

psoriasis-hilfe *journal*

Eine Initiative der pso austria | verein und selbsthilfegruppe der psoriatischerInnen in österreich

Umfrageergebnis.

Unzufrieden, hilflos und nicht beim Arzt.

Belastung für die Seele.

Nicht nur körperliche Belastung.

Expertin der Erkrankung.

Betroffene berichtet von Ihrem Umgang mit Psoriasis.

Find us on 



Gabriele Schranz,
Obfrau **psoriasis-hilfe.at**

Liebe LeserInnen,

Heute ist bestimmt nichts so, wie es in der Vergangenheit war!

Für uns alle ist die Zeit im Moment eine Erfahrung, die uns noch länger begleiten bzw. beschäftigen wird. Daher ist es umso wichtiger, euch weiterhin Informationen zu geben, die Unterstützung und Hilfe bieten.

Wir haben bereits im Herbst nach dem letzten Patiententag Überlegungen angestellt, diesen 2020 nicht zu veranstalten. Der Grund: Wir möchten unserer Homepage eine „Verjüngungskur“ verpassen. Sie soll zeitgemäß und zukunftsorientiert geändert bzw. neu gestaltet werden. Dies ist mit hohen Kosten verbunden und nur durch unsere Sponsoren möglich.

UND: 2021 feiern wir unser 40-jähriges Vereinsjubiläum und unseren 15. Patienteninformationstag!

Es wird also doppelt gefeiert und wir werden dafür auch wieder tolle Vorträge und Aussteller einladen.

2020

Workshops sind im Moment alle bis auf weiteres abgesagt bzw. aufgeschoben (Termine werden rechtzeitig bekannt gegeben).

Das 2. **psoriasis Journal** erscheint wie gehabt im Spätherbst und wird per Post an alle Mitglieder versandt.

Folgende Infos sind auf der Homepage zu finden:

Baderöffnung (geplant ist Fr., 01. Mai)

Clubabende ab Herbst 2020

Solltet ihr Fragen haben, bitte schreibt mir (E-Mail oder SMS) oder ruft mich an. ☺

psoriasis auf Facebook: Die geschlossene Gruppe tauscht sich rege aus und wird 7 Tage die Woche durch Angelika Erz moderiert: Vielleicht besucht ihr diese, sie ist unverbindlich!

Wir wünschen euch vor allem Gesundheit und freuen uns auf ein Wiedersehen!

Eure Gabi Schranz



Inhalt

4

Unzufrieden, hilflos, und nicht beim Arzt

7

Neueste Behandlungen wirken gezielter

8

Nicht nur der Körper, auch die Seele ist belastet

10

Neue Chancen bei Psoriasis

12

Erfahrungen mit dem topischen Schaum

14

Mitten im Leben mit Schuppenflechte

18

Expertin im Umgang mit der Erkrankung

22

Kuraufenthalt am Toten Meer

Impressum | Für den Inhalt verantwortlich:

Psoriasis Verein Austria, Obere Augartenstraße 26-28/1.18,
1020 Wien, Telefon 0664/73111991, ZVR-Zahl 227358620

www.psoriasis-hilfe.at

Obfrau: Gabriele Schranz, Redaktion: Gabriele Schranz

Bilder: gettyimages.com, Privat

Layout: H. Kroll, www.rotenschlager.com

Mit freundlicher Unterstützung der

AbbVie Gesellschaft m.b.H.

Pfizer Corporation Austria Gesellschaft m.b.H.

LEO Pharma Gesellschaft m.b.H.

Janssen – Cillag Pharma GmbH

Novartis Pharma GmbH

Eli Lilly Gesellschaft m.b.H.

Celgene GmbH

Amgen GmbH

Fragen und
Antworten zu
Corona
psoriasis-hilfe.at

ANZEIGE

SCHUPPEN FLECHTE? FRAGEN SIE IHREN HAUTARZT!

www.zeighaut.at

**Schuppenflechte
schränkt das Leben ein.**

**Es gibt Möglichkeiten, die Symptome
der Erkrankung zu lindern.
Fragen Sie Ihren Hautarzt und
informieren Sie sich noch heute.
Zeigen Sie wieder Haut!**

NOVARTIS

psoriasis

Diese Aufklärungskampagne wird ermöglicht durch die Novartis Pharma GmbH mit Unterstützung durch den Verein und die Selbsthilfegruppe der Psoriasis in Österreich.

So geht es Menschen mit Schuppenflechte in Österreich Unzufrieden, hilflos und nicht beim Arzt

Ein aktueller Ergebnisbericht zum Welt-Psoriasis-Tag am 29. Oktober zeigt ein alarmierendes Ergebnis: Laut österreichweiter Online-Umfrage geht ein Fünftel aller Menschen mit Schuppenflechte (Psoriasis) nicht zum Arzt, darunter auch mittelschwere bis schwere Fälle. Dennoch wünschen sich drei Viertel aller befragten Betroffenen eine dauerhaft reine Haut ohne Juckreiz und Schmerzen. Doch den Glauben an die Machbarkeit haben viele verloren. Aufholbedarf besteht deshalb in der weiteren Aufklärung: Denn mit dem Therapiefortschritt steht heute eine Vielzahl an Behandlungen zur Verfügung. Neueste Biologika können etwa bei Patienten mit mäßigem oder schwerem Erkrankungsverlauf zu einer fast oder komplett von Psoriasis befreiten Haut führen. Die Ergebnisse der Umfrage wurden im Oktober 2019 gemeinsam mit dem Wiener Psoriasis-Experten Doz. Oberarzt Dr. Paul Sator, der Grazer Psychologin Mag. Doris Wolf sowie Gabriele Schranz von der **pso austria** bei einem Mediengespräch vorgestellt und diskutiert.

Unangenehmer Juckreiz, lästige Schuppen, ätzend, schmerzvoll und hässlich – das verbinden viele der Befragten mit Psoriasis, so ein Ergebnis der repräsentativen, österreichweiten Online-Umfrage unter 500 Betroffenen und ihren Angehörigen, die vom biopharmazeutischen Unternehmen AbbVie gemeinsam mit der Patientenorganisation **pso austria** initiiert und vom Marktforschungsinstitut GfK durchgeführt wurde. AbbVie Medical Director Dr. Isabella Presch:

”

Wir wollen Menschen mit Schuppenflechte in der Öffentlichkeit eine Stimme geben. Die Umfrageergebnisse zeigen, wie sehr das Leben durch die Erkrankung noch immer bestimmt wird.

„Wir wollen Menschen mit Schuppenflechte in der Öffentlichkeit eine Stimme geben. Die Umfrageergebnisse zeigen, wie sehr das Leben durch die Erkrankung noch immer bestimmt wird.“ Denn 54% aller

befragten Betroffenen sind in Zeiten von Schüben sehr belastet. Bei Menschen mit mäßigem bis schwerem Verlauf liegt diese Zahl sogar bei 85% vs. 47% mit mildem Verlauf. In Zeiten von Schüben kann Psoriasis zu einem regelrechten Wechselbad der Gefühle führen: mehr als die Hälfte sind ängstlich, unsicher und verzweifelt. 27% haben sogar schlaflose Nächte.

Berufsentscheidung: Nicht alles ist möglich mit Psoriasis

Etwa ein Viertel der Betroffenen gibt an, dass Psoriasis wichtige Lebensentscheidungen beeinflusst, so auch beispielsweise die Berufswahl. 13 von 100 Psoriasis-Patienten müssen zumindest einmal im Jahr aufgrund ihrer Erkrankung in den Krankenstand gehen, bei mäßig bis schwer betroffenen Befragten sogar jeder Vierte. 12% glauben, dass sie aufgrund ihrer Psoriasis auch den Job verlieren können. Fast ebenso viele haben sich in der Arbeit schon mal benachteiligt gefühlt. 9 von 100 sehen ihr berufliches Vorankommen durch Psoriasis eingeschränkt. „Trotz des guten Zugangs zu Information und der Verfügbarkeit von wirksamen Therapien sind diese Ergebnisse sehr ernüchternd und zeigen, wie sehr auch das Arbeitsleben beeinträchtigt wird. Es besteht dringender Handlungsbedarf, um Krankenstände, Benachteiligungen am Arbeitsplatz und fehlende Weiterentwicklung zu verhindern“, stimmt Dr. Presch mit den anderen Experten des Mediengesprächs überein.



”

Therapieziele sind sehr individuell, hängen von der Schwere und dem Ausmaß der Erkrankung ab, von Begleiterkrankungen und der jeweiligen Lebenssituation.

Knappes Fünftel geht nicht zum Arzt

Ein weiteres alarmierendes Ergebnis zeigt, dass 17% im vergangenen Jahr nicht den Arzt aufsuchten, darunter auch mäßig bis schwer Betroffene. „Der Grund ist oft Frust. Viele gehen aufgrund ihrer Erfahrungen mit bisherigen Behandlungen nicht mehr zum Arzt. Sie haben den Glauben verloren, die richtige Therapie zu finden“, erklärt Gabriele Schranz, Obfrau des Vereins **pso austria**. Ihre Aussage widerspiegelt auch ein zentrales Ergebnis der Umfrage: Demnach stimmt etwa nur die Hälfte der Befragten zu, dass es Therapien gibt, die zu einer dauerhaft schönen Haut führen können. „Mein Appell an Patienten: Sucht einen auf Psoriasis spezialisierten Hautarzt in einer Ordination oder Ambulanz und gebt euch nicht mit weniger zufrieden, als eigentlich möglich wäre“, betont Schranz. Auch Doz. Dr. Paul Sator, 1. Oberarzt an der Dermatologischen Abteilung am Krankenhaus Hietzing, findet die Ergebnisse bedenklich: „Es ist alarmierend, dass so viele Patienten in Österreich wegen ihrer Schuppenflechte gar nicht zum Arzt gehen, trotz eingeschränkter Lebensqualität. Dabei wissen wir heute sehr viel über Psoriasis. Mit diesem Wissen wurden noch gezieltere Behandlungen entwickelt, auch für mäßig bis schwer betroffene Patienten: Neueste Biologika können bei einem Großteil der Patienten zu einer fast oder komplett von Psoriasis befreiten Haut führen. Das steigert auch die Zufriedenheit und das Wohlbefinden des Patienten.“

Was erwarten Österreichs Psoriasis-Patienten von einer Therapie?

Eine Haut ohne entzündete, schuppige Hautstellen ist Wunsch der meisten Psoriasis-Patienten. Dies bestätigen knapp drei Viertel aller befragten Betroffenen. Für ebenso viele ist die langanhaltende Wirkung ihrer Behandlung entscheidend. Dass keine Nebenwirkungen auftreten, ist zwei Drittel der befragten Betroffenen ein wichtiges Anliegen. Knapp 60% der Befragten wünschen sich eine einfache Handhabung der Therapie im Alltag. In den wenigsten Fällen werden jedoch Erwartungen klar geäußert: Denn nur jeder Zehnte gibt an, gemeinsam mit dem Arzt ein konkretes Behandlungsziel zu verfolgen. Dabei dienen Therapieziele dazu, die Patientenbedürfnisse und Wünsche aufs Papier zu bringen und festzulegen, wie sie auch erreicht werden können: „Therapieziele sind sehr individuell, hängen von der Schwere und dem Ausmaß der Erkrankung ab, von Begleiterkrankungen und der jeweiligen Lebenssituation. Ein offenes

Gespräch mit dem Patienten ist eine wichtige Voraussetzung, um Ziele zu definieren und die richtige Therapie zu bestimmen“, so Doz. Dr. Sator.

Mitreden bei der Therapiewahl

Im Idealfall treffen Arzt und Patient auf Augenhöhe die Therapieentscheidung. In der Realität gibt ein Drittel der Befragten an, in die Entscheidung für oder gegen eine Behandlung von den Ärzten miteingebunden zu sein. Rund die Hälfte aller Patienten vertraut hingegen auf die Behandlungsempfehlung des Arztes. Um bei der Therapiewahl mitreden zu können, braucht es ein gutes Verständnis über die verfügbaren Behandlungen. 63% der befragten Betroffenen fühlen sich im Schnitt gut oder sehr gut über die verschiedenen Therapien informiert, wobei der Informationsstand zu den einzelnen Behandlungen variiert. „Viele Patienten sind über ihre Erkrankung nicht ausreichend informiert. Daher ist es wichtig, sich Informationen ‚aus erster Hand‘ – vom Hautarzt – zu holen. Wenn die Erkrankung zu sehr belastet und das Gespräch mit dem Partner oder dem besten Freund nicht mehr ausreicht, sollte Hilfe von außenstehenden Profis, wie beispielsweise auf Psoriasis spezialisierte Psychologen, angenommen werden“, sagt die klinische Psychologin Mag. Doris Wolf, stv. Leiterin der Fachsektionen Klinische Psychologie und Gesundheitspsychologie im Berufsverband Österreichischer Psychologen (BÖP). 10% der befragten Betroffenen holen sich bereits bei einem Psychologen oder Psychotherapeuten Unterstützung.

Jeder Zweite wird bei jedem Arzttermin genau angesehen

Die Untersuchungssituation stellt sowohl Arzt als auch Patient vor Herausforderungen. Folglich gab die Hälfte der Befragten an, dass die entzündeten Hautstellen nicht bei jedem Termin untersucht werden. 45% sagen, dass Behandlungsmöglichkeiten ▶

verständlich erklärt werden. Etwa genauso viele geben an, dass sich ihr Hautarzt Zeit für Fragen und Anliegen nimmt. „Der Zeitfaktor bei der Untersuchung und dem Gespräch ist für Arzt und Patient eine Herausforderung. Manchmal bleiben nur wenige Minuten. Eine gute Vorbereitung ist deshalb das A und O. Ich empfehle meinen Patienten, Fragen aufzuschreiben und mitzubringen. Beim ersten Besuch ist es wichtig, dass Patienten ihre Vortherapien, allfällige Begleiterkrankungen und Begleitmedikationen mitteilen und dabei die Namen der Medikamente wissen“, erklärt Doz. Dr. Sator.

Psoriasis-Betroffene werden zu „Meistern des Versteckens“

Aufgrund der Sichtbarkeit der Erkrankung meiden 40% Aktivitäten, bei denen die Haut sichtbar ist. Ebenso viele passen den Kleidungsstil an. Bei mäßig bis schwer betroffenen Befragten sind es sogar 60%. Zwei von zehn Betroffenen haben erlebt, dass Menschen ihnen ausweichen. Bei Patienten mit mäßig bis schwerer Erkrankung haben sogar doppelt so viele diese Erfahrung gemacht. Hier sieht Mag. Wolf Handlungsbedarf: „Eine chronische Erkrankung kann die großen Lebensthemen wie beispielsweise Berufswahl, Partnerschaft oder Kinderwunsch zusätzlich erschweren. Eine Hauterkrankung wie Psoriasis ist mit vielen Schamgefühlen verbunden, was zu großer Verunsicherung führt. Jede Erkrankung hat auch einen Einfluss auf die Psyche. Und die Psyche beeinflusst wiederum die Erkrankung selbst sowie deren Bewältigung. Auch wenn es schwer fällt sich jemandem anzuvertrauen: es ist wichtig, sich mitzu-

teilen und gemeinsam neue Wege zu finden, wie man besser mit der Erkrankung zurechtkommen kann.“

Das Gespräch suchen

Erfreulich ist, dass 85% mit ihren Familien offen über die Erkrankung sprechen können. „Partner, Eltern, Freunde oder Kinder sind eine wichtige Stütze in Hinblick auf die Psoriasis“, erklärt Gabi Schranz, Leiterin der Patientenorganisation **pso austria**, „denn auch sie fühlen genauso mit.“ Das zeigt auch die Umfrage: ein Drittel der Angehörigen empfindet es ebenso belastend, wenn nahestehende Betroffene an schweren Schüben leiden. Auch das Gespräch mit anderen Betroffenen oder Angehörigen kann neue Blickwinkel eröffnen: „Bei der **pso austria** sind Gleichgesinnte unter sich. Der Umgang bei uns ist freundlich und respektvoll. Wir hören zu und wir sind da, wenn es einmal nicht so gut läuft“, betont Schranz. ■

Mehr Information über Angebote der **pso austria** unter www.psoriasis-hilfe.at.

Broschüren-Tipp: Ergebnisbericht „So geht es Menschen mit Psoriasis in Österreich“

Ergebnisse der österreichweiten Online-Umfrage unter Personen mit Psoriasis und ihren Angehörigen mit vielen Kommentaren von österreichischen Dermatologen, der **pso austria** und des Berufsverbandes Österreichischer Psychologen. Die Broschüre ist bei der **pso austria** kostenlos erhältlich und steht auch zum Download unter www.psoriasis-hilfe.at sowie www.schuppenflechte.online bereit.

Die Umfrage wurde vom Biopharma-Unternehmen AbbVie in Zusammenarbeit mit der **pso austria** initiiert.



Schuppenflechte Neueste Behandlungen wirken gezielter

Viele Psoriasis-Patienten haben eine eingeschränkte Lebensqualität, sind unzufrieden mit ihrer Therapie und auch unterbehandelt. Dabei wissen wir heute sehr viel über die Erkrankung. Mit diesem Wissen konnten noch gezieltere Behandlungen entwickelt werden, die beim Großteil der Patienten zu einer fast oder komplett erscheinungsfreien Haut führen. Es ist daher sinnvoll, dass Patienten regelmäßig ihren Arzt aufsuchen, um sich über neue Behandlungsmöglichkeiten zu informieren.

Leichte oder schwere Psoriasis?

Früher ist man bei Schuppenflechte von einer reinen Hauterkrankung ausgegangen. Heute weiß man, dass Schuppenflechte eine Systemerkrankung ist. Für den Einsatz von sogenannten Systemtherapien ist entscheidend, wo und wie schwer die Entzündung auftritt. Hautärzte verwenden verschiedene wissenschaftliche Messinstrumente, um den Schweregrad und die Belastung im Alltag zu bestimmen. Der Psoriasis Area and Severity Index (PASI) beurteilt beispielsweise die Ausdehnung und Schwere der Psoriasis. Zur Orientierung kann man von einer mäßig bis schweren Psoriasis dann ausgehen, wenn mehr als 10 Prozent der Körperoberfläche betroffen ist. Das entspricht etwa 10 Handflächen. Ebenso entscheidend ist die Lokalisation: Entzündungen an sichtbaren Stellen wie Gesicht oder Kopfhaut, Nägel oder im Intimbereich können einen höheren Schweregrad ausmachen.

Schuppenflechte: Immer besser behandelbar

Als Basistherapie bei leichten bis schweren Erkrankungsverläufen kommen rückfettende, pflegende Cremen, Salben und Lotionen zum Einsatz. Bei leichter Psoriasis werden topische Therapien wie zum Beispiel Kortison- oder Vitamin-D-haltige Salben oder Cremen aufgebracht. Bei mittelschwerer bis schwerer Psoriasis werden Fototherapie (Lichttherapie) mit entzündungshemmender UV-Strahlung eingesetzt. Bei der PUVA-Therapie werden zusätzlich Medikamente eingenommen. Systemtherapien werden als Tablette oder Kapseln geschluckt und wirken von innen auf die Entzündung. Zu den Systemtherapien zählen auch Biologika, die per Injektion oder als Infusion verabreicht werden. Sie hemmen gezielt bestimmte Botenstoffe im Körper wie TNF-alpha oder Interleukine, die Entzündungen auslösen. Biologika haben große Fortschritte in der Behandlung gebracht und sind mittlerweile

sehr gut im Hinblick auf Wirksamkeit und Sicherheit erforscht. Die verfügbaren Biologika unterscheiden sich hinsichtlich Merkmalen wie z.B. welcher Botenstoff gehemmt wird, wie stark sie binden oder wie häufig sie verabreicht werden müssen. Neueste Biologika können beim Großteil der Patienten zu einer fast bis komplett von Psoriasis befreiten Haut führen.

Einen Spickzettel fürs Arztgespräch vorbereiten

Der Zeitdruck bei der Untersuchung und dem Gespräch ist für Arzt und Patient eine Herausforderung. Eine gute Vorbereitung ist das A und O. Ein Spickzettel mit den wichtigsten Fragen an den Arzt ist dabei hilfreich. Bei einem Erstgespräch ist es wichtig, dass der Patient über Vortherapien und zusätzliche Erkrankungen informiert wird. Dabei ist es wichtig, dass der Patient die Namen der bisherigen Medikamente mitbringt. Ebenso wichtig ist das Gespräch darüber, was Therapien bewirken können und was man sich als Patient erwarten kann. Es hilft, sich in Absprache mit dem behandelnden Hautarzt Ziele zu setzen: Therapieziele sind sehr individuell und hängen von der Schwere, dem Ausmaß der Erkrankung und Begleiterkrankungen ab. Die Patientenbedürfnisse und die Lebenssituation spielen dabei eine besondere Rolle. ■

INFOBOX



Univ. Doz. Dr. Paul Sator
KH Hietzing
Dermatologische Ambulanz
Wolkersbergenstrasse 1
1130 Wien
Telefon 01 / 801 10 2435



Schuppenflechte Nicht nur der Körper, auch die Seele ist belastet

Jeder Mensch steht vor den Herausforderungen des Lebens. Eine chronische Erkrankung kann die oft nicht so einfachen Lebensthemen und -fragen zusätzlich erschweren, wie beispielsweise Berufswahl, Partnerschaft oder Kinderwunsch. Eine Hauterkrankung wie Schuppenflechte kann mit Schamgefühlen und Stigmatisierung verbunden sein, was bei den Betroffenen zu großen Verunsicherungen und Belastungen führen kann.

Viele leiden unter dem Gefühl, als ungepflegt wahrgenommen zu werden – wegen der vielen Schuppen an der Kleidung oder fettig wirkender Haare (Ölbehandlung). Schuppene und ständig wundte Haut wird oftmals als unschön empfunden und kann abschreckend wirken. Als Reaktion vermeiden viele Betroffene soziale Aktivitäten. Die Folge ist häufig sozialer Rückzug und Vereinsamung. Besonders bei jungen Patienten spielt diese psychische Belastung eine große Rolle, da durch die Erkrankung auch Freundschaften, Partnerschaft oder die Sexualität beeinträchtigt werden. Jobs mit Kundenkontakt sind für viele meist nicht vorstellbar, weil sie sich für ihr Äußeres schämen und Angst vor Situationen haben, in denen sie bloßgestellt werden könnten. Der Selbstwert leidet – die „Seele tut weh“. Auch wenn es schwer fällt sich jemandem anzuvertrauen: es ist wichtig, sich mitzuteilen und seinem Schmerz Ausdruck zu verleihen.

Neue Blickwinkel sind hilfreich oder sogar notwendig

Viele Betroffene sind über ihre Erkrankung nicht ausreichend informiert. Deshalb ist es wichtig, sich Informationen „aus erster Hand“ – vom Hautarzt – zu holen. Patienten sollen dem Hautarzt ihres Vertrauens viele Fragen stellen und einen Spickzettel mitnehmen. Patienten sehen es häufig als Schwäche einen Zettel mitzubringen. Doch nur so können Patienten sicherstellen, keine wichtigen Fragen zu vergessen. Jeder Mensch kann im Leben an einen Punkt gelangen, wo zusätzlich die professionelle Unterstützung eines Psychologen hilfreich ist oder sogar notwendig wird, beispielsweise bei großen Ängsten, starken Belastungen oder Depressionen. So auch bei Menschen mit Schuppenflechte. Durch die Unterstützung eines Psychologen erhält der Patient Hilfe zur Selbsthilfe und erlernt einen besseren Umgang mit der Erkrankung für mehr Wohlbefinden und Lebensqualität.

Wann ist der richtige Zeitpunkt für ein Gespräch mit einem Psychologen?

Wenn die Erkrankung zu sehr belastet und das Gespräch mit dem Partner oder dem besten Freund nicht mehr ausreicht, sollte Hilfe von außenstehenden Profis, wie beispielsweise auf Psoriasis spezialisierte Psychologen, angenommen werden. In der ersten Sitzung geht es meistens um Entlastungsgespräche. Alles, was sich jahrelang aufgestaut hat, muss einmal „von der Seele geredet“ werden. Gemeinsam werden gesundheitsschädliche Gedanken identifiziert und bearbeitet wie z.B. Selbsthass, Angst vor sozialer Ablehnung, usw. Ein wertschätzender Umgang mit sich selbst wird erlernt. Schritt für Schritt wird der Selbstwert gestärkt. Da Stress Krankheitsschübe auslösen kann, findet eine Stress-Anamnese statt, um vermeidbare Belastungen zu identifizieren und eine Entspannungsmethode zu finden, die den individuellen Bedürfnissen entspricht.

Achtsamkeitstraining: Den Juckreiz stoppen

Schuppenflechte äußert sich durch gerötete, schuppene Hautstellen, die einen heftigen Juckreiz auslösen können. Sich zu kratzen ist ein automatisches Verhaltensmuster, wenn es juckt. Hier gibt es auch psychologische Tricks: Achtsam sein, den Juckreiz bewusst wahrnehmen und stoppen, indem man zum Beispiel auf den Juckreiz drückt anstelle zu kratzen. Man kann sich auch vorstellen, wie kühlendes Wasser über die juckende Stelle läuft. Durch bewusste Aufmerksamkeitslenkung kann Stress reduziert werden. Das bedarf natürlich auch der Übung. ■

Spezialisierte Psychologen: www.boep.or.at/download

INFOBOX



Mag. Doris Wolf
Klinische Psychologin
Stv. Leitung der Fachsektionen Klinische Psychologie und Gesundheitspsychologie im Berufsverband Österreichischer Psychologen (BÖP)

Dranbleiben lohnt sich!

Viele haben den Glauben, die richtige Therapie zu finden, verloren. Dabei ist es wichtig zu wissen, dass neue Medikamente erforscht und entwickelt werden. Ich empfehle deshalb, dass Patienten einen auf Psoriasis spezialisierten Hautarzt aufsuchen. Auf unserer Website www.psoriasisihilfe.at ist eine Liste mit Ambulanzen und Hautärzten verfügbar. Ganz zentral ist es auch, dass die Chemie zwischen Arzt und Patient stimmt. Nur dann vertraut man sich und findet zur passenden Behandlung.

Angehörige sind eine wichtige Stütze

Meine Mutter lebt seit vielen Jahren mit Schuppenflechte. Als Angehörige weiß ich, wie sehr Schuppenflechte belastet. Die größte Last trägt jedoch meine Mutter. Sie lernte die Krankheit anzunehmen und mein Vater und ich geben ihr die bestmögliche Unterstützung und das Gefühl, immer für sie da zu sein. Natürlich belastet dies zu einem gewissen Teil auch uns als Familie – daher gilt es, immer darauf zu achten, dass es nicht zu übertriebener Fürsorge kommt – denn das kann nerven.

pso austria: Bei uns gibt es keine schiefen Blicke!

Bei der **pso austria** sind Menschen mit Schuppenflechte und ihre Angehörigen herzlich willkommen. In unserem Verein sind Gleichgesinnte unter sich: Der Umgang bei uns ist sehr freundlich und respektvoll. Wir sind alle per Du. Wir hören zu, wir plaudern, wir sind einfach da. Und wir geben Zuspruch, wenn es mal nicht so toll läuft. Zudem haben wir ein schönes Naturbad an der alten Donau, wo es garantiert keine schiefen Blicke gibt. Es geht uns darum, eine gute Zeit mit Menschen mit Psoriasis zu haben, wobei nicht immer die Erkrankung im Fokus steht.

Auf unserer Website und in unserer geschlossenen Vereins-Facebook-Gruppe erfährt man viel Praktisches, um den Alltag mit der Erkrankung zu erleichtern. Psoriatiker teilen ihre Tipps und Erfahrungswerte. Der Umgang mit der Erkrankung und Fragen wie „Soll ich's dem Arbeitgeber sagen?“ werden viel diskutiert.

Gabi Schranz, **pso austria** ■

Besucherbefragung zum pso-Tag 2019 Die Auswertung

- Viele unserer Besucher sind Stammgäste und besuchen den Psoriasis-Informationstag jedes Jahr
- Immer wieder kommen auch „Neue“ dazu
- Gesamteindruck von der Veranstaltung: Note 1-2
- Die Qualität der Vorträge wurde vorwiegend mit der Note 1 bewertet
- Erwünschte Themen: Ernährung (wir werden das beim nächsten Mal wieder berücksichtigen)
- Die Ausstellungsstände wurden von allen besucht: Note 1-2
- Bad Gleichenberg konnte diesmal nicht mit einem Informationsstand teilnehmen; dies wurde von den Besuchern wahrgenommen (wir werden versuchen, Bad Gleichenberg das nächste mal wieder als Teilnehmer zu gewinnen.)
- Von der Veranstaltung erfahren haben die Besucher durch: **pso austria**, Ärzte, Apotheken, Freunde, Medien, Internet

Vielen Dank, dass ihr euch die Zeit genommen habt, diesen Fragebogen auszufüllen!

Danke Simon Wohlfarter von 2Vsible, der mit uns gemeinsam diesen Tag so erfolgreich gemacht hat! Danke an alle Aussteller, Vortragenden und Sponsoren!

Gabi Schranz und das Team von **pso austria** ■



System- und Biologikatherapie

Neue Chancen bei Psoriasis

Juckreiz, Rötung und silbrige Schuppung: Psoriasis – oder Schuppenflechte – kann das Leben von Betroffenen stark beeinträchtigen. Beim 14. Psoriasis-Patienteninformationstag der **pso **austria** am 19. Oktober 2019 gab Dr. Knut Prillinger Einblicke in den aktuellen Stand der Forschung. Der Experte sprach über neue System- und Biologikatherapien, die passende Therapiewahl und klare Therapieziele.**

„Dank neuer Behandlungen kann das Leben von Psoriasis-Patienten erheblich verbessert werden“, das ist die zentrale Botschaft von Dr. Knut Prillinger, Leiter der Psoriasis-Ambulanz des Universitätsklinikums Sankt Pölten. Im Rahmen des Psoriasis-Informationstags der PSO Austria zeigte der Experte aktuelle Entwicklungen in der Therapie von Schuppenflechte auf. Zahlreiche Betroffene und Angehörige wohnten dem Event in Wien bei.

Neue Biologika können komplett reine Haut ermöglichen

Im Fokus des Vortrags stand die Behandlung der Psoriasis vulgaris, auch Plaquepsoriasis genannt. Sie zählt zu den häufigsten chronisch-entzündlichen Hauterkrankungen und ist durch scharf begrenzte schuppende Rötungen charakterisiert. Diese Hautveränderungen können jucken und treten bevorzugt am Kopf, Ellbögen und Knien auf. Heute können Patienten eine breite Palette an Therapiemethoden nutzen. Dazu zählen etwa topische Therapien wie Salben und Cremen für leichte Krankheitsausprägung. Für mittelschwere bis schwere Psoriasis kommen Lichttherapien und

Systemtherapien zum Einsatz. Bei den Systemtherapien stehen Medikamente in Form von Tabletten zur Verfügung aber auch die Gruppe der Biologika. Diese werden in lebenden Zellen hergestellt und deshalb als Injektion oder Infusion verabreicht.

„Speziell Biologika haben die Therapie von Psoriasis in den letzten 20 Jahren revolutioniert“, stellte Dr. Prillinger fest. Mittlerweile gibt es verschiedene Biologikatherapien, die unterschiedliche Botenstoffe – welche für die Entzündung der Haut verantwortlich sind – hemmen. Dazu zählen etwa TNF-alpha oder Interleukine. „Mit der aktuellen Generation des Wirkstoffs Interleukin-23 ist in vielen Fällen eine nahezu oder sogar komplett befreite Haut möglich. Biologika weisen zudem wenige Nebenwirkungen auf und werden seit zwei Jahrzehnten streng auf ihre Verträglichkeit überwacht“, so Dr. Prillinger.

Mit wissenschaftlichen Methoden zu klaren Therapiezielen

Wann ist welche Therapie für Patienten sinnvoll? Diese Frage ist für Dr. Prillinger mit jedem Patienten individuell zu klären. Neben Kriterien wie Schweregrad der Erkrankung spielen auch Alter, Geschlecht oder der Gesundheitszustand eine Rolle. Vor dem Beginn einer Biologikatherapie ist eine Abklärung auf Infektionskrankheiten wie Tuberkulose, Hepatitis-A/B/C oder HIV wichtig.

Auf der Suche nach dem geeigneten Ansatz helfen zwei wissenschaftlich fundierte Instrumente: Der „Dermatology Quality of Life Index“ (DLQI) hinterfragt, inwieweit verschiedene Lebensbereiche des Patienten beeinträchtigt sind. Der „Psoriasis Area and Severity Index“ (PASI) misst die Ausdehnung

der Plaques sowie deren Rötung, Schuppung und Dicke. Generell gilt: Als leichte Psoriasis wird definiert, wenn die Haut in einem Ausmaß von weniger als zehn Handflächen betroffen ist. Liegt das Ausmaß darüber oder sind besonders empfindliche Stellen betroffen – wie Intimbereich, Kopfhaut, Hände oder Nägel – spricht man von einer mittelschweren bis schweren Psoriasis.

Diese Messmethoden ermöglichen es, realistische Ziele zu setzen und den Erfolg einer Therapie zu prüfen. „Für die meisten Patienten ist eine reine Haut das erklärte Therapieziel“, berichtete Dr. Prillinger, „mit den heutigen Therapien können wirklich gute Behandlungserfolge erreicht werden.“

Wichtig: Patienten dürfen nicht resignieren, wenn sie mit ihrer Therapie unzufrieden sind. Nur wer aktiv auf seinen Dermatologen zugeht, kann die passende Behandlung finden.

Sich laufend informieren und aktiv bleiben

Vor allem bei Biologika hat die Forschung und Entwicklung rasant an Fahrt aufgenommen. Ein Blick in

die Ärztedatenbank PubMed verrät: Insgesamt sind zurzeit über 3.000 Publikationen zu Schuppenflechte im Umlauf. „Für uns Dermatologen ist es daher umso wichtiger, am Ball zu bleiben“, hefte Dr. Prillinger hervor. „Nur so können wir unser Ziel erreichen: die bestmögliche Lösung für unsere Patienten zu finden.“ ■

INFOBOX



Dr. Knut Prillinger
Leiter der Psoriasis-Ambulanz des Universitätsklinikums Sankt Pölten

Sein Fokus liegt in der Abklärung und Therapie von Schuppenflechte und allgemeinen chronisch-entzündlichen Hauterkrankungen. Weitere Schwerpunkte sind Dermatologische Vorsorgemedizin, Hautkrebserkrankungen, Haarerkrankungen und Kinderdermatologie.

Aktuelle Biologika auf einen Blick

Während TNF-alpha Blocker alle ein bis zwei Wochen verabreicht werden müssen, sind es bei neuen IL-Blockern zwei bis drei Monate.

Botenstoffe, die die Entzündung auslösen und mittels Biologika-Therapie gehemmt werden	Wirkstoffe der aktuell verfügbaren Biologika
TNF-alpha Blocker	▪ Certolizumab ▪ Adalimumab ▪ Etanercept ▪ Infliximab
IL12/23 Blocker	▪ Ustekinumab
IL17A Blocker	▪ Secukinumab ▪ Ixekizumab
IL-17A Rezeptor Blocker	▪ Brodalumab
IL-23 Blocker	▪ Guselkumab ▪ Tildrakizumab ▪ Risankizumab

”

Mit der aktuellen Generation des Wirkstoffs Interleukin-23 ist in vielen Fällen eine nahezu oder sogar komplett befreite Haut möglich.

Patientenbericht

Erfahrungen mit dem topischen Sprühschaum

von Dr. Ahmad Jalili (Obbürgen, Schweiz)

Seit 2018 steht für die äußerliche Behandlung von Psoriasis die bewährte Kombination aus Vitamin D3-Analogen und Kortison in Form eines Sprühschaums zur Verfügung. Im Schaum sind die beiden Wirkstoffe komplett gelöst, sodass sie, verglichen mit einer herkömmlichen Salbe oder Creme, besser von der Haut aufgenommen werden und dadurch ihre Wirkung besser entfalten können. Zusätzlich zieht das Arzneimittel rasch ein und erzielt bereits nach wenigen Tagen sichtbare und spürbare Verbesserungen des Hautbilds.

Patient männlich, 56 Jahre, mittelschwere bis schwere Psoriasis, erfolglose Vorbehandlung mit Kortikosteroiden, UVB-Phototherapie und Methotrexat.

Bei dem Patienten, der erst seit zwei Jahren unter Schuppenflechte litt, waren zu Behandlungsbeginn 13% der Körperoberfläche von der Schuppenflechte betroffen. Zudem hatte er starken Juckreiz. Der Dermatology Life Quality Index (DLQI), der die Beein-

trächtigung der Lebensqualität durch die Psoriasis misst, betrug 14, der PASI war vor Behandlungsbeginn bei 12 Punkten. Es lag daher eine starke negative Beeinflussung der persönlichen Lebensqualität vor. Bis zum Start einer Systemtherapie mit Biologika behandelte der Patient einmal täglich konsequent mit dem topischen Sprühschaum.

Gerade bei Psoriasis können PatientInnen selbst viel zum Behandlungserfolg beitragen. Denn eine äußerliche (topische) Therapie kann nur dann wirken, wenn sie regelmäßig durchgeführt wird.

Bei einem Kontrollbesuch nach zwei Wochen zeigte sich eine deutliche Verbesserung des Hautbildes sowie eine Linderung des Juckreizes. Der Patient bezeichnete die Therapie als einfach und bequem und war zufrieden mit der Wirksamkeit. Zu diesem Zeitpunkt wurde die Biologika-Therapie eingeleitet. Begleitend wurde die Behandlung mit dem Sprühschaum noch zwei weitere Wochen fortgesetzt. ■



Die meisten Psoriasis-Patienten leiden unter einer leichten Form der Schuppenflechte und können daher allein mit topischen Medikamenten (das sind Arzneimittel, die auf die Haut aufgetragen werden) behandelt werden. Aber auch Psoriasis-Patienten mit einer mittelschweren oder schweren Form können hartnäckige Plaques – zusätzlich zu ihrer systemischen Therapie – äußerlich behandeln.

Der topische Sprühschaum wird über vier Wochen 1 x täglich angewendet und anschließend – als Erhaltungstherapie – nur noch zweimal pro Woche.

Sprechen Sie mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt!



Foto 1:
Hautzustand bei Behandlungsbeginn

Foto 1:
Hautbild nach zwei Wochen Behandlung mit dem Sprühschaum

”

Gerade bei Psoriasis können PatientInnen selbst viel zum Behandlungserfolg beitragen. Denn eine äußerliche (topische) Therapie kann nur dann wirken, wenn sie regelmäßig durchgeführt wird.

Psoriasis-Workshop

Mitten im Leben mit Schuppenflechte

von Birgit Schinwald (Abbvie)

Heftiges Jucken, gerötete und schuppende Haut, nervige Sprüche: Psoriasis – oder Schuppenflechte – stellt Patienten vor viele Herausforderungen. Das zeigte das erste Psoriasis Patienten Expert Board der Patientenorganisation **pso **austria** und AbbVie im November 2019. Acht junge Betroffene trafen erstmals aufeinander, um über ihre Erkrankung zu diskutieren. Im Fokus standen ihre persönlichen Geschichten und Tipps, mit Psoriasis besser umzugehen.**

Anfangs war Sebastian erleichtert, als er von seiner Diagnose erfuhr: „Schuppenflechte hörte sich harmlos an. Erst später habe ich realisiert, dass es sich um eine chronisch-entzündliche, unheilbare Hautkrankheit handelt – das belastet sehr.“ Als einer von acht Teilnehmern erzählte der gebürtige Oberösterreicher beim Psoriasis Patienten Expert Board über sein Leben mit Psoriasis. Neben jungen Mitgliedern der Patientenorganisation **pso** **austria** nahmen drei be-

Freunden können zur Belastungsprobe werden. „Ein Besuch im öffentlichen Bad kam für mich lange nicht in Frage. Zum Glück habe ich dann das Freibad der **pso** **austria** an der Alten Donau für mich entdeckt“, berichtete Sebastian. „Dort tausche ich mich mit Betroffenen aus, wobei nicht unbedingt die Erkrankung im Vordergrund steht.“

Der Hauptgrund für einen schlechten Krankheitsver-



troffene Social-Media-Influencer teil. Geleitet wurde der Workshop von der ebenfalls mit Psoriasis lebenden Puls 4 Moderatorin Bianca Schwarzjirg.

Schuppenflechte beeinflusst Erwachsenwerden

Der Workshop zeigte, dass Psoriasis junge Betroffene vor viele Hürden stellt. „In der Zeit des Erwachsenwerdens war es schwierig, intim zu werden“, schilderte Tamara. „Beim Fortgehen lässt sich die Schuppenflechte gut verstecken. Aber wenn man sich dann Ausziehen muss, ist die Anspannung groß.“ Auch scheinbar einfache Tätigkeiten wie Schwimmen mit



lauf bei einer chronischen Hautkrankheit ist für die Workshop-Teilnehmer sehr häufig Stress. Das bestätigte auch Karin Hafner, Gründerin der Plattform hautinfo.at. Als einzige Teilnehmerin leidet sie unter Neurodermitis. „Bei Stress beginnt die Haut zu jucken. Blicke ich dann auf meine Haut, löst das erneuten Stress aus – ein Teufelskreis“, meinte sie. Besonders große Lebensveränderungen können dabei ein Verstärker sein. „Meine Nägel sind von Psoriasis betroffen. Und bald starte ich ein Praktikum, bei dem ich keinen Nagellack tragen kann – da schwitze ich jetzt schon“, erzählte Johanna.

Eigenen Weg bei Psoriasis finden

Wie lässt sich Stress trotz Psoriasis reduzieren? Wichtig ist, auf die eigene Psychohygiene zu achten und seine Mitte zu finden. Früher musste Iris mit einer 80-Stunden-Arbeitswoche kämpfen. Heute ist sie als Online Marketing Expert tätig und betreibt als Influencerin einen Psoriasis-Blog (xed.at) rund um die Themen Lifestyle, Musik und Reisen. „Ich habe meinen Lebensstil geändert und bin jetzt entspannter. Das hat sich positiv auf meine Schuppenflechte ausgewirkt.“

Besonders Sport – vom Yoga über Tanzen bis zum Wandern – spielt für die jungen Menschen eine entscheidende Rolle für mehr Wohlbefinden. Auch gesundes Essen kann Psoriasis positiv beeinflussen. „Vor allem unter der Woche achte ich auf eine bewusste Ernährung. Am Wochenende erlaube ich es mir aber, zu sündigen“, verriet Iris. „Es ist wichtig, sich in seiner Haut wohlfühlen.“

Austausch mit Betroffenen gibt Halt

Eine weitere Methode ist der offene Austausch mit Familie, Freunden und anderen Patienten. „Ich habe den Wert der Selbsthilfe erfahren. Vor allem die Psoriasis-Facebook-Gruppe von **pso** **austria** ermöglicht den Kontakt mit jüngeren Betroffenen“, meinte Tamara. Die Beiträge gelte es aber mit wachsamen Augen zu betrachten. Schließlich handle es sich um Erfahrungen anderer Patienten, nicht um ärztliche Beratung. Schwierig fällt der Umgang mit übertriebener Empathie. „Mich stört, wenn überhaupt keine Hemmschwelle da ist“, berichtete Johanna. So könne es auch passieren, dass fremde Menschen Betroffenen ungefragt die Schuppen aus den Haaren ziehen.

Für die Zukunft wünschen sich die Teilnehmer mehr Aufklärung in der Öffentlichkeit. „Mir ist es ein Anliegen, Vorurteile abzubauen“, hielt Nora fest. Auch sie ist Influencerin und postet regelmäßig auf Instagram (instagram.com/unicorncycling) über ihre Krankheit. „Ich bekomme sehr gute Rückmeldungen und will Betroffenen die Angst nehmen.“

Neue Psoriasis-Therapien als Aha-Moment

Eine wichtige Erkenntnis: Die individuell passende Therapie zu finden, ist nicht leicht. „Zu Beginn verwendete ich nur Cortison-Salben, das hat überhaupt nicht geholfen. Als ich schließlich von den vielen weiteren Therapieoptionen erfahren habe, war das für mich ein Aha-Moment“, schilderte Tamara. Die Suche nach dem richtigen Arzt entpuppte sich für sie als

Spießrutenlauf. „Viele Hausärzte haben zu wenig Wissen über Schuppenflechte. Jetzt bin ich bei einem Dermatologen, der darauf spezialisiert ist.“

Bereits heute gibt es eine breite Palette an wirksamen Therapien. Neueste Medikamente können bei vielen Patienten zu einer komplett reinen Haut führen. „Dank einer systemischen Therapie habe ich seit kurzem eine saubere Haut – und das fühlt sich richtig gut an“, erzählte Karin. Sich über den aktuellen Therapiefortschritt zu informieren, ist für alle Teilnehmer essenziell. „Ich achte darauf, mich selbst weiterzubilden – vor allem im Internet. Auch wenn hier viele Informationen mit Vorsicht zu genießen sind“, erzählte Barbara*. Zudem spielen regelmäßige Kontrollen beim Facharzt eine entscheidende Rolle: Nur so kann die Therapie laufend angepasst und das bestmögliche Resultat erzielt werden.

Beim Fazit waren sich alle Teilnehmer des Workshops einig: Es gibt kein Einheitsrezept bei Psoriasis. Jedoch: Jeder sollte ermutigt werden, dranzubleiben und seine persönliche Lösung zu finden. ■

INFOBOX**Web-Tipps für Psoriasis-Betroffene im Web**

- **psoriasis-hilfe.at:** Das Portal der Patientenorganisation **pso** **austria** bietet umfangreiche Information und Austauschmöglichkeiten für Betroffene und Angehörige. In der geschlossenen Facebook-Gruppe tauschen Mitglieder ihre Erfahrungen aus.
- **schuppenflechte.online:** Neue Therapien können zu einer Haut ohne Psoriasis führen. Auf dieser Website finden Menschen mit Schuppenflechte die passenden Experten und zahlreiche Tipps.
- **hautinfo.at:** Rund 45 Experten bieten auf dieser Plattform fundierte Informationen zu Hauterkrankungen – von Psoriasis bis Neurodermitis.
- **instagram.com/unicorncycling:** Auf ihrem Instagram-Profil gibt Nora Turner inspirierende Einblicke in ihr Leben mit Psoriasis. Rein klicken lohnt sich!
- **xed.at:** Ein persönlicher Blog über Lifestyle, Fashion und Musik. Autorin Iris Reihls ist selbst Psoriasis-Betroffene.

Statements der

„Ich hatte nie das Gefühl, das mir jemand aufgrund meiner Erkrankung ausweicht. Dennoch kenne ich Betroffene, die aufgefordert wurden, das Schwimmbad zu verlassen. Solche Erfahrungen prägen und steigern nicht gerade das Selbstbewusstsein. Viele ziehen sich zurück oder isolieren sich von ihrem Umfeld. Dabei ist es wichtig, dranzubleiben und die Therapie mit bester Erfolgsaussicht einzufordern.“

„Bei mir hat sich die Schuppenflechte schon im jungen Erwachsenenalter am ganzen Körper ausgebreitet. Dennoch habe ich die Flinte noch nie ins Korn geworfen. Psoriasis ist eben ein Teil von mir. Ich kann gut damit leben.“

„Schuppenflechte an Handflächen oder Fußsohlen sind besonders belastend: Vertreter scheuen sich davor, Hände bei der Begrüßung zu schütteln. Den ganzen Tag im Verkauf auf den Füßen zu stehen, wird zur reinen Qual. Dazu kommt die Scham: Denn man möchte ja nirgendwo seine Schuppen hinterlassen.“

Gerhard Hoch, stellvertretender Obmann der **pso austria**



„**Schlaflose Nächte sind keine Seltenheit: Es juckt, man kratzt sich, Schuppen rieseln. Man schmiert sich ein, wechselt Nachtgewand. Deshalb kann Schuppenflechte auch Nächte rauben.**“

„Mein Erfolgsrezept für den Umgang mit der Psoriasis: nicht unter Druck setzen lassen, nicht zu viele Sorgen machen, versuchen runterzukommen und loszulassen. Psoriasis annehmen.“

„Für gesunde Menschen sind viele Alltagsaktivitäten selbstverständlich. Viele Psoriatiker müssen sich auf jede „gewöhnliche“ Aktivität vorbereiten. Zum Beispiel versucht man, vor dem Frisörtermin die Schuppen loszuwerden. Tennis mit langer Hose in der Sommerhitze? Viele verzichten dann lieber auf bestimmte Freizeitaktivitäten. Aber das muss nicht so sein. Vielleicht findet man auch zu einem neuen Hobby, das man sonst gar nicht ausprobiert hätte.“

pso austria

„Viele haben den Glauben, die richtige Therapie zu finden, verloren. Dabei ist es wichtig zu wissen, dass neue Medikamente erforscht und entwickelt werden. Meine Empfehlung ist es deshalb, dass Patienten einen auf Psoriasis spezialisierten Hautarzt aufsuchen, der über den aktuellen Wissensstand zu den Behandlungsmöglichkeiten verfügt. Auf unserer Website www.pso-hilfe.at ist eine Liste mit Ambulanzen und Hautärzten angeführt. Ganz zentral ist es auch, dass die Chemie zwischen Arzt und Patient stimmt. Nur dann vertraut man sich und findet zur passenden Behandlung.“

Gabi Schranz, Obfrau der **pso austria** und Angehörige betroffener Familienmitglieder



„Bei der **pso austria** sind Gleichgesinnte unter sich. Psoriatiker und Angehörige sind in unserem Verein herzlich willkommen. Der Umgang bei uns ist sehr freundlich und respektvoll. Wir sind alle per Du. Wir hören zu, wir plaudern, wir sind einfach da. Und wir geben Zuspruch, wenn es mal nicht so toll läuft. Zudem haben wir ein schönes Naturbad an der alten Donau, in dem es garantiert keine schiefen Blicke gibt. Es geht uns darum, eine gute Zeit mit Menschen mit Psoriasis zu haben, wobei nicht immer die Erkrankung im Fokus steht.“

„**Es ist das Recht des Patienten auf eine Therapie mit bester Erfolgschance.**“

„Auch in unserer geschlossenen Facebook-Gruppe erfährt man viele praktische Tipps, die einem den Alltag mit der Erkrankung erleichtern und die man nicht überall nachlesen kann. Psoriatiker teilen ihre Tipps und Erfahrungswerte. Auch der Umgang mit der Erkrankung und Fragen wie „Soll ich's dem Arbeitgeber sagen?“ werden viel diskutiert.“



Expertin im Umgang mit der eigenen Erkrankung

In der Satzung des Deutschen Psoriasis Bundes e.V. (DPB) wird als ein wichtiges Ziel genannt: „Die Mitglieder sollen Experten im Umgang mit der eigenen Erkrankung werden.“ Deshalb unternimmt der DPB viele Anstrengungen, um seine Mitglieder mit Informationen über die Psoriasis zu versorgen, aber auch, um sie zusammenzubringen, damit sie miteinander in den Austausch kommen können. Unzähligen Mitgliedern hat der DPB mit seinen Angeboten dabei geholfen, einen Weg zu finden, wie sie zufrieden mit ihrer Erkrankung umgehen können. Informationsaustausch ist dabei der Schlüssel.

Wie geht es Ihnen heute gesundheitlich?

Ich kann sagen, mir geht es sehr gut.

Wie war Ihr Weg mit Ihrer Erkrankung?

Mit Anfang 20 waren mir erste Pünktchen an den Ellenbogen aufgefallen. Diese sind dann immer größer geworden und ich ging zum Hautarzt. Der hatte zuerst ein Ekzem diagnostiziert und mir zusammengemischte Salben aus der Apotheke zur Pflege verschrieben. Da die Hautprobleme aber größer wurden, habe ich den Hautarzt gewechselt. Dieser hat die Psoriasis gleich erkannt und verschrieb Kortison-Salbe zu Beginn. Er fragte mich, ob es in meiner Familie Personen mit Psoriasis gäbe. Ich habe in der Familie herumgefragt, aber niemand konnte mir wirklich Auskunft darüber geben. Bei meiner Mutter war Neurodermitis bekannt, aber Schuppenflechte nicht. In einem späteren Gespräch erfuhr ich dann von meiner Tante, dass sie als sie in Pension ging, Schuppenflechte bekam. Die Ärzte meinten das sei eine Form des Pensionsschocks bei ihr. Somit war geklärt, wir hatten Schuppenflechte auch in der Familie.

Die Psoriasis nahm leider kontinuierlich zu. Die Stellen an den Ellenbogen breiteten sich auf die Unterarme aus, dazu kamen die Knie und diese furchtbar juckende Kopfhaut. Ich bekam UV-B-Bestrahlung. Das hat wirklich gut geholfen. Die Stellen wurden hellrot und weniger schuppig. Das war schön und ich traute mich auch wieder mehr raus. Die Zeit, in der die Schuppenflechte so schlimm war, war auch die Zeit, in der ich mich ein wenig isoliert hatte. Ich trug langärmelige Baumwoll-shirts und das im Hochsommer. Ins Freibad traute ich mich so nicht.

Zwei Jahre später begannen plötzlich auftretende Probleme mit den Gelenken. Ich war inzwischen Mitte 20. Ich hatte extreme Morgensteifigkeit und die Finger und Handgelenke schmerzten. Auch das rechte Knie machte Beschwerden. Ich konnte kaum noch in der Früh aus dem ersten Stock hinuntergehen. Auch für meinen Beruf war das sehr schlimm. Oft bin ich schon eine Stunde früher aufgestanden und habe mir dann diese Stunde Zeit genommen, um zu schauen: Was tut heute besonders weh, was nicht. Ich habe auch die Jause (Frühstück) schon ▶



am Abend vorher vorbereitet, weil ich morgens wegen der Schmerzen nichts anfassen bzw. schneiden konnte. Besonders die beiden Ringfinger schwollen dick an.

Ich hatte nicht verstanden, was für eine Krankheit ich da nun habe. Der Hautarzt hat dann Psoriasis-Arthritis diagnostiziert und mich zu einem Rheumatologen geschickt. Dass die Hauterscheinungen auf die Gelenke gehen können, konnte ich mir nicht vorstellen. Ich habe mich dann informiert.

Aber um ehrlich zu sein, ich hatte damit zu kämpfen, meine Erkrankung zu akzeptieren. Meine Lebensqualität wurde weniger durch die Morgensteifigkeit. Der Rheumatologe behandelte meine Psoriasis-Arthritis in der Akutphase mit der Kortison-Stufentherapie. Dabei bekommt man zuerst eine hohe Dosierung Kortison, die dann über Wochen stufenweise heruntergefahren wird. Man schluckt das Kortison als Tablette. Durch das Kortison kam es bei mir zu einer Gewichtszunahme.

”

Meine Erfahrung ist, dass es der beste Weg ist, mit den Menschen offen über die Schuppenflechte zu sprechen und gegebenenfalls zu erklären. Oft ist es die Angst vor dem Unbekannten ...

Das war wirklich eine schwere Zeit. Der Rheumatologe wechselte dann auf diverse neue Therapien, sogenannte Biologika, die ich zum Teil nicht vertrug oder die nichts halfen. Ich kann mich noch erinnern, als es an der Zeit war – nach einer Einschulungsphase beim Rheumatologen – mir selbst die erste Spritze zu verabreichen. Ich saß, glaube ich, fast eine Stunde und zögerte. Als dann die Rede von einer Infusionstherapie im achtwöchigen Intervall war, wurde ich neugierig. Diese Infusionstherapie schlug alles, die Haut wurde besser, meine Gelenke waren wie geölt und alles war gut. Leider bildete mein Körper dann Antikörper auf dieses Medikament und ich mussten erneut neu eingestellt werden.

Seither habe ich ein Biologikum, das ich mir alle vier bis fünf Wochen einmal selbst mittels Pen spritze. Die Handhabung damit ist sehr gut. Das Methotrexat (MTX), welches ich anfangs dazu einnahm, musste gänzlich abgesetzt werden, da ich es einfach nicht vertragen hatte. Mich plagte Übelkeit, auch auf die Gabe per Spritze kam keine Besserung und so setzte man es ab. Diese Biologika Mono-Therapie läuft bis heute und ich bin gut eingestellt. Vor kurzem benötigte ich eine Dosiserhöhung.

Auf die Gelenke wirkt das Medikament sehr gut, für die Haut ist es nicht ganz so gut geeignet. Ich habe hinter den Ohren und auf der Kopfhaut Psoriasis-Stellen. Manchmal entwickelt sich auch etwas im Gesicht. Aber ich bin trotzdem sehr zufrieden, denn ich denke daran, wie schlecht es mir früher ging.

Ich erinnere mich an eine Situation in der vollbesetzten S-Bahn. Ich konnte wegen der Gelenkschmerzen nicht stehen und mich festhalten. Deshalb bat ich einen jungen Mann, mich auf seinen Platz setzen zu dürfen. Er stand bereitwillig auf. Für ihn war das kein Problem. Aber ich habe mich alt gefühlt – und das mit Mitte 20.

Durch diese neue Biologika Therapie kam die Lebensqualität wieder. Ich kann wieder vieles machen. Zwar bleiben meine Ringfinger immer ein bisschen mehr angeschwollen und sie sind die ersten, die sich melden, wenn es wieder Zeit für die nächste Spritze ist, aber das empfinde ich nicht als schlimm. Auch das rechte Knie macht manchmal Probleme. Trotzdem kann ich

wieder kleinere Wanderungen unternehmen. Wenn es notwendig ist, tape ich das Knie vorab zur Entlastung. Vor etwa einem Jahr habe ich sogar einmal versucht zu klettern. Aber das ist nichts für mich. Ich habe keine Kraft in den Fingern.

Insgesamt fühle ich mich sehr gut. Das wirkt sich auch auf mein Selbstbewusstsein und meine Ausstrahlung aus. Ich habe mich vor etwa vier Jahren auf den Aufruf einer Fotografin hin beworben, die im Sozialen Netz Curvy Models gesucht hat. Es hat geklappt und ich habe seitdem viel erlebt und viele Fotografen kennengelernt. Ich war auch auf dem Laufsteg und sogar bei einer Miss Wahl mit dabei und habe auch bereits für ein paar Modedesigner gemodelt.

Weil die Psoriasis auf der Kopfhaut und hinter den Ohren manchmal zu sehen ist und eben auch manchmal Stellen im Gesicht auftreten, war mir das anfangs vor Fotoshootings doch etwas unangenehm. Ich habe dann aber ganz offen mit den Makeup-Artisten gesprochen und auch mit Modelkolleginnen. Es stellte sich heraus, dass sie keine Probleme damit hatten, oft kannten



sie selbst sogar jemanden mit der gleichen Erkrankung. Die entsprechenden Stellen wurden manchmal einfach anders abgedeckt.

Meine Erfahrung ist, dass es der beste Weg ist, mit den Menschen offen über die Schuppenflechte zu sprechen und gegebenenfalls zu erklären. Oft ist es die Angst vor dem Unbekannten und wenn man dann selbst Aufklärungsarbeit leistet, hat man dadurch ein gutes Gefühl. Man glaubt gar nicht, wie viele Menschen selbst von Psoriasis betroffen sind.

Mir sieht man meine Erkrankung nicht mehr so stark an. Wenn ich wieder einen Schub auf der Kopfhaut oder hinter den Ohren habe, verdecke ich das mit meinen Haaren. Für schlimme Stellen im Gesicht nehme ich akut hin und wieder eine Kortison-Creme, wobei ich gerade dabei bin eine neue Creme zu testen (ohne Kortison). Ich habe auch einen Lichtkamm, den sollte ich nur viel konsequenter verwenden.

Eine Nebenwirkung der modernen Medizin sind häufigere Infektionen. Das Immunsystem wird unterdrückt und die Folge sind u.a. mehr Anfälligkeiten für Erkältungen. Obwohl ich aufpasste, erwischte es mich auch, sogar Mittelohrentzündungen kamen hin und

wieder vor. Letztes Jahr habe ich damit begonnen, vermehrt Sport zu betreiben. Hierbei kombiniere ich Cardio- und Krafttraining. Zudem achte ich auf eine ausgewogene Ernährung und vermeide Lebensmittel, die den Juckreiz fördern. Das sind bei mir zum Beispiel Erdnüsse.

Abschließend kann ich sagen, dass es anfangs nicht einfach war, die Krankheit zu akzeptieren. Doch nun ein paar Jahre später und um einige Erfahrungen reicher, weiß ich: Mit der richtigen Einstellung schafft man alles. Auch wenn der Weg hart war, mir Steine in den Weg gelegt wurden, ich gab nie auf. Ich bin eine Kämpferin und hoffe, dass ich mit meinem Wissen und meiner Erfahrung anderen Menschen Mut machen kann und auch eine Hilfe sein kann. ■

INFOBOX

Marie-Luise Besenlehner
37 Jahre, kfm. Angestellte und Curvy Model, lebt in Baden bei Wien. Psoriasis bekam sie mit Anfang 20, die Psoriasis-Arthritis folgte zwei Jahre später.

Hallo liebe Mitglieder! Gabi Schmankerl-Rezept

Lachs-Spinat-Quiche

**Zutaten (4 Personen):**

1 Packung Blätterteig, 700 g Lachsfilet (frisch), 400 g frischen Spinat (oder: Zwetschgerln tiefgekühlt), 4 Eier, 350 ml Schlagobers, 2-3 EL geriebenen Parmesan, 1 Becher Creme fraîche, Salz, Pfeffer aus der Mühle, Muskat (gemahlen)

Zubereitung:

Den Spinat auftauen und ausdrücken. Den Lachs in 2 x 2 cm große Würfel schneiden. Die Form (Quiche-Form oder, wenn nicht vorhanden, ein anderes Gefäß – ich habe eine Bratpfanne verwendet) mit Backpapier auslegen, den Teig in die Form geben. Den Teig etwas nach oben drücken, sodass ein Rand entsteht. Lachs und Spinat auf dem Teig verteilen. Eier, Schlagobers, Parmesan, Creme fraîche verrühren. Mit Salz, Pfeffer und Muskat kräftig würzen und darüber gießen.

Im Ofen 40 - 50 Minuten lang bei 180° Ober/Unterhitze goldbraun backen. Dazu eventuell frischen grünen Salat servieren. Wenn ihr nur zu zweit seid: einfach am nächsten Tag in der Mikrowelle wärmen – schmeckt wie frisch! Statt Spinat kann auch Spargel verwendet werden – oder beides!

Gutes Gelingen! Eure Gabi



DMZ Klinik in Israel

Kurheilverfahren

am Toten Meer

Seit 01.01.2020 ist die DMZ Klinik Vertragspartner der neu fusionierten Krankenkassen und Sozialversicherungsträger in Österreich.

Psoriasis zählt den häufigsten chronischen Hautkrankheiten in Österreich. Hochrechnungen zufolge gibt es rund 300 000 Psoriasis Patienten in Österreich. Diese chronische Krankheit ist in vielen Fällen sehr schwer therapierbar. So hat sich die Klimatherapie/Kurbehandlung am Toten Meer zu einer – nicht mehr wegzudenkenden – Behandlungsalternative etabliert. Seit 2010 wurden ca. 2500 Österreichische Patienten mit sehr großem Erfolg am Toten Meer behandelt.

Sämtliche Krankenkassen und Sozialversicherungsträger können seit dem 01.01.2020 die kompletten Kosten für Flug, Transfer, Unterkunft, Verpflegung und Therapie übernehmen. Die medizinische Versorgung und Durchführung der Therapie und die organisatorischen Abwicklung sind durch das Deutsche Medizinische Zentrum sichergestellt.

Das „Geheimnis“ der Behandlungserfolge ist auf die einzigartigen Klimaverhältnisse am Toten Meer zurückzuführen. Neben dem hoch mineralhaltigen Wasser, das den Körper scheinbar schwerelos schweben lässt, ist die Sonne ein sehr wichtiger Teil der Klimatherapie. Am Toten Meer scheint die gesündeste Sonne der Welt. Die Zusammensetzung des Lichts ist nach einer Studie der Universität Beer Sheva (Israel) einzigartig. Durch die tiefe Lage – 400 Meter unter dem Meeresspiegel und einer stark mineralhaltigen Dunstschicht über die ganze Region werden die schädlichen UVB- und UVC Strahlen aus dem Sonnenlicht weitgehend ausgefiltert. Die Gefahr von einem Sonnenbrand ist drastisch reduziert.

Die stundenlangen Sonnenbäder sind durch individuell erstellte Computeranalysen genau dosiert und werden mit den Bädern im Toten Meer kombiniert. Zusätzlich ist die Umwelt am Toten Meer nahezu allergiefrei. Die Luft hat durch die Tiefenlage einen sehr hohen Sauerstoffgehalt und ist mit Brom angereichert, das einen entspannenden Effekt auf das Nervensystem ausübt. Als Ergänzung zur Therapie wird der Heilschlamm vom Toten Meer und die vorhandenen Schwefelbäder eingesetzt.

Außergewöhnliche Therapieerfolge

Die Erfolgsquote der Behandlung am Toten Meer ist außerordentlich hoch. Ca. 95 Prozent der Betroffenen Schuppenflechte- und Neurodermitis- Patienten sind nach einem 4 wöchigen Aufenthalt am Toten Meer völlig erscheinungsfrei. Diese Behandlungserfolge sind nachhaltig und ohne Nebenwirkungen.

Ihr Weg zur Kur ans Tote Meer:

- Antrag durch den behandelnden Arzt und / oder Dermatologe.
- Antrag auf ein stationäres Kurheilverfahren in der DMZ Klinik am Toten Meer wird beim zuständigen Versicherungsträger (Pensions- oder Krankenversicherung) zur Prüfung eingereicht.
- Bewilligt der Sozialversicherungsträger den Antrag, erfolgt die Terminvergabe in Abstimmung durch die Hauptverwaltung der DMZ Klinik.

- Die Patienten fliegen von Wien (oder München) nach Tel Aviv mit Austrian Airlines oder EL AL
- Transfer zum Kurhotel am Toten Meer
- 4 wöchiger Aufenthalt im ***** Kurhotel Lot direkt am Toten Meer
- Behandlung und Therapie in der DMZ Klinik (ist im Hotel Lot integriert)
- Die Gesamtkosten werden direkt von der DMZ Hauptverwaltung mit der Krankenkasse/SV-Träger nach Beendigung des Kuraufenthaltes abgerechnet.
- Der Patient hält lediglich vorab die gesetzliche Zuzahlung zu leisten

Das erforderliche Antragsformular kann auf der Website der Sozialversicherung (www.sozialversicherung.at) heruntergeladen werden oder direkt bei den zuständigen Sozialversicherungsträgern angefordert werden. ►



INFOBOX

Hauptverwaltung des Deutschen Medizinischen Zentrums (DMZ)
 R&E Häckel GmbH, Robert-Bosch-Str. 14, D-82054 Sauerlach bei München
 Tel. 0049/8104/90860-60, Fax 0049/8104/90860-70
 E-Mail info@dmz-klinik.de
www.dmz-klinik.de

Übersicht über die Vertragspartner der DMZ Klinik innerhalb der Österreichischen Sozialversicherung:

1) Österreichische Gesundheitskrankenkasse (ÖGK)

Der DMZ-Vertrag hat Gültigkeit für sämtliche Versicherte der ehemaligen Gebietskrankenkassen in allen Bundesländern.

2) Die Sozialversicherung der Selbstständigen SVS

Der DMZ-Vertrag hat Gültigkeit für sämtliche Versicherte der ehemaligen SVA der gewerblichen Wirtschaft und der Sozialversicherungsanstalt der Bauern

3) Versicherungsanstalt öffentlich Bediensteter, Eisenbahnen und Bergbau (bvaeb)

Der DMZ Vertrag hat Gültigkeit für sämtliche Versicherte der ehemaligen bva und der VAEB

4) Pensionsversicherungsanstalt PVA

Der DMZ Vertrag hat (wie schon in den vergangenen Jahren) Gültigkeit für sämtliche berufstätige der Pensionsversicherungsanstalt

5) Krankenfürsorgeanstalten (KFA)

Kranken- und Unfallfürsorge für OÖ. Gemeinden (KFG), OÖ. Lehrer-Kranken- und Unfallfürsorge (OÖ. LKUF), KFA Tirol und KFA Graz

In sämtlichen Vereinbarungen sind nachfolgende Krankheitsbilder festgeschrieben:

Psoriasis, Psoriasis Arthropathica, Neurodermitis, Vitiligo und Exzeme anderer Genese

Corona-Krise:

Durch die weltweite Corona-Krise ist es zurzeit nicht möglich einen Kuraufenthalt am Toten Meer zu absolvieren. Nach optimistischen Einschätzungen wird mit einer Fortführung der Kuraufenthalte am Toten Meer ab Juni 2020 gerechnet.



Vortrag und Diskussion Future Health & Science Talk 2.0

pso austria folgte am 15. Oktober 2019 einer Einladung zu Vorträgen mit anschließender Podiumsdiskussion zum Thema „Future Health & Science Talk 2.0“ / Disruptive (bahnbrechende) Innovationen in Medizin und Gesellschaft – Herausforderungen und Chancen.

Veranstalter waren die forschende Firma GILEAD Sciences GesmbH in Kooperation mit U.S.Commercial Service, AmCham Austria und der WKÖ. Ort der Veranstaltung war der Versammlungssaal des Chemischen Instituts der TU Wien, 1060 Getreidemarkt. Anwesend waren u. a. der Botschafter der USA, der Patientenanwalt sowie Geschäftsführer verschiedener Organisationen.

In den Vorträgen wurden die gewaltigen Entwicklungen, nämlich die disruptiven (bahnbrechenden) Innovationen auf den Gebieten der Medizin, Technik sowie diverser Technologien vorgestellt. Außerdem wurde auf die Fortschritte im Vergleich zu den letzten 40-50 Jahren hingewiesen. Im Mittelpunkt stand dabei natürlich als geeignetes Beispiel die Krebsforschung (Onkologie) sowie die Krebstherapie, der, als Modell bei derzeit weltweit 60.000 Neuerkrankungen pro Tag, das Haupt-

interesse gilt. Durch Fakten bzw. Statistiken wurden die enormen Verbesserungen und Resultate im Vergleich zu den bisher bestehenden Methoden hinsichtlich Heilung, signifikanter Steigerung der Überlebensrate auf viele Jahre sowie Verbesserung der Lebensqualität im Vergleich z. B. zu den 1970-er Jahren belegt.

Aber auch gewisse innovative Technologien sind für uns heutzutage im Vergleich zu früher schon selbstverständlich geworden. So ist ein vermeintlich einfaches Gerät, wie etwa ein moderner Defibrillator als Lebensretter, nicht mehr wegzudenken.

Ein Wermutstropfen ist jedoch der Stellenwert, den die forschende Industrie sowie der Status, den ein Wissenschaftler bei uns in Österreich im Vergleich zu anderen Staaten wie Deutschland, Schweiz, England, USA, Japan, Korea, etc. hat. Ein Fußballer oder Schlagersänger ist bei der Bevölkerung sowie in vielen Medien weitaus präsenter und angesehener, Wissenschaftler gelten eher noch als Exoten. Hier gilt ein gewaltiger Nachholbedarf, um die Leistungen der Forschung richtig zu würdigen. ■

22.10.2019 3. SUS-Stammtisch

Dieser Stammtisch soll dem Meinungsaustausch und der Vernetzung der Obleute untereinander innerhalb des Systems der Selbsthilfegruppen bzw. der Weitergabe des Erfahrungsschatzes von routinierten Obleuten etablierter Vereine an jüngere Kolleginnen oder Kollegen in neu gegründeten Vereinen dienen. Es war überaus interessant zu erfahren und dabei zu lernen, mit welchen Schwierigkeiten die einzelnen Vereine zu kämpfen haben. Manche der Schwierigkeiten lassen

sich auf die meisten Vereine umlegen und sind dabei gut bekannt, manche andere dagegen sind rein krankheitsspezifisch. Manche Vereine dienen gut bekannten oder auch neuen Erkrankungen, andere wiederum seltenen, aber schweren Erkrankungen, etc.

Der Stammtisch war sehr gut besucht, die Zeit von 3 Stunden fast zu knapp, um sämtliche Belange abzuarbeiten. Eine Fortsetzung ist sicher geplant. ■

10.10.2019 10 Jahre FOPI

„10 Jahre FOPI“, so lautete die Veranstaltung anlässlich des 10-jährigen Jubiläums von FOPI (Abkürzung für „Forum der forschenden pharmazeutischen Industrie“) als eingetragener Verein, an der auch **pso austria** eingeladen war und teilnahm.

Der Präsident als auch die Vizepräsidentin der FOPI gaben einen interessanten Rückblick auf die vergangenen 10 Jahre als auch eine Vorausschau auf die kommenden 10-20 Jahre. So wurde über folgende fortschrittliche Fakten berichtet:

- Steigende Zahl der Klinischen Prüfungen und der daran teilnehmenden Patienten
- Zahl der neu zugelassenen Wirkstoffe, (besonders in der Onkologie und für neue Indikationen)
- Das Indikationsfeld ist weit gestreut, es geht von der Schlaganfall-Prohylaxe zu neuer HIV-Therapie, Immunonkologie, CAR-T Zelltherapie (Verabreichung modifizierter Eigenzellen bei Lymphom/Myelom), Medikament zur Heilung von Hepatitis C, Hoffnung bei SMA (Spinale Muskelarthrophie) durch kausale Therapie, eosinophiles Asthma, Morbus Dupuytren (Hand- u. Fingerverkrümmung, „Therapie ohne Skalpell“ mit einer Injektion), Haemophilie (neue Option für Bluter, früher Faktor 8-Präparat täglich, jetzt Verabreichung s.c. 1x/Woche), Stammzelltherapie, COPD, Asthma, Neurodermitis, MS-Therapie mit 20 Tage/Jahr, bis zum Durchbruch bei der Cholesterin-

Therapie (s. c. Verabreichung monoklonaler Antikörper), um nur einige zu nennen.

- Arzneimittelkosten-Stabilität
- Rolle der Patienten (bezüglich Rechte, Klinische Studien, Patientenvertreter in der Heilmittelkommission, etc.)
- Rolle der Patientenorganisationen
- Vergleich Ausgaben für Forschung & Entwicklung mit anderen führenden Industriepartnern: Pharmazeutische Industrie führend
- Politische Entscheidungsträger
- FOPI-Mitglieder: z. Zt. 28, bei Gründung 8
- Steigende Zahl der Mitarbeiter und Aktivitäten

Einen allgemeinen Ausblick auf die Zukunft gaben der Rektor der MedUni Wien sowie die führende Professorin für Neurowissenschaft und Verhaltensbiologie der MedUni Wien in der „Utopie 2030“.

Kurzfassung

Hierbei gibt es einige Wermutstropfen, das Ansehen der Forschung lässt noch zu wünschen übrig, dafür gibt es ein ausgeprägtes „Regionalbewusstsein“. So findet man z. B. Fußballer häufiger in den Medien als Spitzenwissenschaftler. Auch scheint es für Kultur-Events weitaus höhere finanzielle Mittel zu geben als für die Forschung. Ebenso mangelt es an Innovationsbewusstsein im Vergleich zu den anderen führenden Industriestaaten. Dies alles weist sich für den Forschungsstandort Österreich nicht unbedingt positiv aus. ■

Vorstandswahl

Der Vorstand wurde am 25. Jänner 2020 einstimmig gewählt:

Bundesorganisation	Landesgruppe Wien
Obfrau: Schranz Gabriele	Obfrau: Schranz Gabriele
Stellvertreter: Hoch Gerhard	Stellvertreter: Hoch Gerhard
Kassier: Leitner Heinrich	Kassier: Leitner Heinrich
Stellvertreter: Matejka Dorothea	Stellvertreter: Matejka Dorothea
Schriftführer: Konecky Gabriele	Schriftführer: Konecky Gabriele
Stellvertreter: Gärtner Sebastian	Stellvertreter: Gärtner Sebastian
Kontrolle: Chalupsky Regina, Gregor Monika	Kontrolle: Chalupsky Regina. Gregor Monika

Wir danken allen für das an uns ausgesprochene Vertrauen!

pso Ambulanzen

WIEN			
Universitäts-Klinik für Dermatologie Wien Währinger Gürtel 18-20, 1090 Wien			
Klinische Abteilung für Allgemeine Dermatologie			
Psoriasis Ambulanz, Mo-Fr 8:00-12:00, 13:00-15:00, mit Termin	01/ 40400 77190	www.akhwien.at	
Phototherapeutische Ambulanz, Mo-Fr 8:00-12:00, 13:00-15:00, mit Termin	01/ 40400 77190	www.akhwien.at	
Dermatopsychologische Ambulanz, Mo-Fr, Terminvereinbarung		www.akhwien.at	
Klinische Abteilung für Immundermatologie und Infektionskrankheiten			
Immundermatologische Ambulanz, Mo-Fr 7:30-14:30, Terminvereinbarung	01/ 40400 77200	www.akhwien.at	
Krankenanstalt Rudolfstiftung Juchgasse 25, 1030 Wien			
Allgemeine Dermatologische Ambulanz, Mo-Fr 8:00-12:00, Mo mit Termin	01/ 71165 2711	www.wienkav.at	
Photobiologische Ambulanz, Mo, Di, Do, Fr 7:00-15:00, mit Termin	01/ 71165 2711		
SMZ Süd KFJ Kundratstraße 2, 1100 Wien			
Allgemeine Dermatologische Ambulanz, Mo-Fr 8:00-10:00	01/ 60191 3913	www.wienkav.at	
KH Hietzing Rosenhügel Wolkersbergenstraße 1, 1130 Wien			
Allgemeine Dermatologische Ambulanz, Mo-Fr 8:00-12:00, mit Termin	01/ 80110 2430	www.wienkav.at	
Psoriasisambulanz, Mo-Fr 7:00 - 15:00, mit Termin	01/ 80110 2435		
Wilhelminenspital Montleartstraße 37, 1160 Wien			
Allgemeine Dermatologische Ambulanz, Mo-Fr 8:00-11:00	01/ 49150 2710	www.wienkav.at	
SMZ Ost / (Donauspital) Langobardenstraße 122, 1220 Wien			
Allgemeine Dermatologische Ambulanz, Mo-Fr 8:30-12:00, Do nur mit Termin	01/ 28802 4150		
Photobiologische (PUVA) Spezialambulanz, Mo, Di, Mi, Fr 7:45 -10:00, mit Termin		01/ 28802 4167	
KÄRNTEN			
LKH Klagenfurt Sankt Veiter Straße 47, 9020 Klagenfurt			
Allgemeine Dermatologische Ambulanz, Mo-Fr 8:00-15:00, mit Termin	0463/538 22616	www.kabeg.at	
NIEDERÖSTERREICH			
St.Pölten Propst-Führer-Straße 4, 3100 St.Pölten			
Allgemeine Dermatologische Ambulanz, Mo-Fr 7:30-11:30, mit Termin	02742/9004 12021	www.stpoelten.lknoe.at	
Psoriasis Ambulanz, Dienstag Nachmittag mit Termin	02742/9004 12021		
Wiener Neustadt Corvinusring 3, 2700 Wiener Neustadt			
Allgemeine Dermatologische Ambulanz, Mo-Fr 7:30-12:00, mit Termin	02622/9004 4913	www.wienerneustadt.lknoe.at	
Psoriasis Ambulanz, Mo-Fr 7:30-14:00, mit Termin		02622/9004 4913	
OBERÖSTERREICH			
Elisabethinen Linz Fadingerstraße 1, 4020 Linz			
Allgemeine Dermatologische Ambulanz, Mo, Di, Do, Fr 9:00-12:45, Mi ohne Termin	0732/7676 4500	www.elisabethinen.or.at	
Psoriasis Ambulanz, Mi 11:00-12:30, mit Termin	0732/7676 4500		
AKH Linz Krankenhausstraße 9, 4021 Linz			
Psoriasis Ambulanz in Allgemeine Ambulanz, Mo-Fr 7:00-13:00	0732/7806 3785	www.linz.at/akh	
Kreuzschwester Wels Salzburger Straße 65, 4600 Wels			
Allgemeine Dermatologische Ambulanz, Mo-Fr 8:00-12:00, mit Termin	07242/415 2347	www.klinikum-wegr.at	
SALZBURG			
Universitäts-Klinik für Dermatologie und Venerologie Müllner Hauptstraße 48, 5020 Salzburg			
Allgemeine Dermatologische Ambulanz, Mo-Fr 8:00-12:00	0662/4482 3014	www.salk.at	
Ambulanz für Phototherapie, Mo-Fr 7:30-16:00, mit Termin	0662/4482 3025		
STEIERMARK			
Universitäts-Klinik für Dermatologie, Klinische Abteilung für Allgemeine Dermatologie Auenbrugger Platz 8, 8036 Graz			
Psoriasis Ambulanz, Mi, Do 12:30-14:00, mit Termin	0316/385 12683	derma.uniklinikumgraz.at	
Photodermatologie, Mo-Fr 7:30-15:00, mit Termin	0316/385 13254		
Allgemeine Dermatologische Ambulanz, Mo-Fr 7:30-12:30, mit Termin	0316/385 12683		
TIROL			
Universitäts-Klinik für Dermatologie und Venerologie Innsbruck Anichstraße 35, 6020 Innsbruck			
Allgemeine Dermatologische Ambulanz, Mo, Di, Do, Fr 8:00-11:30, mit Termin	0512/504 23026	www2.i-med.ac.at	
Phototherapeutische Ambulanz PUVA, Mo-Fr 7:30-16:00, mit Termin	0512/504 22977		
VORARLBERG			
KH Feldkirch Carinagasse 47, 6807 Feldkirch			
Allgemeine Dermatologische Ambulanz, Mo,Mi,Fr 8:30-10:30, mit Termin	05522 303 1230	www.lkhf.at	

Alle niedergelassenen Dermatologen sind gerne Ansprechpartner bei Fragen zu Ihrer Psoriasis. Weitere Daten/Angaben/Informationen entnehmen Sie bitte unserer Webpage www.psoriasis-hilfe.at

Termine 2020

Aufgrund von COVID-19 wird es in diesem Jahr keine Veranstaltungen geben. Dies betrifft: pso Patienteninformationstag, Clubabende und Adventzauber sowie diverse sonstige Veranstaltungen und Workshops. Für die Öffnung des pso Bades warten wir ab, welche Entscheidung die Regierung für die öffentlichen Bäder trifft.

Aktuelle Termine werden auf unserer Website www.psoriasis-hilfe.at bekanntgegeben.

Werden Sie Mitglied – Ihre Vorteile auf einen Blick:

- 2x jährlich GRATIS Zusendung unseres **psoriasis-hilfe Journals**
- **Umfangreiches Informationsangebot** rund um Psoriasis
- Möglichkeit zur Teilnahme an **Workshops**
- Möglichkeit zur **aktiven Gestaltung und Mitarbeit** im Verein
- Nutzung unseres eigenen **pso Naturbades** an der Alten Donau

Mitgliedsbeitrag € 29,- jährlich

Badebeitrag € 60,-

Weitere Informationen finden Sie auf www.psoriasis-hilfe.at

Wir danken für die Unterstützung durch

abbvie

