



SONNEN NEWS – 27. OKTOBER 2014

Psoriasis: Mit dem Solarium Spannen und Jucken begegnen

Ein alter Hut, der trotzdem immer wieder für Unsicherheit bei Patienten und Sonnenstudioangestellten sorgt. Gerade Patienten stellen sich stets erneut die Frage, ob sich Sonne und Solarium positiv auf eine Psoriasis-Erkrankung auswirken können. Grund genug, zum Welt-Psoriasis-Tag am 30.10.2014 einen neuen Beitrag zu diesem Thema zu verfassen.



Die Erkrankung

Was in der Fachsprache unter dem Ausdruck Psoriasis bekannt ist, bezeichnen wir auch als Schuppenflechte. Schuppenflechten sind stark schuppene Hautbeläge silbrigen Schimmers, welche für den Leidenden Hautspannen und –schuppen bedeutet. Bei der Erkrankung tritt eine Immunreaktion gegen Zellen in der Oberhaut, den sogenannten Keratinozyten ein. Dadurch kommt es zu einer starken Vermehrung dieses Zelltyps, was zu einer Hautverdickung und zum Schuppen der Haut führt.

Auslöser für die Erkrankung ist eine überschießende Entzündungsreaktion, die sich einer genetischen Veranlagung verdankt. Die Entzündungen kommen dadurch zustande, dass die eigene DNA in der Zellsubstanz die Aktivierung eines Proteinkomplexes auslöst. Dieser Proteinkomplex lässt weitere Entzündungen entstehen.

Ein wenig Sonne - und der Körper heilt sich selbst

Aber was wäre der menschliche Körper, wenn er nicht auch einen Mechanismus entwickelt hätte, der dieser Entzündung entgegenwirken kann?

Der Mechanismus zur Abwehr der Entzündung wird ebenfalls von einem Protein gesteuert, dem Cathelicidin LL-37. Es verhindert den Entzündungsvorgang, wenn es sich an die DNA der Zellsubstanz bindet.

An dieser Stelle kommen Solarium und Sonne, also im Allgemeinen UV-Licht, ins Spiel.

Zur Steigerung der Produktion dieses Proteins trägt Vitamin D bei. Bereits bekannt ist, dass unser Körper unter Zuhilfenahme von UVB-Strahlung Vitamin D selbst herstellen kann. Deshalb haben Solarium und Sonne eine solch lindernde Wirkung für Psoriasis-Patienten.

Das erklärt auch den positiven Effekt, den Therapien mit Vitamin D bei Schuppenflechte haben.

Mit einem regelmäßigen Besuch im Solarium könnten sich also Psoriasis-Patienten selbst helfen!

Innerhalb nur weniger Wochen kann sich durch das UV-Licht die Schuppenflechte deutlich verbessern und weniger stark jucken.

Psoriasis-Patienten schlagen aber gerade zur Winterzeit mit dem Besuch eines Sonnenstudios zwei Fliegen mit einer Klappe. Einerseits erreichen Sie die Linderung ihres Leidens. Auf der anderen Seite profitieren sie von einem ausgeglichenen Vitamin D-Spiegel, mit welchem sich gerade in den trüben Monaten des Jahres ein Stimmungstief umschiffen lässt und auch Grippeviren keine Chance haben.

Von diesen Vorzügen sollten aber nicht nur Psoriasis-Patienten Gebrauch machen. Gerade im Winter ist ein ausgeglichener Vitamin D-Spiegel für Jedermann wichtig.

Der Bundesfachverband Besonnung e.V. in den sozialen Netzwerken. Folgen Sie uns und erhalten Sie die neusten Infos zu Sonne, Solarium und Vitamin D:

<https://www.facebook.com/BundesfachverbandBesonnungEV?ref=hl>

<https://plus.google.com/106482280718967784125/about>

<http://www.youtube.com/channel/UCNgI-ZbueD2xFQlw60XRfRA?feature=watch>