

СОДЕРЖАНИЕ:

Да, кстати... "Всё зависит от настроения"	1
Кулинарная суббота: Запечённые в духовке овощи на палочках	2
Вопросы и ответы. О дёгте при псориазе	4
С праздником, с Днём 8 Марта!	4
Фото, цитаты, афоризмы. Выпуск 200	7
Воскресный оффтоп: Автомобильная "классика" в Новой Зеландии	13
Да, кстати... О диетах при псориазе	37
О связи глютена и псориаза, наблюдение	38
Кулинарная суббота: Салат из батата и ананаса - рецепт Дж. Пегано	38
Псориаз на лице, успешный опыт устранения	42
Вопросы и ответы. Пенка для ванн при псориазе	43
Фото, цитаты, афоризмы. Выпуск 201	43
Воскресный оффтоп: Как избавиться от интернет-зависимости	45
Псориаз у ребёнка: опыт достижения ремиссии	46
Фитотерапия псориаза, опыт Pol	48

Да, кстати... "Всё зависит от настроения"



2 марта, 2017

Участник [форума satara](#) полагает, что:

... Всё зависит от настроения. Если настроен на излечение или, по крайней мере, на существенное облегчение состояния - то всякие неудобства и запахи меркнут перед возможностью получить реальный результат. А если очень хочется получить "мне ничего не помогает" - то тогда и запах помеха.

Кулинарная суббота: Запечённые в духовке овощи на палочках



4 марта, 2017

Ничего нового в этом рецепте я не напишу. Всё уже сказано здесь:

Запечённый в духовке фенхель

Запечённые в духовке пастернак и морковь - рецепт Дж. Пегано

Запечённые в духовке тыква и цуккини

Разница только в презентации! Я приготовила это к маленькому фуршету с друзьями, где не предполагался накрытый стол, а только мелкие бутербродики, закуски, сыры. Может, идея кому-нибудь и пригодится к 8 Мартовскому праздничному столу.



Разогреть духовку до 180 С. Почистить овощи и нарезать на кубики около 1,5-2 см. Хорошенько перемешать овощи с маслом и специями. В этот раз я ещё добавила стручковый французский горошек. Больше для красоты и разнообразия :). Самыми вкусными всё равно остаются лук, батат, фенхель и пастернак!



И ещё для друзей добавила маленький перец, так что на фото можно увидеть "пегановские" палочки и не"пегановские" палочки.



Приятного аппетита!
Уайта

Вопросы и ответы. О дёгте при псориазе



6 марта, 2017

Спрашивают и отвечают участники форума, тема о применении дёгтя наружно.

ЯнинаОс

Ищем альтернативный способ борьбы для папы мужа. Человек немолодой, подсаживать его на гормональные препараты страшно, оставляем это на крайний случай. Читала, что при псориазе помогает дёготь. Так ли это? Есть ли кто-то, кто пробовал на себе?

konstantin

Борьба делится на несколько этапов...

(Голосом Дроздова)

Вначале при обострении, если есть трещины и сухость, бляшки багровые — применяют смягчающие мази, вазелин или крем Архиерейского (ланолин, глицерин, вода), потом, когда бляшки перестают трескаться и краснота уменьшится, применяют кератолитические (отшелушивающие) мази — салициловая мазь 2% или крем с мочевиной (Лостерин, Urea, Карбодерм).

И только потом, когда шелушение бляшек закончится и они станут бледно-розовые, применяют 2% дегтярную мазь. Она очень хорошего рассасывающего и разрешающего действия. Весь процесс — месяца два.

(Голосом Галыгина)

Потом — юг, санаторий-евпаторий, пьянка-гулянка и... начинаем сначала. В домашних условиях крем Лостерин (мочевина, нафалан, салицилка и др.) хорош для применения, но только в регрессивной стадии псориаза. При обострениях дёготь не назначают.

С праздником, с Днём 8 Марта!



8 марта, 2017

Дорогие форумчанки!

Поздравляем, золотые вы наши, с Днём 8 Марта!



"С любимыми не расставайтесь!.."

- Как больно, милая, как странно,
Сроднясь в земле, сплетясь ветвями,-
Как больно, милая, как странно
Раздваиваться под пилой.
Не зарастет на сердце рана,
Прольется чистыми слезами,
Не зарастет на сердце рана -
Прольется пламенной смолой.

- Пока жива, с тобой я буду -
Душа и кровь неразделимы,-
Пока жива, с тобой я буду -
Любовь и смерть всегда вдвоем.
Ты понесешь с собой повсюду -
Ты понесешь с собой, любимый,-
Ты понесешь с собой повсюду
Родную землю, милый дом.

- Но если мне укрыться нечем
От жалости неисцелимой,
Но если мне укрыться нечем

От холода и темноты?

- За расставаньем будет встреча,
Не забывай меня, любимый,
За расставаньем будет встреча,
Вернемся оба - я и ты.

- Но если я безвестно кану -
Короткий свет луча дневного,-
Но если я безвестно кану
За звездный пояс, в млечный дым?
- Я за тебя молиться стану,
Чтоб не забыл пути земного,
Я за тебя молиться стану,
Чтоб ты вернулся невредим.

Трясаясь в прокуренном вагоне,
Он стал бездомным и смиренным,
Трясаясь в прокуренном вагоне,
Он полуплакал, полуспал,
Когда состав на скользком склоне
Вдруг изогнулся страшным креном,
Когда состав на скользком склоне
От рельс колеса оторвал.

Нечеловеческая сила,
В одной давящей всех калеча,
Нечеловеческая сила
Земное сбросила с земли.
И никого не защитила
Вдали обещанная встреча,
И никого не защитила
Рука, зовущая вдали.

С любимыми не расставайтесь!
С любимыми не расставайтесь!
Всею кровью прорастайте в них,-
И каждый раз навек прощайтесь!
И каждый раз навек прощайтесь!
Когда уходите на миг!

Александр Кочетков 1932

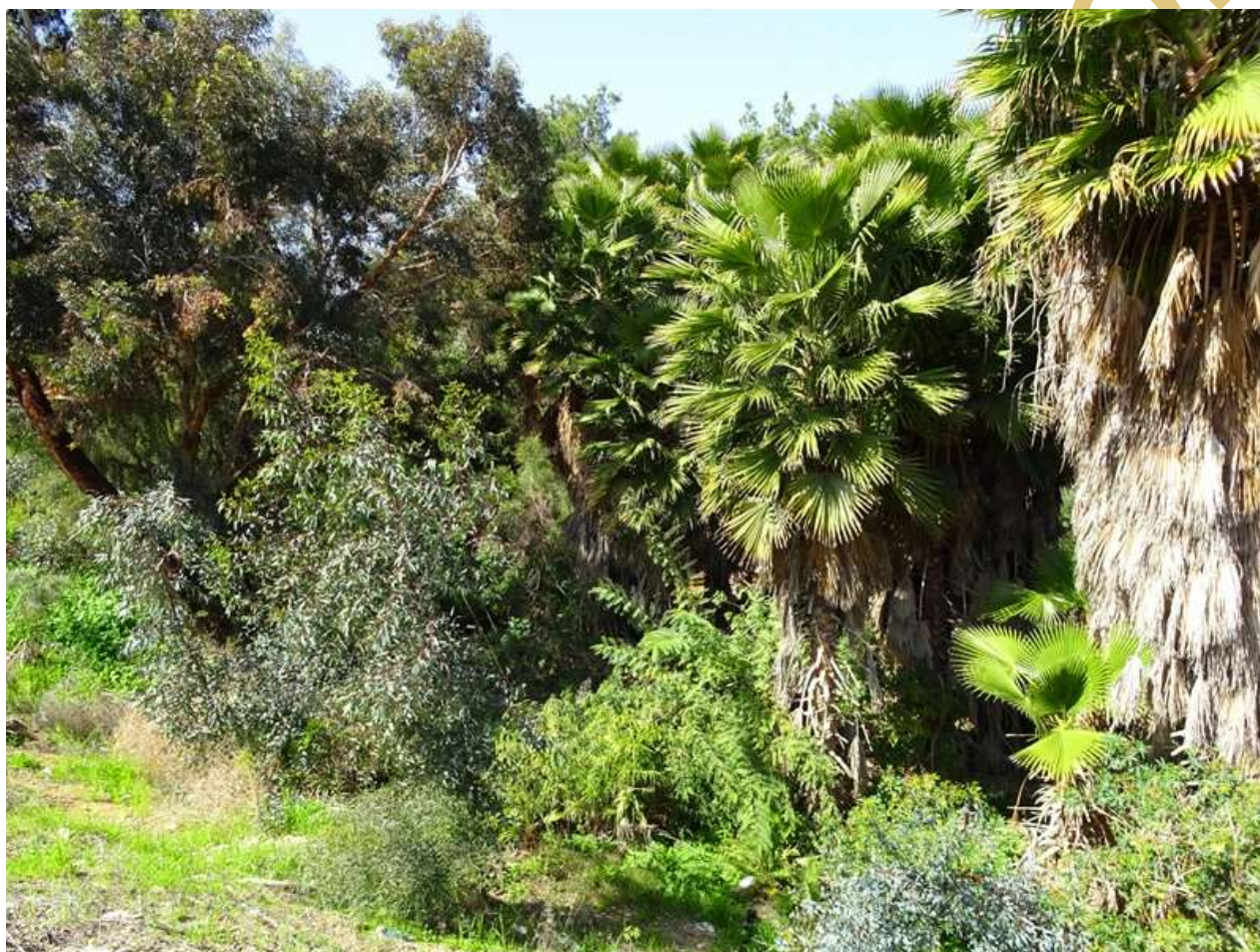
Фото, цитаты, афоризмы. Выпуск 200



10 марта, 2017

Галерея "Фото участников форума"

Цвета короткой зимы в пустыне. Все фото: [help](#) (2017)













Далее - традиционная рубрика "Семь ляпниц на неделе".

(цитаты из постов участников форума ["Псориаз? Давайте лечиться вместе!"](#))

№ 200

help

На самом деле есть три пола: М, Ж, и ХЗ.

peter

А я вчера в телевизоре слышал, что США против России настраивает Евросоюз аж с 16-го века.

Львёнок

Грудь у меня впалая... Зато спина колесом!

Genka

... выпить, чтоб девушка похорошела, всё-таки лучше, чем просто очки снимать.

Itkny

Сто сорок восемь секретных китайских трав способны испортить даже солидол.

ddSat

... школьная любовь была скорее платоническая, основанная на половых гормонах.

glawredaktor

В Шарме рядом грязи Мертвого моря, 250-300 км...

Воскресный оффтоп: Автомобильная "классика" в Новой Зеландии



12 марта, 2017

Рассказывает участник форума [Genka](#) (Сингапур):

Уверен, что большинство из вас не сразу найдёт на карте Новой Зеландии городок Мартинборо. А это, между прочим, центр виноделия и производства оливкового масла в регионе Вайрарапа. Один перец из какого-то понтового журнала про вина, протестировав 344 различных Пино нуар из различных районов и виноделен, пришёл к выводу, что лучшее производят именно здесь. И вот, чтобы нализаться отведать этого лучшего вина, мы и приехали погожим январским днём в Мартинборо. Но проехать беспрепятственно через центр, чтобы попасть в ближайшее винхозяйство, нам не удалось, все улочки были забиты автомобилями. Вот такими -

*



Оказалось, что сюда в этот день съехались любители автомобильной "классики". В основном себя показать, но заодно и на других посмотреть, потусоваться, тоже махнуть пару стаканов местного розлива и закусить великолепной бараниной. А то, что местная баранина самая лучшая - это тоже научно доказанный английскими учёными факт!.

*



*



*

У меня с собой был только старенький телефон SONY W760, на него и снимал.

*



*



*



*

www.ps



*



*

На авто, признанные "классикой", не распространяется запрет на неправильный для Новой Зеландии левый руль.

*



*



*



*

www.psoranet.com



*



*



*

www.psoranet.com



*



*



*

www.ps



*

www.psoranet.ru



*

www.ps



*

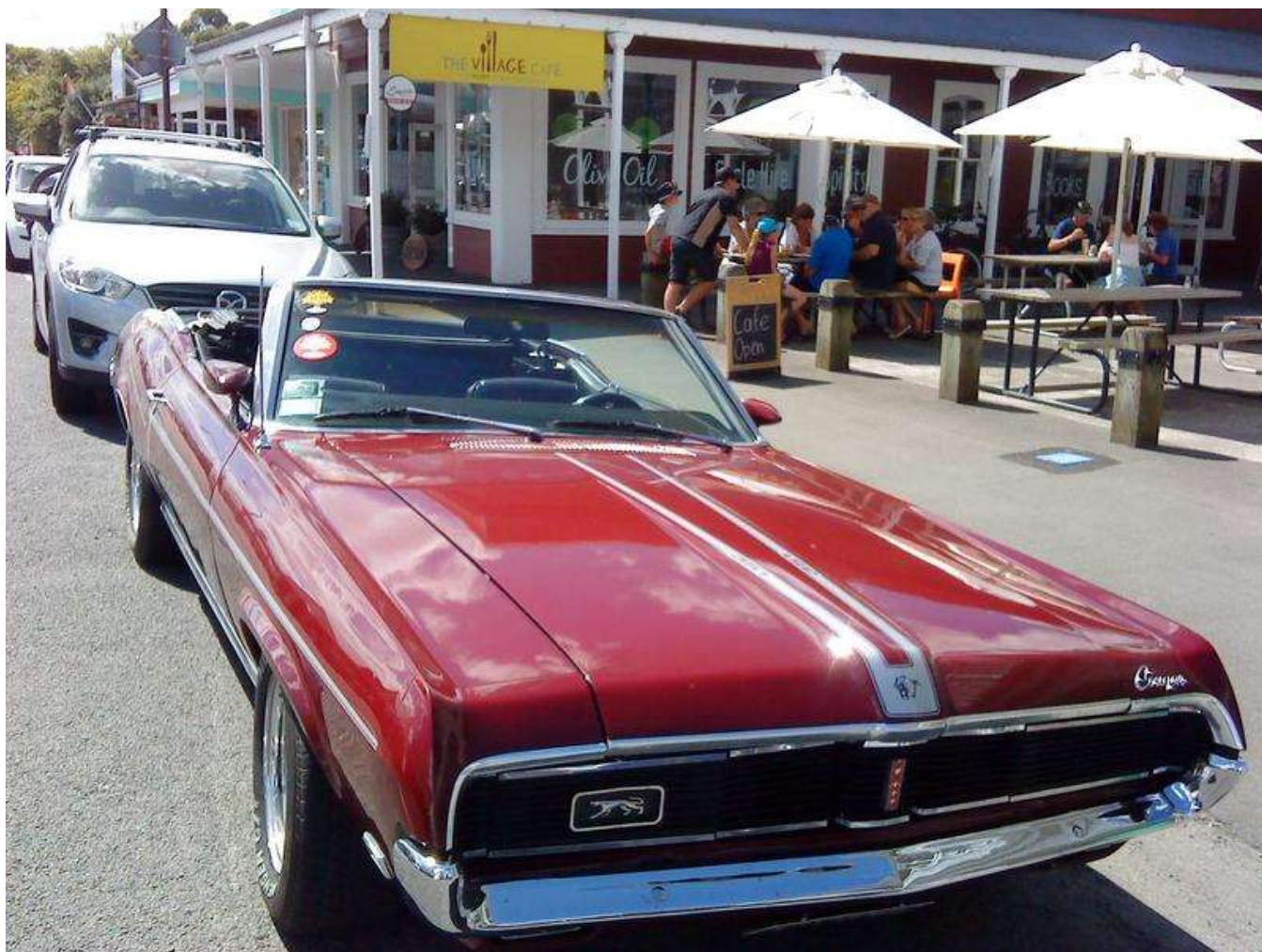
www.psoranet.com



*



*



*



Да, кстати... О диетах при псориазе



14 марта, 2017

Участник. [форума](#). **RedMen** :

Суть в том, что диета - это не ограничения в питании, не обрезание рациона до полуголодного существования; диета - это совокупность правил употребления пищи, подбор рациона питания и режима питания под индивидуальные нужды. Диета - это сбалансированное питание с учётом текущих индивидуальных потребностей. Цель диеты - воздействие на обмен веществ в организме через подбор продуктов/режима питания. Нередко для этого необходимо исключить некоторые продукты, но исключение/ограничения - не самоцель.

О связи глютена и псориаза, наблюдение



16 марта, 2017

В разделе [Продукты полезные и вредные](#) обсуждаются рецепты "правильной" еды, продукты-провокаторы, лечебные диеты и другие вопросы, относящиеся к роли питания при псориазе. Сегодня участник **Roxy** описывает свой опыт по исключению из рациона продуктов, содержащих глютен. Тема форума о целиакии (в основном - непереносимости глютена) - <http://psoranet.org/topic/2280/>.

Roxy

Мучаюсь от псориаза недолго (около полутора лет), но установила точную связь между глютенем и моим псориазом + тяжесть в животе (вздутие и запоры прилагаются).

Неделю просидела на диете по Пегано, но когда съела кусок цельнозернового хлеба - бляшки набухли и покраснели. Через несколько дней спокойствия и диеты съела два куса пирога с тыквой - чесалась весь вечер.

Исключила глютен - лёгкость, регулярный стул и исчезновение псориаза.

Не знаю, буду ли делать анализы, мне и так понятно, что для меня глютен - провокатор, а всё остальное я себе позволяю, чему очень рада!

Мой совет всем - проверьте глютен как провокатор болезни. Если не он - ищите дальше.

help

Ценное наблюдение. Полное исчезновение проявлений у одного из участников несколько лет назад, после того, как он случайно перестал потреблять глютенсодержащие продукты, показалось сначала единичным случаем. Потом появились подтверждения ещё и ещё. "Значит, это неспроста" (с)

Ina

Хлеб, крупы - это не только глютен. Так что, по моему мнению, надо проверить, что именно вызывает такую реакцию организма. Может быть аллергическая реакция на пшеницу, как пример.

Кулинарная суббота: Салат из батата и ананаса - рецепт Дж. Пегано



18 марта, 2017

Перевод из кулинарной книги "Dr. John's healing psoriasis cookbook..plus!". Книга полезных рецептов для лечения псориаза по методике американского доктора Дж. Пегано.

Как я чертыхалась, когда делала этот салат... :) Зачем его включили в книгу "полезных рецептов Пегано", я не понимаю. Во-первых, он требует непривычного набора ингредиентов в доме. В одно и то же время

требуются и батат, и ананасы, и глазированный имбирь, и апельсин. Во-вторых, там консервированный ананас... нафиг? В-третьих, салат получается довольно сладким.

Всё вместе заставит читателя закрыть книгу и не возвращаться к ней. Но мы упорные. :) Салат сделала.

Съела, есть можно, но не супервкусно. Соус, однако, понравился, лёгкий вкус апельсина можно использовать и в других салатах. Думаю, такой салат с большой натяжкой понравится детям или сладёнам.



Ингредиенты на 6-8 порций

- 1-1,5 кг батата, очистить и нарезать крупными кусками
- 4 стебля сельдерея, мелко нарезать
- 3/4 чашки поджаренных и мелко нарезанных миндальных орешков
- 1 чашка изюма (я использовала клюкву, чтобы хоть немножко убрать сладость салата)
- 1 баночка ананаса в собственном соку

Заправка



- 2/3 чашки низкокалорийного майонеза
- 1 ст. л. лимонного сока
- 1,5 чашки нежирного йогурта (кефира)
- Столовая ложка мелко натёртой шкурки апельсина
- 4 ст. л. **глазированного** имбиря (продаётся в китайских магазинах, я сделала фото ниже)
- 2 ст. л. апельсинового сока
- 2 ст. л. сока ананаса из банки

На фото с соусом ошибка, сразу не поняла, что имбирь должен быть глазированно-засахаренным. Хорошо, что он у меня был дома (помогает при ангинах и кашлях; иногда используется в готовке). Вот такой:



За несколько часов перед подачей: поставить отцеживаться йогурт через бумажное полотенце. Орешки растолочь. Я делаю кухонным молоточком в пакете.



Смешать соус.



Отварить батат в подсоленной воде минут 10, не переварить! Охладить, хорошо бы поддержать в холодильнике несколько часов.

Осторожно смешать все ингредиенты с соусом, стараться не размолоть батат в пюре.



Приятного аппетита!
Уайта

Псориаз на лице, успешный опыт устранения



20 марта, 2017

*В форуме psoranet.org заметная часть дискуссий и обмена опытом отведена отдельным формам псориаза, стандартным локализациям и др. Так, существует тема форума "Псориаз на лице" - <http://psoranet.org/topic/6478/>. Сегодня участник форума **Renina** рассказывает о применённой ею методике устранения проявлений псориаза на лице, которая оказалась довольно успешной.*

Похоже, что опыт "бывалых" не подвел и меня. :) Спасибо за советы!

Шелушение совсем прошло. Краснота почти ушла, осталось навскидку не более 5-7% от ярко-красной бляшки (если бы это было в фотошопе, я бы именно так обозначила яркость пятна). И если присмотреться,

то белая кожа местами чуть неровная, как будто в преддверии бляшки или, наоборот, выздоровления. Процент такой кожи не больше 10-15% от всей бывшей бляшки.

1. Я делала примочки по 3-5 раз в день из черемичной воды, на лице, вдоль линии роста волос и за ушами. Примочку делала на 15-20 секунд смоченным в воде тампоном, потом ватной палочкой убираю излишек жидкости вокруг пятна, чтобы не текло. само пятно не вытираю.
2. Умывалась пенкой от дегтярного мыла и затем настоем ромашки.
3. Самое большое пятно на лбу и под бровью 3 дня мазала тонким слоем мази протопик 0,1% на ночь, далее 0,03% уже 2 дня. Под глазами, вдоль линии волос и за ушами пятна прошли без мази.

Вопросы и ответы. Пенка для ванн при псориазе

22 марта, 2017

Спрашивают и отвечают участники форума.

Yulia_Saneva

А есть какие-то пенки для ванны специально для тех, у кого псориаз?

Allegra

Есть такая эмульсия Ойлатум. Она на основе парафина. Точно не помню, сколько я добавляла в ванну, но немного. Естественно, никакого мыла и шампуни добавлять в воду нельзя, только эту эмульсию. И посидеть в ванне, пропитаться... :)

Инф. - [Ойлатум эмульсия](#) .

Фото, цитаты, афоризмы. Выпуск 201

24 марта, 2017

Галерея "Фото участников форума"





Закат. Бенидорм, Испания. Фото: **пуны** (2017)

Далее - традиционная рубрика "Семь ляпниц на неделе".

(цитаты из постов участников форума ["Псориаз? Давайте лечиться вместе!"](#))

№ 201

Львёнок

... ни копейки не заплатили, а всё равно стал наёмным работником.

vilona

Приезжайте. Вас полечит ТриКотаж, начисто отученный царапаться и кусаться.

Екам

... ещё и поддержки нет в виде витаминов, жены (шоб к титьке прижаться), и масленица не масленица.

штангист

Все лёгкие пути ведут к отвисшему пузу...

ddSat

Рот - загрязнитель организма, зад - очиститель организма.

Львёнок

... было сказано в иносказательной форме.

Ina

Когда ребёнок растёт, там что-то подкручивается и он увеличивается.

Воскресный оффтоп: Как избавиться от интернет-зависимости



26 марта, 2017

*

Как избавиться от интернет-зависимости

*

Чтобы правильно выйти из интернета, вы должны тщательно осуществить нижеприведенную последовательность действий:

*

1. Закройте все открытые страницы и прекратите выполнение интернет-программы.
2. В установленном порядке завершите сеанс операционной системы вашего компьютера.
3. Отключите питание компьютера, монитора, принтера, а также ваш модем.
4. Посредством **нескольких шагов** восстановите контакт с внешним миром.

*

Шаг первый. Откройте окно и вдохните свежего воздуха. Внимание! Контраст и яркость вы отрегулировать не сможете, также не сможете повлиять и на громкость звуков! Принимайте всё таким, как есть. Шумы не смоделированы, а передаются в прямой трансляции ("live")!

*

Шаг второй. Сделайте несколько шагов по комнате. То, что движется под вами - всего лишь ваши ноги; не бойтесь, пока всё протекает нормально!

*

Шаг третий. Оглянитесь по сторонам, не находится ли кто-нибудь ещё, движущийся рядом с вами. Попробуйте подойти к нему и просто заговорить. Клавиатура для этого не требуется! Вам ответили? Если да, будьте крайне осторожны, вы не на форуме и не в чате. Подумайте прежде, чем что-либо произнести: теперь любое оскорбление может повлечь для вас телесные повреждения!

*

Шаг четвёртый. Попробуйте принять пищу. Для этого откройте, пожалуйста, дверцы всех шкафов. Если после открытия дверцы зажётся свет, значит, вы обнаружили холодильник. Загляните внутрь, находится ли там что-либо съедобное? Прежде чем употребить что-либо в пищу, обратите, пожалуйста, особое внимание на срок годности продукта.

*

Шаг пятый. Теперь выйдите из дома с целью наполнения шкафа, внутри которого зажигается свет (процесс, известный как "пойти за покупками"). Внимание! Если вам всё кажется незнакомым, обратитесь к кому-нибудь за помощью в сопровождении вас до "продуктового магазина".

Оглядывайтесь по сторонам: все автомобили настоящие, переходить улицу следует тогда, когда она действительно пуста. Как бы невероятно это для вас ни звучало, отныне у вас всего лишь одна жизнь вместо

семи экранных имён! Новый старт игры невозможен. Также не представляется возможным найти торговца восстанавливающим целебным напитком.

*

Шаг шестой. Если на обратном пути вам навстречу побегут маленькие дети, повторяя восклицание: "Папа, папа!" или же "Мама, мама!", ими могут оказаться ваши собственные дети. Да, маленькие разбойники были в ваших воспоминаниях значительно меньшего размера... Хотя ничего страшного, вам стоит только вспомнить, как их зовут, и вы к ним снова быстро привыкнете.

*

Шаг седьмой. Когда вы снова вернётесь домой, усадьтесь поудобнее в кресле, но ни в коем случае не в том кресле, что стоит перед вашим компьютером!!! Вот и чудно, вы почти что справились.

Теперь попробуйте прочесть несколько страниц из книги. Книги - это такие толстые тяжёлые предметы, которые можно раскрыть. В некоторых есть даже красивые пёстрые картинки. Ну что, заметили, что при чтении в вашей черепашке (там, наверху) что-то заработало? Это называется "мысли", они к вам приходят в процессе чтения. И ещё: не пытайтесь кликать пальцем в углу страницы, когда вы прочли её до конца: Мультимедиа была вчера, а теперь нужно листать книгу вручную. Более десяти страниц кряду читать для начала не следует!

Отложите книгу в сторону, но недалеко. Теперь обратитесь к супруге (супругу), то есть к лицу, которое качает головой в дальнем углу. Заверьте её (его), что у вас всё нормально и вы хотите исправиться. В первые дни вам всё равно не поверят, но вы всё же держитесь!

Немедленно продайте свой модем и купите вместо него аквариум. Он функционирует подобно заставке на дисплее вашего монитора. Однако это станет первым видимым признаком улучшения для вас!

Псориаз у ребёнка: опыт достижения ремиссии



28 марта, 2017

*В форуме значительное место отведено отдельным формам псориаза и возрастным особенностям, в частности, псориазу у детей. Тема о детском псориазе - <http://psoranet.org/forum/107/>. Сегодня участники форума **Уайта** и **Dalker** на конкретном примере обсуждают проблему устранения проявлений псориаза у детей.*

Уайта

Отвар из овса - очень хорошо. Главное - не пытаться свести на нет СРАЗУ всё. Бляшки должны уходить медленно, это "глубокая" ремиссия, организм сам борется, а мы ему помогаем. Ванны, еда, сон, спокойствие. Курорт - хорошее дело, мне море очень помогает, наверное и ванны бы помогли, но ленюсь последнее время. А лень при нашей болячке вещь недопустимая. Маски, ванны, прогулки, еда, правильная.. всё должно быть ритуалом, особенно с детьми.

Dalker

У моей дочки в 7 лет тоже высыпал псориаз. Причём очень сильно. Мазались гормональными, прошло ненадолго. А потом было сильное обострение. Стали мазаться нафтадермом. Не помогло. Стали мазать карталином. Сначала пошёл сильный зуд, пили от зуда. Стали пить отвар овса каждый день по кружке

(растягивали кружку на весь день). И ванны с морской солью каждый день.

В общем, лечились по такой схеме с января по май. Тфу тфу тфу - прошло всё. Ещё летом долго были на солнце. Да, на голове был сильный тоже - вылечили масками с дёгтем, тут есть на сайте все рецепты. И на половых губах тоже лечили только дёгтем с маслом. В общем, сразу скажу, надо будет запастись терпением. Процесс не быстрый.

А от гормонов отказывайтесь, у нас после них, наверное, такое вот сильное обострение и было. Лечитесь, пробуйте свои методики. Может, вам что-то другое подойдет. Ребёнку сложно объяснить что и как. Овёс мы вообще пили со скандалами каждый день. Я пил вместе с ней, чтоб не было обидно. Хотя он и не противный.

Трудно было в школе. Когда все волосы дёгтем пахнут и на физкультуре ребёнок переодевается, начинают задавать вопросы. Главное, чтоб дети не чувствовали себя ущербными.

Уайта

Dalker, спасибо большое, что поделился, я вашу дочку вспоминала, как там она..

Давай попробуем сложить картинку ремиссии для опыта других :

1. Овсяный отвар - как делали и сколько раз в день. Кружка в день - это означает раза 3 в день перед едой по 70/ 100 гр?
2. Ванны с морской солью каждый день.
3. Дёготь с вазелином (или какое масло?) на половые губы/ промежность.
4. Голова - маска с дёгтем, какая именно? Дёготь плюс масло? сметана?
5. Карталин на обычные бляшки по телу.
6. Солнце летом.

Удачи вам и очень-очень рада!! ттт, чтобы зиму продержались, а там опять солнышко!

Dalker

1. Овсяный отвар варил 2.5 часа, можно больше, у меня просто на больше времени не было. Варил 2 столовые ложки овса на 2 кружки воды. Выходило после варки около 200 грамм. Варил вечером, а на следующий день пили утром перед школой сколько могли. Потом днём после школы (просил пить по телефону) и вечером, когда с работы приходил. Овёс надо перебрать, убрать всю грязь и плохие зёрна.
2. Ванны с морской солью - каждый день. Соль покупал в магазине. Писали, что надо около килограмма в день, я делал граммов по 200-300 на глаз. Перед сном и после маски на голову.
3. Дёготь с рыбьим жиром 50/50. Мазали только снаружи, на слизистую не мазали. Мазали после ванны на ночь 1 раз в день.
4. На голову - **маска Ами**. Брали дёготь около чайной (чуть меньше - просто воняет очень сильно) ложки и смешивали с маской для головы недорогой (от какой то бабушки... [Агафьи?] стоила до 100 рублей банка) продаётся в магазинах бытовой химии. Или вообще любой маской для головы. Пробовали разные маски (покупные). Можно делать маску самому, но я не стал. Банки с маской покупной хватало где-то на 3-4 раза. Получалось как при покраске головы хной. Делали каждый день часа на 1.5 перед сном до ванны. Потом ванна с солью и шампунь. Когда стало проходить, стали делать реже, через день-два. Чередовали с шампунем с дёгтем покупным.
5. Карталин старались делать 2 раза, хотя бы утром и вечером после ванны на ночь. Карталин только на бляшки на теле и лицо, у глаз - детским кремом, и не мазали голову. Мазали утром, в основном по выходным, так как бельё очень пачкает, а в школу надо ходить в светлом и чистом. Поэтому утром в будни - детский крем не жирный Джонсон беби с увлажнением. Вечером карталин. В выходные 2 раза карталин - утром и вечером, днём - детский крем.
6. Ну солнце - само собой.

Старались пить побольше воды в течение дня. Ну и питание, конечно, по максимуму старались убрать всю химию, чупики и т.д. ... но напрочь не запрещали. По одной карамельке в день или в 2 дня выпрашивала. С питанием у нас и так проблема, поэтому ели то, что и всегда. Только красное исключили почти всё. Но у нас было сильное обострение, может, так стараться и не надо было. На голове у нас всё в корке было. Голова дольше всех проходила. После карталина у нас ещё и сыпь высыпала. По такой методике мы лечились с января по май. Я бы, может, ещё бы сводил на солярий на курс с лампой 311 нм, но у нас такого в городе нет...

Если честно, вообще хочу про эту беду забыть не вспоминать. Для тех, кто с ней столкнулся, сейчас советую почитать этот сайт/форум полностью. Я его прочитал, можно сказать, от корки до корки, несколько месяцев читал.

Фитотерапия псориаза, опыт Pol

30 марта, 2017

В разделе форума "[Нетрадиционная медицина в лечении псориаза](#)" участники делятся опытом применения трав, неофициальных мазей, разнообразных народных рецептов и других средств нетрадиционной медицины при лечении псориаза и псориатического артрита. Сегодня участник форума Pol приводит свой рецепт сбора трав и полученные результаты.

См. также статью на сайте о фитотерапии с опытом форума - <http://psora.net/?p=3337> .

Pol

Есть некоторые результаты. Решил поделиться.

Иммунотерапия в [НИИ им. Мечникова](#) года 4 назад. Перестал, достали уколы раз в месяц. Хотя результат очень хороший. Отсутствие псориаза продержалось после прекращения инъекций полгода. Потом как обычно... :)

Года полтора назад начал пить травы утром и вечером вместо чая. Сподвигнуло посещение Болгарии и их "билков" чай травяной. Просто заметил, что псориазу не очень такие чаи нравятся.

Ну и дома начал кудесничать. **Хвощ, бессмертник, календула, брусничный лист, лапчатка, тысячелистник, фиалка, чистотел, ромашка, горец, эвкалипт, пустырник.** Короче, для печени, почек, сосудов - противовоспалительные и антисептики.

Сейчас прошло полтора года. Псориаз на коже процентов на 10 уменьшился. Бляшки не чешутся и плоские. Чешуя тонкая.

Но зато ногти! Они отросли наконец-то здоровыми и чистыми. Больше нет масляных капель, точек корявости, расслоений, утолщений, свёртываний.

При нажиме на ногтевую пластину нет болевых ощущений. Ну и соответственно - раньше некоторые приходилось резать почти до основания. Потихоньку восстанавливается геометрия ногтей - уходят уголки, плоскости и т.д.

Теперь хоть кисти рук показать можно - на кистях псориаз ушёл. :)

Пошёл дожимать псориаз дальше.

Stator

Так прямо всё и смешиваешь? Или по отдельности как-то? А лопух не пробовал?

Pol

Лопух не пробовал. А из трав и все вместе пробовал и частично, но чтобы входили желчегонное, мочегонное и противовоспалительное.

www.psoranet.org