



Einige der besten Hausmittel für Psoriasis

Was ist Psoriasis? Psoriasis ist eine chronische Hauterkrankung, bei der eine immunvermittelte Hautentzündung auftritt. Die Krankheit zeigt sich in Form von vereinzelt, roten, schuppigen Flecken auf der Haut.

Die Krankheit kann fortschreitend zu einer erheblichen psychischen Beeinträchtigung führen und auch das Leben des Patienten erheblich beeinträchtigen. Es ist bekannt, dass Psoriasis weiterhin mit Herz-Kreislauf-Erkrankungen,

Depressionen und Psoriasis-Arthritis in Verbindung gebracht wird. Ursache der Psoriasis Die Ursache der

Psoriasis ist nicht sehr gut bekannt, aber mehrere Risikofaktoren erhöhen die Anfälligkeit der Personen für den Erwerb von Psoriasis. Dazu gehören

Familienanamnese und Umweltfaktoren wie Rauchen, Stress, Fettleibigkeit und Alkoholkonsum. Aktuelle Forschungen haben …



Was ist Psoriasis?

Psoriasis ist eine chronische Hauterkrankung, bei der eine immunvermittelte Hautentzündung auftritt. Die Krankheit zeigt sich in Form von vereinzelten, roten, schuppigen Flecken auf der Haut. Die Krankheit kann fortschreitend zu einer erheblichen psychischen Beeinträchtigung führen und auch das Leben des Patienten erheblich beeinträchtigen. Es ist bekannt, dass Psoriasis weiterhin mit Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Depressionen und Psoriasis-Arthritis in Verbindung gebracht wird.

Ursache der Psoriasis

Die Ursache der Psoriasis ist nicht sehr gut bekannt, aber mehrere Risikofaktoren erhöhen die Anfälligkeit der Personen für den Erwerb von Psoriasis. Dazu gehören Familienanamnese und Umweltfaktoren wie Rauchen, Stress, Fettleibigkeit und Alkoholkonsum.

Aktuelle Forschungen haben ergeben, dass bei Personen mit Psoriasis die T-Zellen des Immunsystems ausgelöst und überaktiv werden. Sie wirken gegen die körpereigenen Zellen und lösen die Bildung von Entzündungschemikalien aus, die das schnelle Wachstum von Hautzellen verursachen. Dieses schnelle Wachstum und der Aufbau von Hautzellen ist der Grund für das Auftreten von Psoriasis-Plaques.

Hausmittel gegen Psoriasis

Herkömmliche Behandlungen von Psoriasis sind oft mit Nebenwirkungen sowie begrenzter Wirksamkeit verbunden. Daher suchen die Patienten immer nach pflanzlichen Heilmitteln für Psoriasis.

Aloe Vera

Forschungsergebnisse deuten darauf hin, dass Aloe Vera Gel bei der Linderung von Rötungen und Schuppenbildung der Haut hilfreich ist, die durch Psoriasis verursacht werden können. Ein natürliches Hausmittel gegen Schuppenflechte besteht darin, das Aloe Vera Gel etwa 3 mal täglich auf die betroffene Haut aufzutragen. Achten Sie beim Kauf eines vermarkteten Produkts zur Behandlung von Psoriasis immer auf Cremes mit 0,5 % Aloe.

Aloe-Extrakt wird aus den Blättern der Aloe-Vera-Pflanze gewonnen und als wesentlicher Inhaltsstoff in Cremes und Salben verwendet, um Rötungen, schuppige Hautstellen, Juckreiz und Entzündungen zu reduzieren. Forschungsstudien haben ergeben, dass Aloe Vera Chemikalien wie Anthrachinon und Acemannan enthält, die antibakteriell wirken und zur Entfernung trockener oder schuppiger Stellen von Psoriasis verwendet werden können. Eine weitere Komponente, Salicylsäure, ist ein keratolytisches Mittel, das bei der Abschuppung von Psoriasis-Plaques wirksam ist.

Es wurde berichtet, dass die Anwendung von Aloe Vera bei der Hautbehandlung von den Patienten gut vertragen wird.

Apfelessig

Apfelessig (ACV) ist ein wunderbares Mittel zur Behandlung von Kopfhaut-Psoriasis. Es wurde in der alten Medizin als wirksames Desinfektionsmittel weit verbreitet. Wenn es zur Behandlung von Psoriasis verwendet wird, kann es den Juckreiz der trockenen Kopfhaut lindern. Eine Flasche Apfelessig ist leicht in Lebensmittelgeschäften erhältlich und kann mehrmals in der Woche auf die Kopfhaut aufgetragen werden.

Es wurde vorgeschlagen, es im Verhältnis 1:1 mit Wasser zu verdünnen, um ein Brennen auf der trockenen Kopfhaut zu vermeiden. Es findet Verwendung in Hausmitteln gegen Psoriasis, wo vorgeschlagen wird, Apfelessig auf die Kopfhaut aufzutragen und nach dem Trocknen mit Wasser abzuspuhlen.

Capsaicin

Chilischoten gelten auch als eines der wirksamsten und hilfreichsten pflanzlichen Heilmittel für Psoriasis. Der in Chilischoten enthaltene chemische Wirkstoff ist Capsaicin. Es wirkt, indem es die Nervenenden hemmt, was bei Patienten mit Psoriasis Schmerzen verursachen kann. Capsaicin ist der Wirkstoff von Chilischoten, der einen integralen Bestandteil zahlreicher Cremes und Salben bildet, die als rezeptfreies Produkt erhältlich sind. Es wird bei der Behandlung von Psoriasis verwendet, um Schmerzen, Entzündungen, Rötungen und Schuppungen im Zusammenhang mit Psoriasis zu reduzieren.

Teebaumöl

Teebaumöl stammt von einem australischen Baum und besitzt antiseptische Eigenschaften und kann zur Behandlung direkt auf die trockene Kopfhaut aufgetragen werden. Menschen verwenden Teebaumöl-Shampoo, um die Symptome der Kopfhaut-Psoriasis zu lindern. Teebaumöl kann zur topischen Anwendung bei der Psoriasis-Behandlung zur Linderung trockener oder schuppiger Stellen verwendet werden.

Kurkuma

Kurkuma ist mit starken entzündungshemmenden und antioxidativen Eigenschaften ausgestattet. Es wird behauptet, eines der besten pflanzlichen Heilmittel für Psoriasis zu sein. Kurkuma hat einen aktiven chemischen Inhaltsstoff namens Curcumin, von dem untersucht wurde, dass er maßgeblich an der Veränderung der Genexpression beteiligt ist. Forschungsstudien haben behauptet, dass Kurkuma die Zytokinexpression des Tumornekrosefaktors (TNF) verändern kann. Kurkuma ist auch wirksam bei der Behandlung von Psoriasis-Arthritis und bei der Verringerung der Symptome von Psoriasis.

Kurkuma sollte großzügig zu Lebensmitteln wie Currys hinzugefügt werden. Kurkuma ist auch als rezeptfreies Produkt in Form von konzentrierten Pillen oder Nahrungsergänzungsmitteln erhältlich. Gemäß der FDA können 1,5 bis 3,0 g Kurkuma sicher als Tagesdosis eingenommen werden.

Oregon-Traube

Oregon-Traube oder Mahonia aquifolium ist ein pflanzliches Heilmittel für Psoriasis, das starke antimikrobielle Eigenschaften besitzt. Es spielt eine wichtige Rolle bei der Auslösung einer Immunantwort. Forschungsstudien haben bewiesen, dass eine Creme mit 10 % Mahonia auf die Haut aufgetragen wird und sich als wirksame Behandlung für leichte bis mittelschwere Formen der Psoriasis erweisen kann. Es wurde vorgeschlagen, dass Mahonia, wenn es als Hausmittel gegen Psoriasis verwendet wird, nur zur topischen Anwendung verwendet werden sollte. Der Rindenextrakt wird als Hausmittel bei Psoriasis eingesetzt.

Fischöl

Fischölergänzungen sind reich an Omega-3-Fettsäuren und sind hilfreich bei der Behandlung von Psoriasis. Es reduziert Entzündungen der Haut. Die empfohlene Tagesdosis an Fischölzusatz beträgt 3 Gramm oder weniger.

Selbsthilfe und Änderungen des Lebensstils

Diese Maßnahmen sind wichtig, um den Zustand und das Aussehen der Haut zu verbessern, wie z. B. trockene Kopfhaut, trockene Stellen, Juckreiz und schuppige Stellen. Es ist wichtig, regelmäßig zu baden, denn es hilft bei der Entfernung von Schuppen und lindert Entzündungen der betroffenen Haut. Die Verwendung von kolloidalem Hafermehl, Bittersalz oder Salz aus dem Toten Meer wird als pflanzliches Heilmittel für Psoriasis empfohlen; Diese werden zusammen mit Badeöl dem Wasser und der Seife zugesetzt. Verwenden Sie milde Seifen mit zugesetzten Fetten und Ölen und nehmen Sie ein Bad mit lauwarmem Wasser.

Es ist äußerst wichtig, großzügige Mengen an Feuchtigkeitscreme zu verwenden. Tragen Sie eine Feuchtigkeitscreme auf, wenn die Haut noch feucht ist. Verwenden Sie vorzugsweise Feuchtigkeitscremes auf Salbenbasis. Bei sehr trockener Haut mit trockenen Stellen sollten vorzugsweise Körperöle verwendet werden, da diese die Verdunstung von Wasser aus dem Körper besser verhindern. Bei kaltem oder trockenem Wetter mehrmals Feuchtigkeitscreme auftragen. Es wurde berichtet, dass der Konsum von Alkohol die Wirksamkeit von Psoriasis-Behandlungen verringern kann und daher vollständig vermieden werden sollte. Es gibt verschiedene Auslöser wie Infektionen oder Verletzungen Ihrer Haut, Stress, Rauchen und intensive oder übermäßige Sonneneinstrahlung, die den Zustand der Psoriasis verschlimmern können. Diese auslösenden Faktoren sollten im Alltag vermieden werden.

Kontrollierte Sonneneinstrahlung

Es wurde vermutet, dass die Einwirkung geringer Mengen Sonnenlicht für die von Psoriasis betroffene Haut von Vorteil ist. Es kann eine deutliche Verbesserung der Läsionen bewirken. Daher sollte eine übermäßige Sonneneinstrahlung vermieden werden und immer darauf geachtet werden, Sonnencreme zu verwenden, wenn man in die Sonne geht, um eine Verschlechterung des Zustands zu verhindern.

Phototherapie zu Hause

Verfügbare Heimlichteinheiten können in der Heimphototherapie zur Behandlung von Psoriasis verwendet werden. Die Einheit kann je nach Hauttyp der Person gewählt werden. Die Phototherapie zu Hause nutzt die UV-B-Phototherapie zur Linderung der Symptome der Psoriasis. Die gezielte UVB-Phototherapie bietet eine lokalisierte Psoriasis-Behandlung und schädigt oder beschädigt die von Psoriasis unberührte Haut nicht.

Details

Besuchen Sie uns auf: [natur.wiki](#)