

# Välkommen till oss!



**PSORIASISFÖRENINGEN**  
i Stockholms län



Detta är en kort orientering till dig som ska börja behandla dig på någon av Psoriasisföreningens mottagningar. Vi hoppas att du ska trivas hos oss. Har du frågor eller funderingar är du alltid välkommen att kontakta din mottagning.



Ha gott om tid vid första besöket!

För ljus- och salvbehandling behöver du inte beställa tid. För fotvård, Buckybehandling och läkarbesök bedömer vårdpersonalen behovet och bokar tid åt dig.

### Att tänka på

Vissa läkemedel kan göra dig mer ljuskänslig. Uppge därför alltid vilka mediciner, salvor och naturpreparat du använder – även de som inte är receptbelagda. Det är viktigt att använda skyddsglasögon (finns att låna eller köpa om du vill ha egna) och att skydda ansikte samt underliv från UV-ljus, om man inte behöver behandla dessa delar av kroppen. Undvik smink och parfym i samband med behandlingen.

### Avfjällning

En behandling börjar med avfjällning, som är grunden vid psoriasisbehandling. Det är viktigt att vara varsam och inte riva eller skrapa bort psoriasisfläckarna eftersom psoriasis gärna sätter sig i irriterad och skadad hud. En uppmjukande kräm, dusch, bastu eller bad fungerar

bra som avfjällning. Till hårbotten kan man använda olja eller något salicylsyrehaltigt preparat. För att få bort olja/kräm ur håret masserar man in schampo i torrt hår och sköljer.



### Ljusbehandling

På Psoriasisföreningens mottagningar finns ljusboxar med UVA- och UVB-ljus för behandling av hela kroppen. Motsvarande utrustning finns också för enbart händer och/eller fötter. Första behandlingen varar som regel mellan 30 – 60 sekunder. Därefter ökas ljusdosen successivt.

Har du ordinerats ljusbehandling för din psoriasis innebär det behandling två till tre gånger i veckan – aldrig två dagar i rad – under en period om cirka åtta veckor. Var noga med att följa ordinationen och de behandlingsanvisningar du får av vårdpersonalen.

### Utvärtes läkemedel

Psoriasis behandlas ofta med receptbelagda utvärtes läkemedel som t ex salvor och krämer. Sjukvårdspersonalen hjälper dig att smörja de ställen av kroppen där du har svårt att komma åt som exempelvis hårbotten och rygg.

### Systembehandling

Vid svårare psoriasis kan du ordinerats behandling i form av tabletter eller injektioner. Då går du på regelbundna kontroller som mottagningen ansvarar för.





 **PSORIASISFÖRENINGEN**  
i Stockholms län

Sockenvägen 370, 122 63 Enskede  
tel: 08-448 07 30 e-post: [info@pso.a.se](mailto:info@pso.a.se)  
[www.pso.a.se](http://www.pso.a.se)