



# Prožijte aktivní dětství naplno i s lupénkou

Život dětí se závažnou  
lupénkou je náročný,  
**ale nemusí tomu tak být.<sup>1</sup>**

Tento dokument  
vám pomůže:

- pochopit, co je lupénka,
- získat kontrolu nad tímto onemocněním,
- zjistit více o možnostech léčby.

# Co je lupénka?

Lupénka je chronické (dlouhodobé) onemocnění způsobené nesprávnou reakcí vlastního imunitního systému, v jehož průběhu se na kůži objevují zarudlá, vystouplá ložiska, ze kterých se olupují šupinky kůže.<sup>2,3</sup> Může postihnout také další orgány a oblasti těla, včetně kloubů. Lupénku většinou nelze zcela vyléčit, ale existují možnosti léčby, které mohou dostat onemocnění pod kontrolu, takže si děti mohou své dětství užívat naplno a být aktivní.<sup>2</sup>

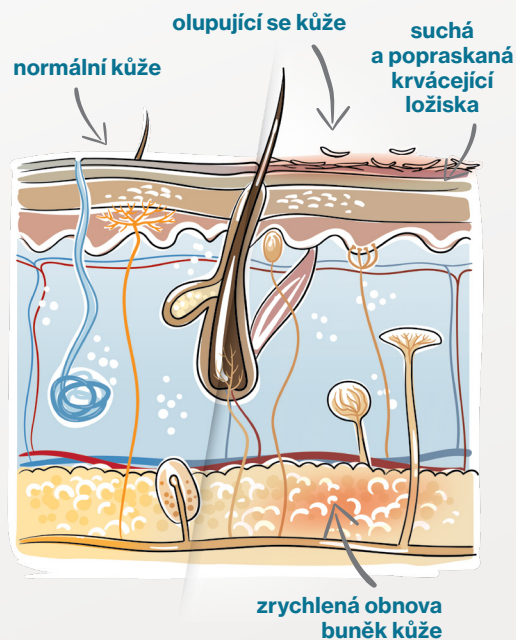
## Co je příčinou tohoto onemocnění?

### Příčinou je rozbouřený imunitní systém.

Úkolem imunitního systému je chránit vaše tělo třeba před škodlivými bakteriemi a viry a pomáhá vám v uzdravení poté, co se zraníte. Například, když se pořežete nebo vás štípne včela, váš imunitní systém způsobí zánět. Můžete ho vidět jako zarudlý, bolavý otok, který se objeví, když se něco takového stane. Ale u lupénky váš imunitní systém funguje příliš silně – to znamená, že se začne vytvářet zánět a zrychlí se obnova kůže i v případě, kdy to nepotřebujete.<sup>2,4</sup> To je důvod, proč se vám na kůži objeví ta nepříjemná, svědicí a bolestivá ložiska (i když jste se nepořezali ani vás nepíchla včela!).

Lupénka může způsobovat zánět i v jiných částech těla, nejen na kůži.<sup>2</sup> Je tedy důležité s lékařem probrat možnosti léčby, které odstraní projevy na kůži a zároveň podle potřeby ztlumí zánět, který by mohl ohrozit ostatní orgány.

Kromě toho, že se jedná o bolestivé a omezující onemocnění, má lupénka významný dopad na kvalitu života. Děti s lupénkou se tak mohou cítit smutné, našťavané a může pro ně být obtížné užívat si život stejně jako ostatní děti.



## Několik faktů o lupénce

**Pokud trpíš lupénkou, možná se často ptáš: „Proč se mi to děje?“, „Jak to všechno začalo?“ a „Udělal/a jsem něco špatně?“**

Je normální, že máš takové pocity. Následující fakta ti mohou pomoci lépe pochopit toto onemocnění:<sup>5-7</sup>

- Není to alergie.<sup>7</sup>
- Není to nakažlivá nemoc.<sup>6</sup>
- **Není to ničí chyba – neudělal/a jsi nic špatně.**<sup>6</sup>
- **Nejsi v tom sám/sama**<sup>6</sup> – zhruba 1 ze 100 dětí trpí lupénkou.<sup>5</sup>

Pro zlepšení svého zdraví ale můžeš něco udělat. Je důležité užívat léky, které ti předepsal tvůj doktor a které pomáhají v souboji s lupénkou.<sup>6</sup>

**Hodně pomůže, když se o svoji kůži budeš starat, když budeš zdravě jíst, nebudeš mít nadváhu a když budeš přiměřeně sportovat.**



# Bud'te o krok napřed před lupénkou

## Pečujte o svoji kůži

Správná péče o kůži a vhodná léčba mohou pomoci zmírnit projevy lupénky a snížit riziko dalších vzplanutí.

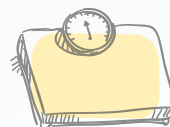
**Zde je několik tipů, jak se o svou kůži starat:**

- 1. Vyvarujte se poranění kůže.** Malé pořezání nebo štípnutí hmyzem může vyvolat projev lupénky.<sup>8</sup>
- 2. Vyvarujte se spálení kůže sluncem.** Dokonce i mírné spálení může zhoršit stav lupénky nebo způsobit nové vzplanutí.<sup>8</sup>
- 3. Vyvarujte se dlouhého sprchování teplou vodou nebo koupelí.** Ty mohou kůži vysušovat a způsobovat podráždění.<sup>9</sup>
- 4. Pokud je to možné, neškrábejte se.** Škrábání může lupénku zhoršovat. K úlevě od svědění dermatologové doporučují studené obklady, promazávání kůže a v závažných případech některé léky.<sup>8</sup>
- 5. Používejte každý den hydratační krém.** Hydratační krém je v tomto případě vhodnější než tělové mléko. Hydratačních gelů byste se měli vyvarovat, jelikož mohou obsahovat alkohol, který může způsobovat vysušování a dráždění kůže.<sup>8,10</sup>
- 6. I v případě, že se stav vaší kůže zlepšuje, nadále užívejte léky, které vám předepsal váš lékař.<sup>8</sup>**

Věděli jste, že lupénku mohou vyvolat nebo zhoršovat následující věci?<sup>1,5</sup>



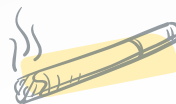
• Infekce



• Zvýšení hmotnosti



• Emoční stres nebo fyzická zátěž



• Tabákový kouř



# Nejčastější způsob léčby u dětí

Od krému přes fototerapii až k biologické léčbě

**Existují různé možnosti léčby, které volí lékař podle závažnosti onemocnění.** U většiny dětí se k léčbě používá lokální terapie, tedy například krémy, masti a léčebné šampony.<sup>3</sup>

K léčbě může lékař zvolit kombinaci různých druhů léčby, včetně UV záření a dalších léků na předpis.<sup>3</sup> Může vám ale také doporučit biologickou léčbu.<sup>3</sup>

## Co je to biologická léčba?

Na rozdíl od lokální terapie a fototerapie, které působí na povrchu kůže, působí biologická léčba na imunitní systém. Konkrétně pak na ty součásti imunitního systému, které jsou až příliš aktivní, a poškozují tím organismus.<sup>5</sup> Tímto způsobem biologická léčba zmírňuje nežádoucí zánět a umožňuje zlepšení stavu kůže. Léčba je obvykle dlouhodobá, aby se dosažené zlepšení udrželo.<sup>15</sup> U dospělých pacientů lékaři využívají biologickou léčbou již 17 let a od roku 2016 je biologická léčba dostupná i pro děti.<sup>5,11</sup>



## Co je důležité vědět o biologické léčbě?

- Většina biologických přípravků se podává ve formě injekce. Doktor ti vysvětlí, jak to všechno funguje.
- Lupénka může způsobovat zánět i v jiných částech těla, nejen na kůži. Je tedy důležité, abys léky užíval/a i nadále poté, co dojde ke zlepšení stavu kůže. Vždy se řiď plánem léčby, který ti stanovil lékař.<sup>2</sup>
- Biologická léčba přináší, stejně jako jakákoliv jiná léčba, potenciální rizika a nežádoucí účinky. Tvůj doktor ti vše vysvětlí.



# Účinná léčba ti může pomoci znovu prožívat dětství naplno.

Abys mohl/a opět nosit oblečení, které chceš, a dělat věci, které máš rád/ráda.



- **Lepší spánek**



- **Méně svědění, méně bolesti,  
méně projevů lupénky**



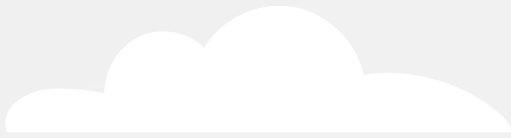
- **Možnost tancovat,  
hrát si a užívat si  
svůj život**



- **Možnost užívat si běhání,  
plavání a další sporty**

## Lupénka už nemusí dětem bránit užívat si dětství naplno.

Máte dotazy týkající se biologické léčby a dalších možností terapie lupénky? **Zptejte se svého lékaře.**



**Reference:** **1.** Cordoro KM. *J Psoriasis Psoriatic Arthritis*. 2020;5(1):7–11. **2.** Kids Health. Psoriasis. <https://kidshealth.org/en/parents/psoriasis.html>. Reviewed January 2020. Accessed July 12, 2020. **3.** National Psoriasis Foundation. About Psoriasis. <https://www.psoriasis.org/about-psoriasis/>. Updated 5/24/20. Accessed July 12, 2020. **4.** American Academy of Dermatology Press release, November 2019. **5.** Menter A, et al. *J Am Acad Dermatol*. 2020;82(1):161-201. **6.** Psoriasis and Psoriatic Arthritis Alliance. Children with Psoriasis. <https://www.papaa.org/learn-about-psoriasis-and-psoriatic-arthritis/children/children-with-psoriasis>. Accessed July 12, 2020. **7.** National Psoriasis Foundation. Our Spot: A place for youth. <https://www.psoriasis.org/our-spot/for-kids>. Accessed July 12, 2020. **8.** American Academy of Dermatology. Psoriasis: Tips for managing. <https://www.aad.org/public/diseases/psoriasis/insider/tips>. Accessed on July 12, 2020. **9.** American Academy of Dermatology. 8 ways to stop baths and showers from worsening your psoriasis. <https://www.aad.org/public/diseases/psoriasis/skin-care/baths-showers>. Accessed on July 12, 2020. **10.** National Psoriasis Foundation. Skin care through the ages. <https://www.psoriasis.org/advance/skin-care-through-ages>. Accessed on July 12, 2020. **11.** Rich SJ, Bello-Quintero CE. *JMCP*. 2004;10(4):318-315.

CZ2011230563/11/2020