

## Оглавление статей

(все названия – активные ссылки)

[Первые шаги. Всё пропало?](#)

Содержание:

[Псориаз. Курс молодого бойца: Откуда? Как лечить? Как жить?](#)

[Псориаз. Курс молодого бойца: Ответы на вопросы новичков](#)

[Как и чем лечить или не лечить псориаз](#)

[Что делать при псориазе и чего делать не следует](#)

[Один совет по теме псориаза](#)

[Самолечение](#)

[Псориаз: Как удержать или продлить ремиссию](#)

[Путеводитель по PSORANET](#)

[Первые шаги. Вопросы и ответы.](#)

Содержание:

[Вопросы и ответы о псориазе. Часть 1](#)

[Вопросы и ответы о псориазе. Часть 2](#)

[Способы снятия обострений](#)

Содержание:

[Зуд при псориазе: причины, методы устранения, опыт форума](#)

[Об обострениях псориаза и методах снятия](#)

[“Монастырь”, комплексный метод McSure](#)

[Снятие обострений псориатического артрита по McSure](#)

[Средства и методы снятия обострений псориатического артрита](#)

[Применение лопуха при лечении артрита в стадии обострения](#)

Теории возникновения и течения псориаза

Содержание:

[Стрессовые ситуации и псориаз](#)

[Курение и патология кожи. Ладонно-подошвенный пустулёз](#)

[Этиология, классификация, лечение псориаза. Системная терапия](#)

[Генетическая теория](#)

[Нейрогенная теория](#)

[Эндокринная теория](#)

[Иммунная теория](#)

[Обменная теория](#)

[Вирусная теория](#)

[Инфекционная теория](#)

[Провоцирующие псориаз факторы \(триггеры\)](#)

[Псориаз как результат воспаления нервных окончаний](#)

[Роль фокальной \(очаговой\) инфекции в развитии псориаза](#)

[Роль микрофлоры тонкого кишечника в патогенезе псориаза](#)

[О современных взглядах на этиологию псориаза](#)

[Мутация гена CARD14 как вероятная причина псориаза](#)

[О скорости деления и отмирания клеток](#)

[Инттоксикационная концепция Дж. Пегано](#)

[Антиокислительная гипотеза](#)

Теории и факты, статистика

Содержание:

[Результаты опросов участников форума](#)

[Результаты опроса: «Ремиссия от применяемых при псориазе методов и препаратов»](#)

[Результаты опроса в форуме: “Псориатический артрит”](#)

[Опрос “Годы спустя: Какие препараты и методы вам помогли при псориазе?”](#)

[Результаты опроса: “Какие препараты и методы вам помогли при псориазе?”](#)

[Бальзам Цитопсор. Результаты тестирования в форуме](#)

[Результаты опроса: “Продукты-провокаторы псориаза”](#)

[Результаты опроса: «Какие продукты наиболее способствовали обострению псориаза?»](#)

[Результаты опроса в форуме: «Псориаз и группа крови»](#)

[Результаты опроса в форуме: «Различия в проявлениях и лечении псориаза у женщин и мужчин»](#)

[Результаты опроса в форуме: «Лечение, течение, происхождение псориаза»](#)

[Результаты опроса в форуме: «Влияние псориаза на повседневную жизнь»](#)

[Результаты опроса в форуме: «Кто мы?»](#)

[Крем и гель Вилакт. Результаты тестирования в форуме](#)

[Результаты опроса: “Солидоловые мази и их применение при псориазе”](#)

[Результат опроса в форуме о сезонности обострений псориаза](#)

Разновидности и география псориаза. Диагностика псориаза.

Содержание:

[Диагностика псориаза](#)

[Стадии псориаза](#)

[Псориатический артрит. Классификация, дифференциальный диагноз, лечение](#)

[Типы \(формы\) псориаза, фото](#)

[Псориаз: Клиника и формы](#)

Разновидности и география псориаза. Типы и локализация псориаза.

Содержание:

[Этиология, классификация, лечение псориаза. Системная терапия](#)

[Эпидемиология](#)

[Клиника](#)

[Классификация псориаза](#)

[Гистопатология](#)

[Этиология и патогенез](#)

[Лечение](#)

[Системная терапия](#)

[Псориаз в интимных местах, опыт форума](#)

[Псориазическая эритродермия. Советы участников форума](#)

[Лечение ладонно-подошвенной формы псориаза. Опыт форума](#)

[Война с псориазом на ноге: фотоотчёт](#)

[Псориаз ногтей: описание, лечение, опыт форума](#)

[Псориаз у детей](#)

[Псориаз на голове: лечение, профилактика, опыт форума](#)

[Шампунь](#)

[Мыла](#)

[Мази](#)

[Кремы](#)

[Масла](#)

[Травы](#)

[Гормональные средства](#)

[Дайвонекс](#)

[Криотерапия](#)

[Обесцвечивание, окрашивание](#)

[Магнипсор](#)

[Сульсена, лопух и репейное масло](#)

[ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ](#)

[Экссудативный псориаз: клиническая картина и лечение](#)

[Курение и патология кожи. Ладонно- подошвенный пустулёз](#)

[Пустулёзный псориаз: опыт участников форума](#)

Разновидности и география псориаза. Псориаз у мам и детей.

Содержание:

[Псориаз и контрацептивы, опыт форума](#)

[Эфирные масла при беременности и наличии псор. артрита](#)

[Беременность и псориаз: что надо знать и соблюдать](#)

[Самый главный вопрос: наследственность и псориаз](#)

[Что зависит от родителей](#)

[Подготовка к беременности](#)

[Ответственное вынашивание малыша](#)

[Мужчины, несколько слов только для вас](#)

[Как беременность и псориаз влияют друг на друга?](#)

[Псориаз у детей. Опыт форума](#)

[Лечение сыпи у грудничков \(аллергия, псориаз\)](#)

[Псориаз у наших детей: триггеры, лечение, рецепты](#)

[Триггеры \(что спровоцировало?\)](#)

[О еде наших детей](#)

[Об инфекциях и прививках](#)

[О нервах и стрессах](#)

[Лечение, рецепты, стиль жизни ребёнка](#)

[Молитвы разные](#)

[Грудное вскармливание при псориазе: советы, опыт форума](#)

[Кормящая мама в пятнышко](#)

[И просто – красивая мама](#)

[Оберегаем грудь](#)

[Спасаем соски](#)

[Где спряталось время или как всё успеть](#)

[Питание кормящей мамы](#)

Официальная (конвенциональная) медицина. Традиционное лечение.

Содержание:

[Это страшное слово — «капельница»](#)

[Психотерапия в лечении псориаза](#)

[Плазмаферез и другие эфферентные методы при псориазе](#)

[Синтетические витамины в терапии псориаза](#)

[Криотерапия псориаза \(лечение воздействием низких температур\)](#)

[Современные проблемы терапии и профилактики псориаза](#)

[Введение](#)

[Лечение псориаза](#)

[ПУВА - терапия в лечении псориаза](#)

[Селективная фототерапия в лечении псориаза](#)

[Ретиноиды в лечении псориаза \(Неотигазон\)](#)

[Препараты витамина D3](#)

[Иммуносупрессивная терапия псориаза](#)

[Методы дезинтоксикационной терапии](#)

[Наружное лечение псориаза](#)

[Мази с витамином D3](#)

[Диета](#)

[Лечение псориаза: Климатические факторы](#)

Официальная (конвенциональная) медицина. Наружные средства.

Содержание:

[Гормональные наружные препараты и псориаз](#)

[В 1001- й раз о гормонах и псориазе](#)

[Как “слезть” с гормональных мазей?](#)

[Предисловие](#)

[Лирическое отступление](#)

[Как “слезать”? Основные варианты](#)

[Дополнительные меры](#)

[Наружные негормональные средства при псориазе](#)

[Индифферентные мази и пасты](#)

[Препараты, содержащие дёготь](#)

[Препараты нефти](#)

[Препараты, содержащие иприт](#)

[Противовирусные средства](#)

[Цитостатические средства](#)

[Растительные препараты](#)

[Средства различного действия](#)

[Средства на солидоловой основе](#)

[Мази, кремы, лосьоны: основные понятия](#)

[Применение чистого дёгтя в дерматологической практике](#)

[Дёготь и его применение при псориазе](#)

[Каменноугольный дёготь: зарубежная практика](#)

[Древесный \(в т.ч. берёзовый\) дёготь](#)

[Практический опыт участников форума](#)

Официальная (конвенциональная) медицина. Фототерапия псориаза

Содержание:

[Общие рекомендации при применении процедур ультрафиолетового облучения](#)

[Правила безопасности при пользовании бытовыми ультрафиолетовыми облучателями](#)

[Лечение ультрафиолетом UVB NB с применением Дайвонекса/Дайвобета](#)

[Использование ультрафиолета совместно с наружными препаратами](#)

[Ультрафиолет при псориазе. Краткие вопросы и ответы](#)

[Определение экспозиции при применении ультрафиолетовых UVB NB ламп при псориазе](#)

[Фототерапия псориаза. Ультрафиолет, диапазон UVA. ПУВА](#)

[Фототерапия псориаза. Ультрафиолет, диапазон UVB](#)

[Пошаговая инструкция по домашней фототерапии](#)

[Физиология витамина D](#)

[Солнце и загар при псориазе](#)

## [Изготовление и испытание солярия на 311 нм \(UVB NB\)](#)

Псориаз и еда. Диета — полезно или вкусно?

Содержание:

[Лечебное питание и фитодиетология псориаза](#)

[Диета](#)

[Фитодиетология псориаза](#)

[Лечебное питание при псориазе](#)

[Лечебное голодание при псориазе](#)

[Опыт лечения псориаза голоданием](#)

[Как правильно питаться](#)

[Питание при псориазе в периодах ремиссии](#)

[Сыроедение при псориазе](#)

[Диеты при псориазе, опыт форума](#)

[Арбузная диета и псориаз](#)

[Псориатический артрит и диета](#)

Псориаз и еда. Продукты полезные и вредные

Содержание:

[Перечень Е-кодов пищевых добавок](#)

[Список пищевых добавок с указанием степени опасности](#)

[Щелоче и кислотообразующие продукты](#)

[«Не все йогурты полезны...»](#)

[Алкоголь и псориаз](#)

[Как выбирать и пить чай](#)

[Результаты опроса: “Продукты-провокаторы псориаза”](#)

[Результаты опроса: «Какие продукты наиболее способствовали обострению псориаза?»](#)



## Псориаз и еда. Рецепты участников

### Содержание:

[Мои тыквенные рецепты](#)

[Рецепты участников. Салаты](#)

[Салат капустный «Лужок»](#)

[Салат «МДП» \(Мечта Дж. Пегано\)](#)

[Рецепты участников. Супы](#)

[Суп с грибами на скорую руку](#)

[Рецепты участников. Вторые блюда](#)

[Куриная грудка \(филе\) в сырно-гречневом кляре](#)

[Чечевица с мясом в горшочках](#)

[Рыба, запечённая с овощами](#)

[Суфле рыбно-творожное](#)

[Курица по-испански с грушами и ананасом](#)

[Закуска «галантин»](#)

[Мешочки из курицы с рисом и грибами](#)

[Самса с бараниной и тыквой](#)

[Куриная грудка «Пёфект чест»](#)

[Рецепты участников. Десерты](#)

[Десерт из сухофруктов](#)

[Тыквенный десерт](#)

## Псориаз и еда. Режим Пегано

### Содержание:

[Рекомендации Дж. Пегано по питанию при лечении псориаза](#)

[Псориаз и жизнь по заветам Пегано](#)

[Диета и режим Дж. Пегано при псориазе и псориатическом артрите](#)

[Диета Дж. Пегано. Рекомендации для завтрака, обеда и ужина](#)

Меню на 14 дней из рецептов Дж.Пегано

Содержание:

[День 1](#)

[День 2](#)

[День 3](#)

[День 4](#)

[Кухня Пегано. Меню. Дни 5 — 9](#)

[День 5](#)

[День 6](#)

[День 7](#)

[День 8](#)

[День 9](#)

[Кухня Пегано. Меню. Дни 10 — 14](#)

[День 10](#)

[День 11](#)

[День 12](#)

[День 13](#)

[День 14](#)

Псориаз и еда. Система питания PNL при псориазе

Содержание:

[Часть 1. Общие сведения. Псориаз и кишечник](#)

[Часть 2. Возможные причины воспаления кишечника. Еда как провокатор](#)

[Часть 3. Фантазии на тему аутоиммунных заболеваний](#)

[Часть 4. Как снять воспаление кишечника?](#)

[Часть 5. Вопросы и ответы](#)

[Часть 6. Мой опыт применения системы PNL](#)

[Часть 7. Система питания. Продукты полезные и вредные](#)

[Часть 8. Рецепты и образцы ежедневного меню](#)

Курорты и бальнеотерапия

Содержание:

[Полезные ссылки — куда поехать лечиться](#)

[О лечебных факторах Мёртвого моря](#)

[Мёртвое море, некоторые наблюдения и выводы](#)

[Лечение псориаза на Мёртвом море](#)

[19 дней одного года в Сафаге, Египет](#)

[Строгановка \(Азовское море\): лечение псориаза, отзывы](#)

[Лечение псориаза в санатории «Березина», Беларусь](#)

[Лечение псориаза в Индии](#)

[Курортотерапия, опыт форума. Часть 1-я: лечение нафталаном](#)

[Общая информация](#)

[Противопоказания к применению нафталана](#)

[Азербайджан](#)

[Хорватия](#)

[Россия, Истра](#)

[Курортотерапия, опыт форума. Часть 2-я: лечение сероводородом](#)

[Противопоказания](#)

[Мацеста](#)

[Село Приморское, Абхазия](#)

[Немиров, Львовская обл. \(сероводородные ванны\)](#)

[Серноводск, Самарская обл., санат. «Сергиевские минеральные воды»](#)

[«Хамей Гааш», Израиль \(сероводородные ванны\)](#)

[Курортотерапия, опыт форума. Часть 3-я: бальнеотерапия, грязи и рапа](#)

[Село Строгановка](#)

[Озеро Баскунчак, Астраханская область](#)

[Межводное \(Крым\), лечебные грязи](#)

[г. Саки](#)

[Кулундинские озёра Алтайского края](#)

[Озеро Медвежье](#)

[Куяльник](#)

[Соль-Илецк](#)

[Курортотерапия, опыт форума. Часть 4-я: радоновые воды](#)

[Село Чистоводное, Приморский край](#)

[Белокуриха, Алтайский край](#)

[Пятигорск](#)

[Лечебные ванны при псориазе](#)

[Общие рекомендации при принятии ванн:](#)

[Противопоказания в назначении общих ванн](#)

[Солевые \(хлоридно-натриевые\) ванны](#)

[Овсяные ванны](#)

[Фитованны](#)

[Хвойные ванны](#)

[Валериановые ванны](#)

[Шалфейные ванны](#)

[Льняные ванны](#)

[Ореховые ванны](#)

[Дегтярные ванны](#)

[Крахмальные ванны](#)

[Ванны с йодом, солью, содой и другие](#)

[Кремнисто-борные ванны](#)

Косметические средства

Содержание:

[Косметические ингредиенты и их свойства](#)

[О парабенах и SLS в составе косметических средств](#)

[Косметические средства \(крем, пилинг, ванны\) от Аргус](#)

[Косметические средства при псориазе. Общие советы](#)

[Косметические средства при псориазе. Опыт форума](#)

[Смягчающие и увлажняющие средства при псориазе](#)

[Средства гигиены при псориазе. Шампуни](#)

[Средства гигиены при псориазе. Мыло и гели](#)

[О растительных маслах при псориазе](#)

[Эфирные масла в лечении псориаза](#)

[Эфирные масла при беременности и наличии псор. артрита](#)

[Конопля в лечении псориаза](#)

[Крем “Зорька” с флорализином](#)

Альтернативная медицина

Содержание:

[Наружные средства на солидоловой основе](#)

[Отзывы с Форума:](#)

[Отзывы с Форума:](#)

[Отзывы с Форума:](#)

[Результаты опроса: “Солидоловые мази и их применение при псориазе”](#)

[Мазь Магнипсор. Ответы производителя](#)

[Маски Ами при псориазе на голове](#)

[Эфирные масла в лечении псориаза](#)

[Лечебное голодание при псориазе](#)

[Психотерапия в лечении псориаза](#)

[Апитерапия псориаза \(лечение продуктами пчеловодства\)](#)

[Применение лопуха при лечении артрита в стадии обострения](#)

[Тибетская медицина при псор. артрите глазами очевидца](#)

[О границах применимости целительских практик](#)

[Лечение баней](#)

[Лечение псориаза белокопытником](#)

[Бальзам Цитопсор. Результаты тестирования в форуме](#)

Чем НЕ надо лечить псориаз. Развод на деньги

Содержание:

[15 признаков “развода” на деньги в медицине](#)

[О теориях и теоретиках](#)

[Особенности национальной чистки](#)

[Аппараты, \(бес\)полезные при псориазе](#)

[Прибор «Экопульс»: Антология бессовестного развода](#)

[«Простолюкс», «Рикта», «Милта» и т.п. аппараты — бессовестный развод](#)

[Об искателях лёгких денег на ниве лечения](#)

[Лечение псориаза, А.Г. Скороход — развод и шарлатанство](#)

[О лечении в «ОН Клиник»](#)

[Волна разводов для «излечения» псориаза](#)

[О «негативной энергии» и неизлечимых болезнях](#)

[Снова о них же. О разводах](#)

Чем НЕ надо лечить псориаз. Чудо-средства и всякая алхимия

Содержание:

[Галерея “разводов” или справочник новобранца](#)

[Инструкция по эксплуатации медицинских чудес](#)

[БАДы и псориаз](#)

[БАДы, запрещённые на территории России](#)

[Kulau-Ieprous: О коктейле Wellness и комплексных БАДах](#)

[“Коралловый клуб” \(БАДы\)](#)

[Опасность китайских «лекарств»](#)

[Скин](#)

[сар\) и псориаз](#)

[Лома Псориаз \(Loma Psoriasis\)](#)

[Псорилон \(Psorilom\)](#)

[Бессмысленная фармакология](#)

[Гомеопатические средства при псориазе](#)

[Полидерм и прочая гомеопатия на псориаз не действуют](#)

[Молочнокислый «Асисай» как панацея нашего времени](#)

[Про «это»](#)

[Об антинародной медицине и натуральных препаратах](#)

Истории участников форума о достижении ремиссии

Содержание:

[Моя ремиссия \(дайвонекс+карталин, ванны и диета\)](#)

[Окси: Как мы достигли ремиссии за три недели](#)

[Метод «Монастырь» и диета при псориазе — мой путь к ремиссии](#)

[Лечение FRIL'a, Рацион 2000](#)

[Схема лечения псориаза от andrey2002](#)

[Надежда: Теперь я знаю, как спастись!](#)

[Еленочка: Мой опыт достижения ремиссии](#)

[История watermelon, ошибки и находки](#)

[Как доказательная медицина помогла мне выжить и подобрать индивидуальный алгоритм лечения? \(История одной ремиссии\)](#)

Истории участников форума. Истории болезни и лечения

Содержание:

[Танюта: Просто жить!](#)

[Tatana: Моя история, наблюдения и выводы](#)

[vilona. Её полная драматизма история](#)

[История ttn, с 7 до 22 лет](#)

[История RedMen'а](#)

[История форумчанки Муми-мама](#)

## ПСОРИАТИЧЕСКИЙ АРТРИТ

### Содержание:

[Ремикейд и Хумира при ПА и псориазе, опыт форума](#)

[Эфирные масла при беременности и наличии псор. артрита](#)

[Моя схема приёма скипидарных ванн при псор. артрите](#)

[Как форумчане ПсорАртрит лечат](#)

[Киста Бейкера при псориатическом артрите](#)

[О симптоматической и базовой терапии артрита](#)

[Тибетская медицина при псор. артрите глазами очевидца](#)

[Сергей РК: Обобщение моих знаний про метотрексат](#)

[Средства и методы снятия обострений псориатического артрита](#)

[Применение лопуха при лечении артрита в стадии обострения](#)

[Опыт форума о нагрузке на суставы при псориатическом артрите](#)

[Инвалидность по псориазу и ПА: для чего и как её получать](#)

[Снятие обострений псориатического артрита по McSure](#)

[Мази для облегчения состояния при псориатическом артрите](#)

[Псориатический артрит. Клиника, диагностика, лечение](#)

[Псориатический артрит в вопросах и ответах](#)

[Системные препараты для лечения псориатического артрита](#)

[Псориатический артрит. Практический опыт форума](#)

[Результаты опроса в форуме: "Псориатический артрит"](#)

[Диета и режим Дж. Пегано при псориазе и псориатическом артрите](#)