

Lichen planus



Lichen planus (kaldes også for lichen ruber) er en inflammatorisk, stærkt kløende hud- og slimhinde sygdom.

Sygdommen begynder oftest pludseligt og bliver altid ledsaget af en kraftig kløe. De fleste med Lichen planus oplever efter et forløb på et til to år, at symptomerne er aftagende og ikke tilbagevendende. (I enkelte tilfælde kan sygdommen blive kronisk, for det meste hvis slimhinderne er involveret).

Der findes endnu ikke en forklaring på, hvorfor sygdommen opstår.

Hvis slimhinderne er involveret, så er det vigtigt at have regelmæssig kontrol hos lægen. Kløen kan være ufattelig kraftig, at den kan forstyrre personens søvnmønster.

Lichen planus ses for det meste på underarmene og underben, men det betyder ikke, at den ikke kan spredes til resten af kroppen.

Sygdommen ses også på slimhinder, kønsdele og i munden.

Sygdommen ses som små, kantede, rødt-blålige papler, som er mest udtalt i områderne omkring ankler og håndled. Slimhinderne er oftest også involveret, især mundslimhinden. Slimhinderne ses hvor der er hvide streger eller striber (kaldes netmelontegning).

Genitalslimhinden, slimhinderne nede i underlivet kan være ramt.

Der er blevet set, at en række lægemidler og arbejdet med fotokemikalier kan være med til at udløse et lichen planus-udslæt.

65 % med lichen planus får slimhindeforandringer.

Sygdommen rammer oftest midaldrende, og med en overhyppighed hos kvinderne.

Lichen planus er hverken arvelig eller smitter.

Der er ikke fundet forebyggende behandling indtil videre.

Vær OBS!

Hvis der ses lichen planus på kønsdelene, kan der opstå en sammenvoksning af slimhinderne.

Problemet behandles bedst i det tidlige stadie, så SØG læge så tidligt, det er muligt!

Symptomer:

- ❧ Kraftig kløen.
- ❧ Små, kantede, rødt-blålige papler, der ses mest i områderne omkring håndled/underarm og på ankler/underben.
- ❧ Hudforandringerne er rødt-blålige med en skinnende glat overflade.
- ❧ Hudforandringerne sidder oftest i tætstillede, mosaikagtige grupper.
- ❧ Slimhinderne (ofte i munden) er involveret.
- ❧ Slimhinderne samt kønsdelene kan ses med hvide streger eller striber.
- ❧ Hos 10 % er der negleforandringer. Der ses en abnorm længdedestribning.

Hvis der kommer Lichen planus sår på slimhinden, bør du altid kontakte lægen!

Urter som støtteterapi

Inden brug skal du tjekke, at urter ikke er nogle, du får en reaktion fra eller at de ikke er kontraindikeret med medicin. Forhør dig ved din læge eller en biopat/naturopath ibm.

Havtorn er kendt for sit omega-7 indhold, og er godt for slimhinderne. Havtornens fedtsyrerne får cellevæggene gjort fleksible samt smidige. Vi kan danne omega-3 og omega-6 i kroppen ud fra omega-7. Vi kan dog også få omega-7 direkte fra havtorn.

Omega-7 kan være med til at reparere slimhinderne i kroppen. Det er også blevet set, at havtorn er god til problematikker i huden. Omega-7 stimulerer dannelsen af nye hudceller og styrker huden generelt.

Havtorn indeholder ikke kun omega-7, men den indeholder også omega-3, omega-6, omega-9, A-vitamin, C-vitamin og E-vitamin.

Tip: Du kan købe havtorn frosne og bruge i din smoothie. Du kan også købe kosttilskud med omega-7.

Vidste du...

Et lille bær af havtorn indeholder samme mængde C-vitamin som en hel appelsin?

Aloe barbadensis indeholder mange forskellige brugbare egenskaber og er bl.a. immunmodulerende og er antiinflammatorisk. Aloe vera spiller en betydningsfuld rolle, når det handler om tandplejen i behandlingen af lichen planus.

Der er set kliniske forbedringer når der bruges aloe vera, samt drogen støtter mod kløe og svie.

Echinacea purpurea er en immunregulerende og inflammationshæmmende droge. Rød solhat (Echinacea purpurea) er oveni sårlægende. Echinacea purpurea skaber en balance mht. Th1 og Th2.

Echinacea-arter hjælper også med regulering af cytokinerne.

Smerter, læsioners størrelser og antallet af læsioner kan blive reduceret ved brug af Echinacea purpurea.

Chamomilla recutita kan også hjælpe med reduktion af den brændende, kløende følelse. Kamille er oveni inflammationshæmmende og mindsker udslæt på både slimhinder og huden. Kamille er helende og beroligende.

Hvad kan jeg bl.a. hjælpe med?:

- 🌿 Tilskud som vil støtte og styrke Lichen planus
- 🌿 Urter til at støtte slimhinderne og huden
- 🌿 Mad og drikke
- 🌿 Motion
- 🌿 Probiotika

Hvis du vil vide mere om Lichen planus, og/eller få vejledning omkring Lichen planus, så er du altid mere end velkommen til at booke en tid hos mig

<https://system.easypractice.net/book/johanne-hartung>