Dr. Battyáni Zita – Tihanyi András

A PSZORIÁZIS ÉS AZ ÉTREND

Diétás szakácskönyvek

WGB

Dr. Battyáni Zita – Tihanyi András

A PSZORIÁZIS ÉS AZ ÉTREND

A pikkelysömör kialakulása, tünetei, kezelése
Jótanácsok, javaslatok az életmódra és az étrendre

*

Diétás szakácskönyvek

White Golden Book
Budapest

A könyv szerzői

DR. BATTYÁNI ZITA *bőrgyógyász*
TIHANYI ANDRÁS *dietetikus*

ISBN 963 9476 26 9
ISSN 1219-3879

© White Golden Book Kft., 2007.
Minden jog fenntartva.

A kiadásért felel ***Gelegonya Katalin***

A tipográfiát készítette és a borítót tervezte ***Szabó Soma***
Borítófotó ***Europress/Stockfood***
Nyomta és kötötte az ***Oláh Nyomdaipari Kft.***

Tartalom

BEVEZETÉS 7
Egy kis történelem 8

A PSZORIÁZIS GYAKORISÁGA, OKAI ÉS KIALAKULÁSA 10
Kik az érintettek? 10
Mi váltja ki a betegséget? 10
Betegséget provokáló külső tényezők 14

A PSZORIÁZIS TÜNETEI ÉS KLINIKAI FORMÁI 16
A betegség jellemző tünetei 16
Megjelenési formák 17
Szövődményes formák 19
A betegség lefolyása 21

A PSZORIÁZIS KEZELÉSE 22
Helyi kezelés 23
Szisztémás kezelés 26
Életmódbeli tanácsok 29

DIETETIKAI SZEMPONTOK 30
Táplálkozási alapismeretek 30

ÉTREND A PSZORIÁZISBAN 33
Az energiabevitel mérséklésének és a vegetáriánus étrendnek hatásai a tünetekre 34
Gabonafélék és álgabonák a pikkelysömörben szenvedők táplálkozásában 35
Zöldségek és gyümölcsök a pikkelysömörben szenvedők táplálkozásában 36
Zsíradékok a pikkelysömörben szenvedők táplálkozásában 37

Vitaminok a pszoriázis kezelésében 39
Élvezeti szerek 39
A kezelések és az étrend kölcsönhatásai 40

BETEGSEGÍTŐ SZERVEZETEK 43

KONYHATECHNOLÓGIA 44
Mi mennyi? 44

RECEPTEK 46
Levesek 47
Egytálételek, főételek 52
Halételek 61
Köretek, főzelékek 65
Saláták, salátaöntetetek 69
Desszertek 73
Italok 82

IRODALOM 85

RECEPTMUTATÓ 87

A pszoriázis, magyarul pikkelysömör nagyon régi megbetegedés, csaknem az emberiséggel egyidős. Az elmúlt évszázadokban is kutatták az okait, kezelték több-kevesebb sikerrel a tüneteit, a beteget meggyógyítani nem tudták. Sajnos napjainkban sincs a teljes gyógyulásra megoldás, csupán a tünetmentes időszakokat lehet meghosszabbítani.

Jelen könyv bemutatja mi a különbség a normális és a pszoriázisod bőr között. Megtudhatjuk kik az érintettek, függ-e az életkortól, nemtől, mi váltja ki a betegséget, melyek a provokáló tényezők (pl. fertőzések, gyógyszerek, anyagcsere-betegségek, pszichés tényezők, káros szenvedélyek), melyek a betegség jellemző tünetei. Olvashatunk a cseppszerű (vagy szóródó pszoriázisról), a vaskos rúpiaszerű pikkelysömörről, valamint olyan speciális lokalizációról, mint például a hajas fejbőrön lévő pszoriázisos koronáról, a nagyhajlatokban, összefekvő területeken lévő eltávozásokról, továbbá a tenyéri-talpi foltokról, vagy a körömelváltozásokról és a szövődményekről is. Az orvos által írt rész a helyi, illetve szisztémás kezeléssel záruL, melyből az Olvasó megismerheti a ma leggyakrabban használt gyógymódokat, hangsúlyozva, hogy ebben a kórképben is mennyire fontos az egyénre szabott terápia, mely ha teljes gyógyulást nem is hoz, de a tünetmentes időszakokat a lehető leghosszabbra nyújtja. A dietetíkus által írt rész bemutatja, hogy miért fontos odafigyelni az étrendre nemcsak a gyógyszeres kezelések idején, és olyan recepteket ajánl, amely a család többi tagjának is hasznos, könnyen elkészíthető, ráadásul egészséges és még finom is.

A könyv jó szívvel ajánlható nem csak az érintetteknek, hanem hozzátartozóiknak is, akik a könyv elolvasása után nagyobb megértéssel lehetnek a betegek testi-lelki problémája iránt.

ISBN 978-963-9476-26-4

9 789639 476264

Ára: 2520,- Ft