

Neurodermatitis i psorijaza: Ljekovite kupke i čajevi

Kupke, kreme i čajevi od ljekovitog bilja uspješno drže pod kontrolom probleme s kožom koje uzrokuju neurodermatitis i psorijaza

Psorijaza je bolest kože za koju su karakteristična veća ili manja područja crvenila lokaliziranih na vlasištu, iza ušiju, na pregibima ruku i nogu. Može biti zahvaćeno vrlo malo područja na koži, ali i cijelo tijelo. Crvene lagano uzdignute zone pokrivena su srebrnkasto-bijelim ljuskicama koje se mogu sastrugati, a ako se grebe i dalje, nastaje točkasto krvarenje tzv. Auspitzov fenomen.

Promjene na koži mogu se sezonski poboljšavati - češće ljeti, ali i pogoršavati tijekom zime, kod svakog jačeg stresa ili nervoze, kod uzimanja nekih namirnica, naročito alkohola i agruma. Stoga u prehrani treba izbjegavati alkohol, agrume (limun, naranču, grejp, ananas i njihove sokove i prerađevine), te masnu i jaku hranu.

Uz promjene na koži psorijaza može zahvatiti i nokte na kojima nastaju točkaste rupičaste promjene (kao kod naprstka za šivanje iglom) te zglobove - psorijatični artritis. Bolest nije zarazna, ali je za pacijente veći problem estetski izgled kože. Stoga popratna depresija i anksioznost, te nelagoda i sram kod školske djece predstavljaju dodatni problem koji uzimam u obzir kod pripreme terapije.

Fitoterapija - krema i kupka

Za vanjsku uporabu, uvijek za svoje pacijente pripremam kremu na bazi ljekovitog bilja (uvijek svježja krema pripremljena za dotičnog pacijenta i njegovu vrstu psorijaze) te kupku od hrastove kore, sljeza, zdravca, trine od sijena ili neku drugu kombinaciju, ovisno o tegobama i kliničkoj slici.

Kupka se provodi 2-3 puta tjedno po 20-30 minuta. Koža se omekšava i čisti, odstranjuje se orožnjeli i zadebljani sloj srebrnkastih ljuskica, a ljekovite bilje će dodatno smiriti i upalu.

Nakon kupke kožu treba namazati mješavinom ulja „P“ ili kremom „P“. Neki pacijenti trebaju masniju, a neki zbog blažih promjena više hidratantniju kremu.

Neurodermitis - sličnu terapiju dajem i pacijentima koji imaju problema s neurodermitisom. Kao i psorijaza i neurodermitis je bolest nepoznatog uzroka s crvenilom i rožnatim ljuskicama na koži uz prisutan svrbež te krastice i moguće gnojne mjehuriće zbog sekundarne infekcije uzrokovane čestim češanjem zbog jakog svrbeža, naročito tijekom noći.

Promjene su vidljive kod male djece od dva mjeseca na dalje, a terapija čajem, biljnom kupelji i kremom davala je uvijek odlične rezultate. Biljne kapi koje idu u terapiji uz čaj piju djeca tek od jedne godine života na dalje. Male bebe samo čaj u količini 1-3 dl, tj. koliko mogu popiti kroz dan i tijekom noćnog buđenja.

Čaj „P“

Čajem protiv psorijaze i neurodermitisa pročišćavamo organizam, pojačavamo cirkulaciju i prehranu kože. Pojačanim radom bubrega iz organizma se izlučuje višak toksina tj. otrovnih i štetnih tvari koje su se nakupile u stanicama kože. Preostale sastavnice čaja su ljekovite biljke koje djeluju protiv stresa i nervoze jer je jaki stres

često okidač i dovodi do pogoršanja simptoma psorijaze. U čaju su: kopriva, korijen maslačka, preslica, neven, matičnjak, kamilica, bazga, list kupine.

Ovo je jedna od osnovnih receptura i naravno mijenja se po potrebi, individualno za svakog pacijenta ovisno o psorijatičnim promjenama (i promjenama kod neurodermitisa) te ovisno o dobi pacijenta.

Dnevno treba piti litru čaja (bebe 1-3 dl čaja) s biljnim kapima -tinkturom od matičnjaka, imele, valerijane i sl. Dnevna doza tinkture je 1 čajna žličica koja se popije s čajem ili s vodom.

Još jedan važan savjet: Koristite svaki lijep i sunčan dan za šetnju u prirodi na svježem zraku, za kupanje u moru, sunčanje (ali samo u vremenu od 9 -11 sati i iza 18 sati), nosite odjeću od prirodnih i prozračnih materijala, izbjagavajte prašinu i dodir s kemikalijama.

Dr. med. Ksenija Krajina Pokupec

Botana, specijalizirana trgovina čajeve i biljnih proizvoda

Fitoterapija - savjetovalište - dijetalna prehrana

Konjička 3, Zagreb

Tel: 01/3839-096

Mob: 098/9288-728