

Csoki karácsonykor is

A Magyar Édességyártók Szövetségének tájékoztatása szerint az elmúlt egy évben az átlagos éves édességfogyasztás 3,5 kg/fő volt. A legtöbbet a táblás és a szeletes csokoládéból fogyasztottuk (1,1 kg/fő kategóriánként). Az elmúlt évben családonként átlagban 1,5 kg ünnepi szezonális édességet vásároltunk, összességében mintegy 8 milliárd forint értékben. A mindössze 3–4 hetes ünnepi szezonban 726 tonna figurás édességet vásároltunk, azaz fejenként 1–2 csokoládéfigurát fogyasztottunk el. A szezonális édességek közül Mikulás-figurákból értékesítették a legtöbbet – 1,3 milliárd forint értékben, összesen 430 tonnát. Továbbra is kedveltek

a Mikulás-zsákok, amelyekből 641 millió forintos összegben 199 tonnát értékesítettek. Az adventi kalendáriumokra 220 millió forintot költöttünk. A hungarikumnak számító szaloncukorból továbbra is jelentős mértékben fogyasztottunk, hiszen közel 5000 tonnát értékesítettek belőle, melynek értéke kb. 5,5–6 milliárd forint volt (0,45 kg/fő).

Jó tudni: a minőségi csokoládé szigorú nemzetközi szabványok szerint készül, és legdrágább eleme a kakaóvaj. A

tejbevonóból készülő termékek olcsóbbak ugyan, ám ez annak köszönhető, hogy ezekben a kakaóvaját egyéb, olcsóbb növényi zsírokkal helyettesítik. (Természetesen ezek is megfelelnek minden ételmisszeripari követelménynek, csupán élvezeti értékük kisebb.)

„Minden esetben alaposan vegyük szemügyre a termékek címkéjét, így például különösen fontos a figurás édességek esetében a kakaómassza és kakaóvaj feltüntetése, míg a szaloncukrok esetében érdemes meggyőződni a kötelezően előírt 20 százalékos bevonati arány meglétéről” – nyilatkozta Sánta Sándor, az Édességyártók Szövetségének elnöke.

Együtt élni a pikkelysömörrel

A pikkelysömör vagy pszoriázis olyan krónikus bőrbetegség, amely nem gyógyítható, de kezelhető. Ám a betegek többnyire szégyellik a kiütéseiket, ezért gyakran izolálódnak. Egyes felmérések szerint a pszoriázis okozta életminőség-romlás mértéke meghaladja a súlyos szív- és érrendszeri betegéknél, illetve a cukorbetegéknél észlelt szintet. Dr. Torma Katalin bőrgyógyász segítségével összefoglaltuk, mit tudunk ma a pikkelysömörrel, amely télen többnyire rosszabbodik.



A pszoriázis szó görög eredetű, amely a *psora*, azaz *pikkely* szóból származik. Magyarországon – ahogyan Európában is – a népesség 1,5–2 százaléka, tehát mintegy 150–200 ezer ember érintett e betegségben.

Genetika + provokáció

A pikkelysömör olyan krónikus, visszatérő, gyulladásozó bőrbetegség, amely autoimmun eredetű, és mindenekelőtt genetikai hajlamon alapul. Ebben az esetben úgynevezett poligénes öröklésről van szó, azaz több apró génhiba együttes előfordulása szükséges a hajlam kialakulásához. A betegség családi halmozódást mutat, de nem lehet megjósolni, hogy kinél manifesztálódik a betegség, és kinél nem. A pszoriázis életünk során bármikor jelentkezhet, de leggyakrabban a fiatal felnőttkorban bukkan fel először.

A genetikai hajlamon kívül többnyire valamilyen külső tényező provokálja a kiütések megjelenését.

Kellemetlen kiütések

A betegség leggyakrabban halványvörös, éles szélű, fehér pikkelyekkel borított foltok képében jelentkezik, egyenként változó mértékben.

Hazánkban a betegek 10 százaléka tünetmentes, 57 százaléka enyhe, 25 százaléka közepes súlyos, míg 8 százaléka súlyos pszoriázisban szenved.

A kiütések leggyakrabban a végtagokon – azok feszítő felszínén –, a tenyereken, a talpakon, a hajlatokban és a hajas fejbőrön jelennek meg. A betegség esetenként a körmökön jelentkezik, gombásodásra emlékeztető tünetekkel. Mivel a bőrünk egyetlen, összefüggő szerv, előfordulhat, hogy egy eleinte kis kiütés több helyre, nagyobb bőrfelületekre is

Provokáló tényezők, sérülések

- horzsolás
- gyakori irritáció (például a térd és a könyök területén)
- műtéti heg
- tetoválás
- csípés
- akupunktúrás szúrás
- oltás
- égési sérülés
- bizonyos bakteriális fertőzések (például tüszős mandulagyulladás)
- gombás betegségek (hajlati fertőzések)
- bizonyos gyógyszerek



Neoplant gyógynövényes natúrkozmetikumok bőrproblémákra

www.neoplant.org

Az **arcszeszt** és a **krémet** sebes, gyulladt, pikkelyesen hámló bőr, míg a **hajszeszt** és **sampont** korpás haj és hajhullás esetén ajánljuk. Természetes növényi hatóanyagok révén ideális a gyulladás, az ekcéma és a pszoriázis kozmetikai kezelésére. A készítmények színezék- és illatanyagmentes natúrkozmetikumok. Rendelésre kaphatóak a patikákban és a bioboltokban.

Tel.: +36-20-442-3059



kiterjed. Szóródás esetén egyre nagyobb kiütéses területek keletkeznek, és akár az is előfordulhat, hogy az elváltozások összeérnek és hatalmas, térképszerű foltokká alakulnak.

A betegség az ízületekre is ráhúzódhat, és fájdalmas duzzanatokat okoz, elsősorban az ujjakban, ritkábban egyéb végtagi kisízületekben, a gerincoszlop alsó szakaszában, a boka és a térd ízületeiben.

Mitől alakulnak ki a kiütések? Hiba csúszik a bőrsejtek képződésének folyamatába. Normális esetben a keletkező bőrsejtek négy hét alatt jutnak el a felhám (a bőr külső felülete) hat rétege közül a legalsóból a legfelsőbe. Pikkelysömör esetében ez az idő 3–4 napra rövidül! A hámsejtek tehát túlbujáznak, vándorlásuk felgyorsul. Az adott helyen látványos, fehér színű, viaszszerű pikkelyképződéssel járó, nagymértékű elszarusodás következik be, amely alatt pirosas foltok formájában jelentkező gyulladás húzódik meg.

Kezelés

A bőrgyógyász többnyire már ránézésre is meg tudja állapítani, hogy pszoriázis okozza-e a tüneteket. Ritkábban szövettani mintavétel szükséges a gyanú beigazolásához.

A pikkelysömör terápiájában mai tudásunk szerint három út áll rendelkezésre: a helyi, a gyógyszeres és a fényterápia, illetve ezek kombinációi.

A helyi kezelés krémek, kenőcsök alkalmazását jelenti. A D-vitamin-származékot tartalmazó kenőcsök és a szteroidos krémek gátolják a fokozott

osztódást. Ezek könnyen használhatóak, színtelenek és szagtalanok, ám a szteroidok huzamosabb ideig tartó alkalmazása olyan mellékhatásokhoz vezethet, mint például a bőr elvékonyodása. Bevetünk még szalicilsavas, illetve egyéb puhító készítményeket is, amelyek eltávolítják a felrakódást.

A pikkelysömör kezelésében a fényterápia is jó eredményeket hozhat. A legjobban a keskeny sávú UVB- és az UVA-fény hat. A terápia hatékonysága tovább fokozható, ha a páciens a kezelés előtt fényérzékenyítő anyagot vesz be vagy fényérzékenyítő anyagot tartalmazó fürdővízben fekvéskor kapja a fénykezelést. Mint szakértőnk hangsúlyozza, a fénykezelést mindenképpen bízzuk szakemberre, aki személyre szabja a terápiát. A cél az, hogy ne fokozzuk feleslegesen az UV-terhelést.

A gyógyszeres kezelés tablettás terápiát jelent: metotrexát, fúmarsav, ciklosporin vagy retinoidok szedését.

Az elmúlt tíz év vívmánya a biológiai szerek bevezetése: ezek olyan, biológiai úton előállított, fehérjetermészetű molekulák, amelyek a betegség kialakulásában szerepet játszó, gyulladást okozó sejtek működését gátolják. Ezek a szerek injekciós formában adhatók be, sajnos ritkán komoly mellékhatásokkal is járhatnak, ráadásul drágák. Ezért csak súlyos betegeknek alkalmazhatóak, kizárólag pikkelysömör-centrumokban.

Gyógyítható?

Jelenlegi ismereteink szerint a pszoriázis nem gyógyítható, de kezelhető betegség. Akár tünetmentesség is elérhető, de soha nem jelenthetjük ki, hogy a betegség biztosan nem fog visszatérni. Fontos, hogy minél előbb forduljunk szakemberhez, aki meghatározza a személyre szabott terápiát. Megfelelő kezelés mellett pikkelysömörrel is normális élet élhető!

dr. Torma Katalin
bőrgyógyász

www.borvarazslo.hu

Budapest, XII. kerület,
Kiss J. altábornagy u. 48/B
Biatorbágy, Petőfi u. 39.

Bejelentkezés:
06-20/352-0872



A pszoriázisos, szeborreás és ekcémás bőrnek a test teljes felületén szüksége van:

- Természetes tápanyagokra - NAPONTA
- A felesleges hámrétegek eltávolítására - NAPONTA
- A bőr megnyugtatására - NAPONTA

A Psorioderm termékcsalád a természet erejével:

- táplálja és hidratálja az irritált, felrepedezett bőrt
- támogatja az elhalt bőr hámlasztását
- csillapíthatja a viszketést, nem tartalmaz szteroidot
- 10 féle növényi kivonat és esszenciális zsírsavak
- holt tengeri sók, ásványi anyagok és vitaminok
- mesterséges színezék- és illatanyagmentes

- Krém 50/100/200 ml
- Testápoló 250 ml
- Sampon 250 ml
- Tusfürdő 250 ml



INKÁBB ÁPOLJA BŐRÉT NAPONTA, MINT TETŐTŐL TALPIG ELTAKARJA!



Gyártja és forgalmazza: Pezomed Kft., 4400 Nyíregyháza, Dózsa György út 60.
Infononal: +36-42-402-008 • E-mail: psorioderm@pezomed.com
www.pesorioderm.com • www.eventuspharma.hu

Keresse a Psorioderm termékcsaládot gyógyszerárakban és az Eventuspharma webáruházban!

*Az elszámoló pénztárak köréről kérdezze gyógyszerészét!