



Sálfræðingarnir  
Öryggi Traust Vellíðan

# PSORIASIS Á ERFIÐUM DEGI

TEKIST Á VIÐ SÁLRAENAR AFLEIÐINGAR SJÚKDÓMSINS

DR. SIGRÍÐUR BJÖRK ÞORMAR

[www.salfraedingarnir.is](http://www.salfraedingarnir.is)

# PSORIASIS



Sálfræðingarnir  
Öryggi Traust Velliðan

- 2% af heimsbyggð - um 40% veikjast fyrir 30 ára aldur
- Ekki bara líkamlegur sjúkdómur
- Sýnilegur (ólíkur sykursýki og bakverkjum t.d.)
- Krónískur – víkur aldrei frá þér

[www.salfraedingarnir.is](http://www.salfraedingarnir.is)

# ÁSKORANIR



Sálfræðingarnir  
Öryggi Traust Velliðan

- Áhrif á almenna andlega heilsu (98%) – aðeins 14% sóttu sér aðstoð
- Ótti við stimplun
- Skömm (89%)
- Kvíði (58%)
- Sjálfsmyndarhnekkir (93%)
- Kláði

Blackstone, B., Patel, R., & Bewley, A. (2022). Assessing and Improving Psychological Well-Being in Psoriasis: Considerations for the Clinician. *Psoriasis (Auckland, N.Z.)*, 12, 25–33.

Jowett S, Ryan T. Skin disease and handicap: an analysis of the impact of skin conditions. *Soc. Sci. Med.* 1985; **20**: 425–9.

[www.salfrædingarnir.is](http://www.salfrædingarnir.is)



Sálfræðingarnir  
Öryggi Traust Velliðan

## ÁSKORANIR FRH.

- Eigið innlegg (sjálfsónæmi)
- Kynlíf (40%)
- Íþróttir og virkni (50%)
- Félagsleg einangrun og vonleysi

Gupta MA, Gupta AK. Psoriasis and sex: a study of moderately to severely affected patients. *Int. J. Dermatol.* 1997; **36**: 259–62.

Rapp SR, Feldman SR, Exum L, Fleischer AB, Reboussin DM. Psoriasis causes as much disability as other major medical diseases. *J. Am. Acad. Dermatol.* 1999; **41**: 401–7.

Bewley A, Burrage DM, Ersser SJ, Hansen M, Ward C. Identifying individual psychosocial and adherence support needs in patients with psoriasis: a multinational two-stage qualitative and quantitative study. *J Eur Acad Dermatol Venereol.* 2013;28(6):763–770.

[www.salfraedingarnir.is](http://www.salfraedingarnir.is)

# HELSTU KVEIKJUR Á VERSNUN



Sálfræðingarnir  
Öryggi Traust Vellíðan

- Kalt og þurrt veður
- Streita
- Sum lyf s.s. hjartalyf (beta blokkerar), malaríu lyf, lithium.
- Sýkingar
- Áverkar á húð
- Áfengi og reykingar

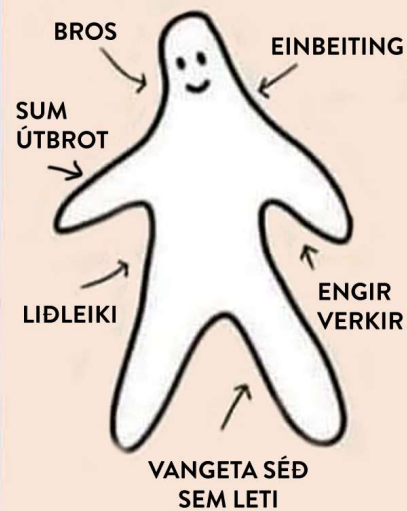
[www.salfraedingarnir.is](http://www.salfraedingarnir.is)

# PSORIASIS



Sálfræðingarnir  
Öryggi Traust Velliðan

Það sem þú sérð



Það sem ég finn



# SÁL RÆN ÁHRIF PSORIASIS



Sálfræðingarnir  
Öryggi Traust Vellíðan

- Sektarkennd, skömm, feimni og vanmáttur
- Lágt sjálfsmat og sjálfsvirði sem leitt getur til einangrunar
- Vandamál tengd kynlífi og nánd vegna vanlíðunar með líkama sinn eða sársauka á svæðum

Russo, P.A., Ilchef, R. and Cooper, A.J. (2004), Psychiatric morbidity in psoriasis: A review. *Australasian Journal of Dermatology*, 45: 155-161.

[Dermnetz.org](http://Dermnetz.org)

[www.salfraedingarnir.is](http://www.salfraedingarnir.is)

# SÁLFRÆN ÁHRIF PSORIASIS



Sálfræðingarnir  
Öryggi Traust Vellíðan

- Sjálfsvígshugmyndir hjá 10% sjúklinga - rannsókn sýndi 44% hærra algengi samanborið við almennt þýði.
- Minnkuð atvinnutækifæri vegna fordóma eða eigin hugmynda um vangetu.

Olivier C, Robert PD, Daihung D, et al. The risk of depression, anxiety, and suicidality in patients with psoriasis: a population-based cohort study. *Arch Dermatol.* 2010;146(8).

Chi -C-C, Chen T-H, Wang S-H, Tung T-H. Risk of suicidality in people with psoriasis: a systematic review and meta-analysis of cohort studies. *Am J Clin Dermatol.* 2017;18(5):621–627.

[www.salfrædingarnir.is](http://www.salfrædingarnir.is)



# SÁL RÆN ÁHRIF PSORIASIS



Sálfræðingarnir  
Öryggi Traust Vellíðan

- Áhrif á athafnir daglegs lífs svo sem að klæða sig, baða eða sofa.
- Neikvæðar afleiðingar á fjölskyldutengsl s.s. peningavandræði, umönnunarþreyta og minnkuð félagsleg samvera .
- Streita – sem síðan getur æst upp einkennin í 43 – 68% sjúklinga.
- Depurð vegna minni lífsgæða í allt að 62% sjúklinga og karlmenn yngri en 40 ára þyngsti hópurinn ( $p < .002$ ).

Blackstone, B., Patel, R., & Bewley, A. (2022). Assessing and Improving Psychological Well-Being in Psoriasis: Considerations for the Clinician. *Psoriasis (Auckland, N.Z.)*, 12, 25–33.

Esposito, M., Saraceno, R., Giunta, A., Maccarone, M., & Chimenti, S. (2006). An Italian study on psoriasis and depression. *Dermatology (Basel, Switzerland)*, 212(2), 123–127.

[www.salfrædingarnir.is](http://www.salfrædingarnir.is)

# BIRTINGARMYND SLÆMRAR LÍÐANAR



Sálfræðingarnir  
Öryggi Traust Vellíðan

- Mikil þreyta / síþreyta
- Minnkaður áhugi á samveru, athöfnum eða áhugamálum
- Breyting á matarlyst
- Erfiðleikar við svefn
- Neikvæð bjargráð s.s. að nota áfengi eða lyf, eða annars konar áhættuhegðun

Brenaut E, Horreau C, Pouplard C, et al. Alcohol consumption and psoriasis: a systematic literature review. *J Eur Acad Dermatol Venereol.* 2013;27:30–35.

[www.salfrædingarnir.is](http://www.salfrædingarnir.is)

# HVAÐ ER TIL RÁÐA?



Sálfræðingarnir  
Öryggi Traust Vellíðan

- Psoriasis er flókinn sjúkdómur með margskonar sálfræðilegar og líkamlegar kveikjur s.s. streitu sem gjarnan er ómeðhöndluð.
- Bera kennsl á líðanina
- Meðhöndla útbrot, sýkingar, bólgur
- Sálfræðileg meðferð s.s. hugræn atferlismeðferð, samkenndarmiðuð nálgun, hvetjandi samtál
- Hugleiðsla og núvitund

[www.salfraedingarnir.is](http://www.salfraedingarnir.is)

# HVAÐ ER TIL RÁÐA?



Sálfræðingarnir  
Öryggi Traust Vellíðan

- Lyf við andlegri líðan.
- Mikilvægt að til staðar sé heildræn nálgun á bæði sálfræðilega og líkamlega þætti til að hvetja til meðferðarhaldni, auka meðferðarárangur og auka almenn lífsgæði.

[www.salfraedingarnir.is](http://www.salfraedingarnir.is)

TAKK FYRIR

[sirry@salfraedingarnir.is](mailto:sirry@salfraedingarnir.is)



Sálfræðingarnir  
Öryggi Traust Velliðan

[www.salfraedingarnir.is](http://www.salfraedingarnir.is)