Wenn die Haut schuppt

Die Schuppenflechte oder Psoriasis ist eine erblich bedingte, schuppende Hautkrankheit. Dabei treten rote, scharf begrenzte, silbrig schuppende Hautflecken am Knie, Ellbogen, aber auch an anderen Körperstellen auf.

In Europa haben etwa 2 - 3 % der Bevölkerung Schuppenflechte, wobei bei den Inuit, Indianern, Schwarzafrikanern und Aborigines diese Hautkrankheit so gut wie gar nicht vorkommt. In Japan und in China sind es etwa 0,025 und 0,3 % und bei den Kasachen 12 %.

Schuppenflechte sind meistens erblich. Einzelne Schübe können aber auch durch klimatische oder mechanische Reize, Störungen des Stoffwechsels, Medikamente, eine Umstellung im Hormonhaushalt und durch psychische Belastungen ausgelöst werden sowie durch Hautreize, Klimaeinflüsse, Infektionen von Haut, Schleimhaut oder Darm, veränderte zelluläre Immunfunktionen, Einnahme von Medikamenten, Alkoholkonsum, Verzehr bestimmter Lebensmittel, Schadstoffe, Veränderungen des Stoffwechsels, Einschränkungen antitoxischer Funktionen verschiedener Organe, hohe Produktion von Neuropeptiden sowie negative psychogene Faktoren wie Stress und Angst auftreten.

Wie erkennt man Schuppenflechte?
Es bilden sich auf der Haut Flecken mit starker Schuppenbildung. Diese Schuppen verursachen meistens keinen Juckreiz und verheilen wieder. Dabei sind vor allem Ellenbogen, Knie, Handteller, Füße, Kopf, Rücken und der Po betroffen.
Ein gesunder Mensch produziert etwa 1 g Schuppen am Tag, Psoriatiker 13 g. Die Oberhaut eines Menschen erneuert sich alle 26 bis 27 Tage. In dieser Zeit werden neue Hautzellen gebildet und die gealterten (verhornten) Hautzellen vom Körper fast unsichtbar abgestoßen. Bei der Psoriasis erfolgt die Verhornung an den befallenen Stellen schneller – die Hautschicht erneuert sich innerhalb von 3 bis 7 Tagen.

Die gealterten Hautzellen bilden bei diesem Krankheitsbild, aufgrund der beschleunigten Erneuerung, silbrig glänzende grob lamellöse Schuppen, die eine talgartige, silbrige Konsistenz haben, welche an Kerzenwachs erinnert. Diese Hautkrankheit ist nicht ansteckend; alle Vorurteile und Ängste der Mitmenschen (z. B. im Schwimmbad) sind ungerechtfertigt. Schuppenflechte sind im Normalfall für den Kranken störend und seelich belastend, aber nicht gefährlich. Ein sehr ausgedehnter Hautbefall ist aufgrund der starken Entzündung aber nicht zu unterschätzen, und das Risiko für Herz- und Gelenkschäden ist beim Psoriasiskranken höher.

Was kann man dagegen tun?
Da Schuppenflechtepatienten individuell veränderte Probiotika aufweisen, ist es notwendig, eine komplexe, integrative Therapie anzuwenden. Bei einer ganzheitlichen Behandlung steht das Ausschalten mikrobieller Herde, von Schadstoffen, das Aufbauen einer gesunden Darmflora, die Umstimmung des Abwehrsystems, das Senken krankheitsfördernder Stoffe im Blut und das Ersetzen wichtiger Vitamine und Spurenelemente im Vordergrund. Ebenso ist die richtige Ernährung wichtig. Diätetische Maßnahmen sind der Verzicht auf fettige Speisen, Zucker, Alkohol, Konserven und Mehlprodukte, die allergische oder allergieähnliche Reaktionen hervorrufen können. Entschlackungskuren und Fasten können die Schübe ebenfalls positiv beeinflussen. Da das Gluteneiweiß des Getreides schuld für eine Psoriasis sein kann, ist eine glutenfreie Kost für einige Wochen durchaus angebracht. Zudem kann eine vegetarische Ernährung positiven Einfluss auf Haut- und Gelenkbeschwerden nehmen.
Zur Linderung der Symptome bei Neurodermitis und Schuppenflechte hat sich das aus der Nachtkerze und dem Borretsch gewonnene fette Öl bewährt. Da bei Neurodermitispatienten ein Mangel an Gamma-Linolen-Säuren besteht, welche im oben genannten Öl in großen Mengen vorhanden sind, kann die Einnahme dieses Öls helfen. Um den Zustand der Haut zu verbessern, können Umschläge aus antimikrobiellen oder keratolytischen, wachstums- und entzündungshemmenden Kräutern gemacht werden. Die Behandlung der betroffenen Hautstellen mit Vitaminen und Feuchtigkeit ist ebenso empfehlenswert. Da Salben meist nur lokal die Beschwerden der Schuppenflechte wie etwa den Juckreiz beseitigen oder die Wundheilung fördern, aber nicht heilen, ist es sinnvoll, Psoriasis ganzheitlich zu behandeln.

Dr. József Tamasi, Internist und Komplementärmediziner