma Svetového dňa psoriázy 2013. Globálny prístup k liečbe tohto nevyliciteľného ochorenia je však stále aktuálny.

V snahe rozšíriť toto posolstvo do celého sveta, sa do spomenutej medzinárodnej kampane zapojila aj Spoločnosť psoriatických a atopických SR. Jednotlivé národné organizácie združujúce pacientov so psoriázou si tak môžu navzájom zdieľať osobné skúsenosti pacientov s ich liečbou psoriázy, jej účinnosťou, ale aj upozorňovať na jej nedostatky. V rámci kampane s heslom „**Liečiť pacienta – zachrániť človeka**“ sa na Slovensku 18. až 20. októbra pri Martine vlani konalo aj Celoslovenské stretnutie SPaA SR zaoberajúce sa problematikou postavenia pacientov s chronickými kožnými ochoreniami v Slovenskej republike.

Spoločnosť psoriatických a atopických už vyše 20 rokov pomáha s edukáciou verejnosti a s presadzovaním záujmov ľudí trpiacich chronickými kožnými ochoreniami na Slovensku. Dôraz na oprávnené požiadavky psoriatických a atopických odzneli vlani aj v Deň otvorených dverí v Kúpeľoch Smrdáky a 29. októbra tiež popri prednáškových edukačných a informačných blokoch s odborníkmi z oblasti dermatológie v Bratislave. Deň otvorených dverí sa uskutočnil aj 29. 10. 2013 na Dermatovenerologickej klinike vo Fakultnej nemocnici v Martine, v centre biologickej liečby.

Ďalší **Deň otvorených dverí** sa uskutočnil aj v Kúpeľoch Červený Kláštor s edukačným informačným podujatím pre verejnosť s názvom „O psoriáze“, a to v Dome zdravia. V rámci projektu Občianskeho združenia Bodkáčik pre deti a mládež a Spoločnosti psoriatických a atopických Slovenska (SPaA SR) pripravili aj informačné video pre verejnosť o psoriáze a živote s ňou. Ďalšie video s príbehmi pacientov nájdete na stránkach **www.spae.sk**, **www.bodkacik.sk** alebo **www.bezpsoriazy.sk**.

Počas Dňa otvorených dverí boli vlani na telefónnych linkách dostupní pacientom so psoriázou a atopickým ekzémom aj vedúci klubov SPaA SR, ktorí poskytli potrebné informácie o možnostiach liečby a stretnutiach v regiónoch. Svojim členom združenie Bodkáčik však poskytuje telefonické odborné poradenstvo počas celého roka. Je to **Telefonická sociálna poradňa**, prostredníctvom ktorej možno získať potrebné informá-

cie o nových možnostiach liečby psoriázy a chronických kožných ochorení, ako aj informácie o špecializovaných liečebných centrách v SR.

Telefonická sociálna poradňa má nasledujúce kontaktné čísla: **043/3810137** od 9. hod. do 18. hodiny a **0905/458328** od 18. hod. do 20. hodiny.

„Aj tento rok je pre nás ako patientskú organizáciu aj Deň otvorených dverí 2014 veľmi dôležitý, pretože na ňom sa môžu, ako aj o našom združení Bodkáčik dozvedieť tí pacienti trpiaci psoriázou, ktorí nás ešte nepoznajú“, povedala **Mária Cetkovská**, štatutárna zástupkyňa OZ Bodkáčik.

K dispozícii je aj online Poradňa pre pacientov so psoriázou - www.bezpsoriazy.sk

Prostredníctvom tejto poradne je možnosť položiť otázky odborníkom v oblasti dermatológie. Základné

prednosti tejto poradne sú: rýchlosť, odbornosť a dodržiavanie zásady anonymity. Na uvedenej stránke sa možno dočítať, aké sú fakty o ochorení a možnosti modernej liečby psoriázy dnes.

Adresa a kontakt :

Občianske združenie Bodkáčik

Aurela Stodolu 4991/17,

036 01 Martin

Registrácia: číslo spisu VVS/1.900/90-33563

IČO: 42069700

číslo účtu: 2710691554/0200

Tel: 0905 458 328

Kontaktná osoba: Mária Cetkovská

E-mail: bodkacikmt@gmail.com

Podujatia, ktoré Občianske združenia Bodkáčik a SPaA SR v roku 2014 ešte čakajú

★ **Non Handicap 2014**

výstava sa uskutoční v dňoch od 15. do 17. októbra 2014 v Bratislavskej Inchebe. Odporúčame účasť hlavne členom BA klubu.

★ **Deň otvorených dverí v kúpeľoch Smrdáky**

sa uskutoční dňa 26. októbra 2014. Odporúčame účasť.

★ **VII. Celoslovenská konferencia sestier**

pracujúcich v dermatovenerológii, sa uskutoční v dňoch 28. a 29. novembra 2014 v kúpeľoch Smrdáky. Téma: Ošetrovateľská starostlivosť v dermatovenerológii, varia.

★ **XV. Smrdácke dni – odborná konferencia**

sa uskutoční v dňoch 12. a 13. decembra 2014 v Prírodných liečebných kúpeľoch Smrdáky. Témy: psoriáza, atopická dermatída, melanóm, balneoterapia, varia. Odporúčame účasť pani Cetkovskej, Rusinkovej a dvom členom VV SPaA SR.

Spoločnosť psoriatikov a atopikov Slovenskej republiky

OBČIANSKE ZDRUŽENIE S VYŠE DVADSAŤROČNOU TRADÍCIOU

Spoločnosť psoriatikov a atopikov SR - SPaA SR- je Občianske združenie chronicky chorých pacientov so psoriázou, atopickým ekzémom a ostatnými kožnými chorobami. Dobre pozná problémy, ktoré život s chronickými kožnými chorobami a alergiou pacientom prináša. Hoci je to dobrovoľná organizácia, vykonáva svoju prácu úplne profesionál-

ne, kvalitne a dlhodobo. Táto organizácia sa stará o mnohé a snaží sa byť prospešnou organizáciou svojim členom, aj ich rodinám. Svojich priaznivcov si veľmi váži a najväčším vyznamenaním pre ňu je, že sa k nej ľudia radi vracajú.

Spoločnosť psoriatikov a atopikov SR vznikla vo februári v roku 1990 v Prírodných liečebných kúpeľoch

Smrdáky. Od roku 1993, po rozdelení Česko-slovenskej republiky a od vzniku Slovenskej republiky, existuje SpaA SR samostatne. Krátko po svojom osamostatnení sa stala aj členom Slovenskej Humanitnej rady. Od roku 1993 doteraz dosiahla významný rozvoj nielen čo do počtu svojich členov, ale aj svojho vplyvu v regiónoch Slovenska. V súčasnosti má teda, okrem hlavného, bratislavského sídla, viacero regionálnych klubov. Aj v Bratislave má klub na Cígelskej u 2. Ďalšie kluby SpaA SR sú v Dolnom Kubíne - klub ORAVA, v Košiciach, v Považskej Bystrici, v Poprade, Martine, na Kysuciach v Čadci, Liptovskom Mikuláši, v Nových Zámkoch, Lučenci, Svidníku, v Šali, Humennom, aj Prešove.

Už 21. rok SpaA SR vydáva aj svoj **Bulletin HELIOS**, ktorý aktuálne informuje nielen o podujatiach SpaA a OZ Bodkáčik, ale aj o novinkách v liečbe kožných psoriatických a ďalších kožných ochorení, tren-

doch modernej biologickej liečby a prináša aj rady pacientom so psoriázou, atopickým ekzémom a informácie o budúcich podujatiach. V bulletine Helios čitateľ nájde aj príspevky odborníkov na kožné ochorenia, ako aj príbehy pacientov, ktorí sa úspešne liečia a ktorí sa snažia zlepšiť svoj zdravotný stav. Aktuálne informácie však možno nájsť aj na webovej stránke **www.derma.sk**.

Adresa sídla a kontakt:

SPaA SR - Spoločnosť psoriatickov a atopikov SR
Kuklovská 3
840 00 Bratislava

Adresa pre poštový styk:

SPaA SR - Spoločnosť psoriatickov a atopikov SR
Poštový priečinok 7, Pošta 4
840 00 Bratislava

PRED PSORIÁZOU NEZATVÁRAME DVERE

Ak je psoriáza súčasťou Vášho života, či už ste pacient, alebo príbuzní niekoho, koho psoriáza trápi, v centrách biologickej liečby sa počas Dňa otvorených dverí môžu všetci záujemci dozvedieť viac o ochorení, jeho liečbe, alebo sa priamo poradiť s lekárom.

Vyšetrenia a konzultácie sú bezplatné, nepotrebuje ani výmenný lístok od všeobecného lekára.

Poradte sa s odborníkmi o najnovších trendoch v modernej biologickej liečbe psoriázy.

Navštívte centrá biologickej liečby od 8.00 do 16.00 hodiny. Deň otvorených dverí sa uskutoční v nasledovných centrách biologickej liečby:

FNsP Bratislava, Nemocnica Staré Mesto

Dermatovenerologická klinika, Mickiewiczova 13
prof. MUDr. Mária Šimaljaková, PhD.

Univerzitná nemocnica Bratislava

Kožná klinika UNB a SZU, Ružinovská 6
MUDr. Mária Žilinková

Fakultná nemocnica Martin

Dermatovenerologická klinika, Kollárova 2
prof. MUDr. Juraj Péč, CSc.

FNsP F.D. Roosevelta Banská Bystrica

Dermatovenerologická klinika, Nám. L. Svobodu 1
MUDr. Slavomír Urbanček, PhD.

FN L. Pasteura Košice

Dermatovenerologická klinika, Trieda SNP 1
MUDr. Tomáš Kampe

FNsP J. A. Reimana Prešov

Oddelenie dermatovenerológie, J. Hollého 14
MUDr. Klára Martinásková, PhD.

Fakultná nemocnica Nitra

Dermatovenerologické oddelenie, Špitálska 6
MUDr. Katarína Zaujecová

ĎALŠIE INFORMÁCIE O OCHORENÍ:

www.sdvs.sk – Slovenská dermatovenerologická spoločnosť SLS

www.bodkacik.sk – OZ Bodkáčik pre pacientov s chorobami kože

Prílohu pripravila: PhDr. Margita Škrabáľková.