



PSORIASISLIITTO  
PSORIASISFÖRBUNDET

*Псориаз  
волосистой  
части головы*



# Псориаз волосистой части головы



## Что такое псориаз?

Псориаз – это хроническое воспалительное заболевание, при котором повреждаются кожа и суставы. У человека, страдающего псориазом, повышен риск развития других заболеваний, таких как болезни сердца и сосудов, диабет, воспалительные заболевания кишечника.

Восприимчивость к псориазу передается по наследству. Псориаз не заразен, его невозможно вылечить, но при хорошем уходе симптомы можно регулировать.

В этой брошюре представлена краткая информация о том, что такое псориаз волосистой части головы, об уходе за собой при данном заболевании, а также даны советы, например, по походу в парикмахерскую.

---

## Различные симптомы

Псориаз обычно проявляется в виде четко очерченных, красных и утолщенных пятен, которые шелушатся и зудят. Пятна различаются по размеру и могут присутствовать в некоторых местах или по всему телу. Шелушение происходит из-за более быстрого, чем обычно, деления клеток кожи, а покраснение является признаком воспаления. Псориаз также может воздействовать на суставы и вызывать изменения формы ногтей.

Псориаз может проявляться в любом месте, но чаще всего это локти, колени и кожа головы. У 60-70% больных псориазом симптомы проявляют на голове.

Псориаз может появляться на коже головы в виде мелких шелушений, покраснения кожи или толстых струпьев. Это могут быть единичные пятна или большие поврежденные участки. Может присутствовать чувство стягивания кожи головы, она может сильно шелушиться. В одних случаях шелушение и зуд вызывают сильный дискомфорт, а в других – являются мелкой неприятностью. На рост или густоту волос псориаз обычно не влияет.

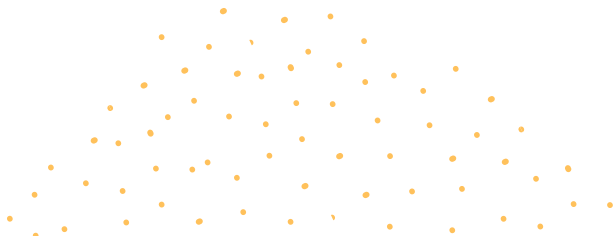
**60 - 70% больных псориазом страдают псориазом волосистой части головы.**

Псориаз на голове обычно проявляется вдоль линии роста волос, но бывает так, что признаки присутствуют на всей поверхности головы. Одним из симптомов может быть раздражение за ушами, напоминающее обратный псориаз: кожа красная, с трещинами и воспаленная, но без значительного шелушения. Шелушение в ушном канале и быстрое образование серы также могут быть признаками псориаза головы.

Чаще псориаз на голове дает о себе знать зимой, когда на улице голова в шапке, воздух холодный и сухой, недостаточно солнечного света.

Лечение псориаза на голове требует терпения. Зачастую оно занимает много времени, и симптомы могут возвращаться даже при тщательном уходе.

Если лечение слишком сложное или неэффективное, стоит обратиться к дерматологу. Кроме местного лечения есть препараты для лечения изнутри.



# Как правильно лечить

---

Псориаз на голове лечится также, как и любой псориаз: отшелушивание кожи с помощью смягчающих кремов, увлажнение кожи и лекарственные препараты.

## Отшелушивание – подготовка к лечению

Лечение псориаза головы начинается с отшелушивания кожи с помощью смягчающих кремов. Таким образом, основное действующее лекарственное вещество: жидкость, гель или крем воздействует на проблемные места.

Препарат салициловой кислоты используется для смягчения и отшелушивания кожи головы, которая наносится массажными движениями на чешуйчатые участки кожи головы. Отшелушивающий и смягчающий крем наносится на кожу головы на несколько часов или на ночь. Лечение может повторяться по мере необходимости, например, в течение двух или трех дней подряд.

Если шелушение кожи головы не сильное, можно использовать водорастворимую эмульсию, которая легко смывается с волос.

После отшелушивания волосы нужно хорошо вымыть, не царапая при этом кожу головы. Жирные вещества лучше всего смываются, если сначала нанести шампунь на сухие волосы, и только потом волосы намочить. После чего помыть волосы с шампунем еще раз.

Отделившуюся перхоть нужно осторожно вычесать, не повреждая кожу головы. Не нужно отрывать чешуйки. При необходимости нужно повторить процедуру размягчения кожи.

**Лечение псориаза: отшелушивание кожи с помощью смягчающих кремов, увлажнение кожи и лекарственные препараты.**





### **Лекарственные препараты**

После удаления перхоти кожу головы нужно лечить в соответствии с указаниями врача. Ваш врач может назначить эмульсию или гель, содержащий кортизон. Для лечения псориаза кожи головы обычно используются умеренной или сильной степени кортикостероиды или комбинация кортикостероида и производного витамина D. Лекарства обычно используются один раз в день, от 1 до 4 недель, в зависимости от ситуации и лекарства. Если псориаз головы очень тяжелый, желательно обратиться к дерматологу. В качестве лечения могут быть назначены пероральные препараты.

### **Увлажнение базовыми кремами**

Увлажнение кожи головы смягчает сухость и зуд, уменьшает шелушение. Сухости кожи можно избежать с помощью легкого базового крема или эмульсии на водной основе, которые втирают в кожу головы перед мытьем. Крем можно оставить на голове пока вы моетесь или находитесь в сауне для лучшего воздействия.

Использование эмульсионных, легких базовых кремов вместо шампуня также помогает уменьшить сухость кожи головы.



# Почод в парикмахерскую

Псориаз не является препятствием для окрашивания волос и других парикмахерских процедур. Некоторые красители могут отшелушивать кожу головы, тем самым ухаживая за ней. Тем не менее, если кожа головы повреждена или воспалена, ей нужно дать время на восстановление, прежде чем делать процедуры. В этом случае рекомендуется мыть волосы ежедневно.

## Какая продукция лучше?

Многим людям с псориазом на коже головы лучше всего подходят мягкие средства без запаха. Кроме того, в аптеке и в парикмахерских продаются специальные шампуни для ухода за кожей с псориазом.

От типа волос зависит, как часто нужно мыть голову. Если вы занимаетесь спортом, после тренировки волосы нужно, как минимум, сполоснуть. Таким образом вы избежите зуда и раздражения кожи.

Поскольку псориаз очень легко возвращается, и лечение может потребовать времени, было бы хорошо найти свой ритм жизни, в который включены процедуры по уходу за кожей головы. Пробуя различную продукцию, вы сможете подобрать наиболее подходящие для себя средства и способы ухода. Попросить совета можно у вашего врача, парикмахера или в Союзе Псориаза.

**Псориаз не является препятствием для окрашивания волос и других парикмахерских процедур.**



## Что должен знать о псориазе профессиональный парикмахер?

ПАРИКМАХЕР МААРИТ КАУППИНЕН, КОККОЛА:

«Я работаю в этой сфере почти 40 лет, также являюсь членом правления организации парикмахеров-предпринимателей. Я сразу распознаю псориаз и всегда говорю об этом своим клиентам. Обычно они тоже замечают перхоть или зуд, но не знают, почему это происходит. Однако, варианты ухода за кожей головы в парикмахерской ограничены, поэтому я рекомендую своим клиентам обратиться к дерматологу.

Минимум, что должен знать каждый парикмахер – псориаз не заразен. Я бы сказала своим клиентам, что у них, как и у всех других людей, есть право получать услуги парикмахера. Псориаз не является препятствием для использования химических средств, если кожа головы не повреждена. Все окрашивания обычно проходят без проблем, но всегда нужно проверять кожу головы.»

*Дополнительная  
информация  
об услугах и  
деятельности  
Союза Псориаза:*

**Psoriasisliitto ry**  
**Fredrikinkatu 27 A 3**  
**00120 Helsinki**  
тел. 040 9052 543  
liittotoimisto@psori.fi  
psori.fi

**Псори-линия**  
Бесплатная телефонная  
консультационная служба поможет  
разобраться с вопросами о псориазе.  
тел. 0800 557 767, psorilinja@psori.fi

**Союз Псориаза** – это организация специалистов, работающая для поддержания пациентов и национального здоровья, которая предлагает информацию, поддержку и рекомендации по лечению заболевания. Кроме того, Союз продвигает и следит за соблюдением прав людей с псориазом.



Издатель: Союз поддержки людей с псориазом  
(Psoriasisliitto ry)  
Фотографии: Адоб Сток (Adobe Stock)  
Печать: Дизайнерский офис Путь (Muotoilutoimisto Polku)  
Специалист: Почетный профессор дерматологии и  
венерологии, главный врач Эрна Снеллман  
Дополнительная информация на сайте: psori.fi

Брошюра переведена на русский язык организацией  
Русскоязычные Финляндия в рамках проекта  
"К здоровью - вместе" в сотрудничестве с Союзом  
Псориаза Финляндии  
Перевод: Елена Маркова  
Перевод на русский язык проверен: Ольга Бугаева,  
терапевт  
Руководитель проекта: Ольга Лиукконен  
Верстка текста на русском языке сделана на основе  
брошюры Союза Псориаза: Светлана Койвунен