



Evitar los traumatismos (incluyendo el rascado para que no se produzca el fenómeno de Koebner).

Escoger el excipiente de los tratamientos tópicos según la localización de las lesiones.



Productos de ozono como el aceite y la hidratante ozoaqua. El aceite para brotes y tratamiento de las placas y signos agudos, y la crema hidratante como mantenimiento. Para la psoriasis del cuero cabelludo recomendamos el aceite y champú de ozono ozoaqua.

Evitar la ingesta de determinados medicamentos como el litio, los betabloqueantes, los antipalúdicos, los AINE y la supresión del tratamiento con corticoides sistémicos.



Psoriasis

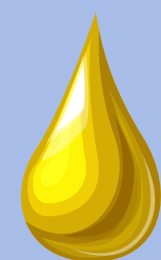


C.M.U.C.

Centros Multidisciplinares de Úlceras Crónicas

Recomendaciones Generales

Aplicación diaria de hidratantes para mejorar la elasticidad de las placas, tomar el sol sin quemarse y proporcionar apoyo psicológico, si es necesario.



La hidratación es importante en el cuidado de las lesiones de psoriasis. Cualquier crema, loción o linimento puede producir alivio a la sequedad y picazón de la piel. A veces la gente prefiere hidratantes que no posean perfumes. Aún el aceite de cocina puede servir para mantener la piel lubricada.

El sol natural ayuda mucho para que se vayan las lesiones.



Tomar sol regularmente es una forma muy usual para tratar la psoriasis. También nadar en agua salada, por ejemplo, en el mar, puede ser de mucha ayuda.

Baños con sales del Mar Muerto, Sales Epson, algunos productos derivados de avena o aceites que se puedan poner durante el baño de inmersión, todos ayudan a remover las escamas y calmar la picazón.

