



FOTOS: DERMATOLOGISCHE KLINIK INSELSPITAL BERN

Psoriasis: Typische Hautveränderung mit silbrig-weissen Schuppen.

Wenn das Immunsystem die Haut stresst

Psoriasispatienten leiden nicht nur körperlich unter ihrer Hauterkrankung, sondern auch seelisch. Heilbar ist die Krankheit nicht, aber eine sorgfältig abgestimmte Therapie – unter anderem mit UV-Strahlen – verspricht Linderung.

von Ruth Jahn*

Psoriasis ist eine der häufigsten Hautkrankheiten. In der Schweiz leiden rund 15 000 Menschen an dieser chronischen Erkrankung, die auch Schuppenflechte genannt wird. Doch die wenigsten Leute wissen etwas darüber. Dies bestätigen auch die Erfahrungen der 32-jährigen Versicherungsangestellten Barbara Suter (Name von der Redaktion geändert), die seit ihrem sechsten Lebensjahr davon betroffen ist: «Meine Freunde und Bekannte sind über die Krankheit informiert. Und wenn ich neue Menschen kennenlerne, kläre ich sie über Psoriasis auf. Das ist mir wichtig, denn es gab auch schon Leute, die Angst vor einer Ansteckung hatten.»

Fehlgeleitete Immunabwehr

Doch Psoriasis ist weder ansteckend, noch handelt es sich um eine Infektionskrankheit, und sie hat auch nichts mit mangelnder Hygiene zu tun. Sie ist vielmehr die Folge einer fehlgeleiteten Immunabwehr, wobei Abwehrzellen und

Botenstoffe des Immunsystems Entzündungen in der Oberhaut hervorrufen.

Bei Psoriasispatienten teilen sich die Hautzellen siebenmal schneller als bei einem gesunden Menschen. Die Haut verhornt, und es entstehen die typischen Psoriasisplaques mit silbrig-weissen Schuppen auf geröteter Haut. Die meist scharf begrenzten, manchmal juckenden und leicht erhöhten Hautveränderungen treten in Schüben auf. Dabei wechseln sich Phasen mit wenig oder keinen Symptomen mit Phasen ab, in denen die Schuppenflechte akut ausbricht.

Auch die Gelenke können sich entzünden

Die Plaques können sich überall am Körper bilden, doch typisch sind sie an den Ellenbogen, den Knien, auf der Kopfhaut sowie in der Pofalte. Oftmals entstehen sie auch dort, wo Kleidungsstücke wie Gürtel, BH oder Hemdkragen drücken oder scheuern. Bei Patienten mit Berufen, in denen Zupacken gefragt ist, gera-



FOTOS: DERMATOLOGISCHE KLINIK INSELSPITAL, BERN

Sind die Hände befallen, ist der Leidendruck besonders gross.



Eine Kur am Toten Meer kann die Symptome lindern.

weil der Brustbeinfortsatz entzündet ist», erzählt die Patientin.

Genetische Veranlagung und Umwelteinflüsse

Die Ursache der Psoriasis ist bis heute nicht vollständig geklärt. Sicher ist, dass etwa 10 verschiedene Gene bei der Entstehung eine Rolle spielen und die Veranlagung zu Psoriasis vererbt ist: Ist ein Elternteil von Psoriasis betroffen, haben die Kinder ein 10- bis 30-prozentiges Risiko, selbst im Lauf ihres Lebens daran zu erkranken. Leiden beide Eltern daran, beträgt das Risiko für die Nachkommen mehr als 50 Prozent.

«Zusätzlich sind bei genetischer Veranlagung verschiedenste Umweltfaktoren – sogenannte Trigger – bekannt, die für den Erstausbruch respektive für einen erneuten Krankheitsschub verantwortlich sind», erklärt Nikhil Yawalkar, Professor für Dermatologie am Inselehospital Bern. Solche Trigger sind etwa Infektionskrankheiten wie Grippe oder Angina oder bestimmte Medikamente (z.B. Beta-blocker und Medikamente zur Malariaprophylaxe). Zudem können Situationen, in denen die Haut besonders strapaziert wird oder austrocknet, Psoriasis begünstigen. Weitere Auslöser sind Stress, übermässiger Alkoholkonsum, Übergewicht und Rauchen.

Auch fehlendes Sonnenlicht kann zu einem Aufflammen der Krankheit führen. Deshalb treten die Schübe bei Barbara Suter und vielen ihrer Leidensgenossen vorwiegend im Herbst und im Winter auf – auch weil die Luft dann trockener ist.

Eingeschränkte Lebensqualität

Rund 80 Prozent der Betroffenen haben eine leichte Form von Psoriasis. Bei ihnen sind die Schuppung, Rötung und Verdickung der Haut schwach ausgeprägt und nur relativ kleine Hautflächen betroffen. Etwa 20 Prozent der Patienten leiden jedoch an einer schwereren Form der Krankheit: «Dabei wird der Schweregrad auch danach beurteilt, welche Kör-

perstellen betroffen sind: Handelt es sich um Gesicht, Handflächen, Genitalien oder Fusssohlen, ist der Leidensdruck erhöht und die Lebensqualität am stärksten eingeschränkt», sagt der Dermatologe.

Hinzu kommt unter Umständen psychosoziales Leid: Studien gemäss leiden besonders junge Patienten insbesondere an der Frustration mit der Behandlung, sie sorgen sich, dass sich die Krankheit verschlimmert, haben Scham- und Verlegenheitsgefühle, fühlen sich unattraktiv, sind depressiv oder hegen gar Selbstmordgedanken.

Noch ist die Schuppenflechte nicht heilbar. Doch gibt es verschiedene Therapien, um die Symptome zu lindern. Dabei wirkt aber nicht jede Therapie bei jedem Patienten gleich gut, weiss Nikhi Yawalkar: «Welche Therapie am besten geeignet ist, muss der Patient zusammen mit einem Dermatologen herausfinden und auch individuell eine Strategie entwickeln, wie er weiteren Krankheitschüben am besten vorbeugt.» Erschwerend komme hinzu, dass manche Therapien wegen Nebenwirkungen nur zeitlich begrenzt eingesetzt werden können: «Für den Patienten bedeutet dies entweder Therapieunterbrüche oder einen Wechsel der Therapieart.»

Therapie mit Salben oder UV-Strahlen

Zur Grundpflege der Haut werden rückfettende Pflegeprodukte verwendet. Um die entzündlichen Herde in Schach zu halten, genügt bei leichten Fällen meist eine Lokalbehandlung mit Salben, die Kortison, Teer oder Vitamin D enthalten. Bei starker Schuppenflechte mit ausgedehntem Befall kann Licht ein wichtiger Bestandteil der Therapie sein: Auch Barbara Suter hatte die Krankheit – als sie noch auf die Haut begrenzt war – mit zwei bis drei Lichttherapien pro Woche gut im Griff. Ihre Therapie bestand aus einem Bad in einer Salzwasserlösung, anschliessend wurde sie einige Minuten mit UV-Strahlen behandelt. Die Strahlen dämpfen die durch das Immunsystem verursachten Überreaktionen in der

ten auch die Hände in Mitleidenschaft. Manchmal verformen und verdicken sich auch Fuss- und Fingernägel. Etwa 10 bis 20 Prozent der Betroffenen leiden zusätzlich an einer Psoriasisarthritis, bei der sich nicht nur die Haut, sondern auch die Gelenke entzünden.

Bei Barbara Suter machte sich die Krankheit zunächst mit wenig störenden, kleinen Flecken an den Ellenbogen bemerkbar. Später bildeten sich grössere Plaques am Oberkörper und auf der Kopfhaut. Seit ihrem 26. Lebensjahr leidet Barbara Suter auch an Psoriasisarthritis. Inzwischen sind verschiedene Gelenke im Bereich Becken und Brust sowie die Fuss- und Handgelenke befallen. «Besonders unangenehm ist, dass meine Hände jetzt zuweilen schmerzen und dass mir bei schlimmen Schüben das Atmen weh tut,

Haut und verlangsamen die Erneuerung der Hautzellen, sodass sich die Haut nicht mehr krankhaft verdickt.

Heute werden bei der Lichttherapie vor allem UV-B-Strahlen eingesetzt. «Diese sind zwar aggressiver als UV-A-Strahlen, aber es haben sich keine Hinweise finden lassen, dass die Behandlung das Risiko für Hautkrebs erhöht», erklärt der Dermatologe. Bei einer medizinischen Therapie müssen die Patienten auch keinen Sonnenbrand befürchten, weil die Strahlendosis sehr genau kontrolliert wird.

Systemische Medikamente bei Psoriasis-arthritis

Für Barbara Suter ist der Zeitaufwand für die Lichttherapie zu gross geworden, denn sie ist beruflich stark engagiert. Neben ihrer Arbeit bei der Versicherung macht sie eine Weiterbildung an einer Fachschule für Wirtschaft. Zudem hat sich ihr Therapiebedarf durch die Psoriasisarthritis verändert: Sie benötigt nun systemische Medikamente, die nicht nur äusserlich, sondern auf den ganzen Körper wirken und gespritzt oder als Tablet-

ten eingenommen werden. Zu diesen Medikamenten gehören zum Beispiel solche mit Vitamin-A-ähnlichen Inhaltsstoffen oder sogenannte Biologika (Biologics). Systemische Medikamente können auf zwei Wegen wirken: Sie hemmen die beschleunigte Teilung der Hautzellen, und/oder sie unterdrücken das Immunsystem – um so die überschüssige Immunreaktion und die Entzündung in der Haut einzudämmen.

Sich etwas Gutes gönnen

Barbara Suter lebt heute «mal besser, mal schlechter» mit ihrer Krankheit. Aber zum Glück belastet sie die Psoriasis zumindest seelisch nicht mehr so stark wie während der Pubertät. Sie hat Strategien gefunden, die ihr helfen, besser mit der Krankheit umzugehen. «Im Alltag versuche ich, auf meinen Körper zu hören und in Stresssituationen bald wieder genug Zeit für mich zu finden. Und dann gönne ich mir auch immer wieder etwas Gutes, zum Beispiel eine Massage.»

*Ruth Jahn ist freischaffende Wissenschaftsjournalistin. Sie lebt in Bern.

INFO

Beratung für Psoriasispatienten

Psoriasis-Sprechstunde
Dermatologische Poliklinik
Universitätsspital Zürich
Gloriastr. 31, 8091 Zürich
Tel. 044-255 25 33

Spezialsprechstunde Psoriasis
Universitätsklinik für Dermatologie
Inselspital Bern, Freiburgstrasse, 3010 Bern
Tel. 031-632 22 18

Interdisziplinäre Kurse für Psoriasispatienten am Inselspital Bern
Anmeldung: Tel. 031-632 22 73 oder per E-Mail: christine.cunier@insel.ch

Schweizerische Psoriasis und Vitiligo Gesellschaft (SPVG)
Gryphenhübelweg 38, Postfach 345
3000 Bern 6, Tel. 031-359 90 18
Internet: www.spvg.ch