

Floaten en psoriasis

Wie ziek is wil maar een ding: beter worden.

Helaas is dat bij psoriasis niet mogelijk. Voor deze chronische huidaandoening is nog altijd geen middel gevonden dat de ziekte voorgoed kan genezen. Maar gelukkig zijn er wel diverse behandelmethodes, gericht op het verminderen van de jeuk, roodheid en schilfering van de huid.



Van alle mensen met psoriasis probeert 35% op een gegeven moment een alternatieve behandeling uit. Vaak stappen psoriasispatiënten naar een alternatieve genezer, terwijl zij al onder behandeling zijn van een reguliere arts. Als je hiervoor kiest, vergeet dan niet je behandelende arts in te lichten.



Er zijn verschillende alternatieve therapieën die vaak worden toegepast bij de behandeling van psoriasis. Het zijn therapieën die menig psoriasispatiënt verlichting hebben gebracht. Naast verschillende alternatieve therapieën worden ook verschillende ontspanningsmethoden aangeboden. Omdat spanning en stress voor verergering van de klachten kunnen zorgen, is zeker voor mensen met psoriasis ontspannen erg belangrijk.



Wat is psoriasis eigenlijk?

Psoriasis is een chronische huidziekte die bij meer dan 300.000 mensen in Nederland voorkomt. Evenveel mannen als vrouwen hebben er last van en de aandoening kan op elke leeftijd ontstaan. Bij psoriasis is het proces van huidvernieuwing verstoord. De huidcellen delen zich veel sneller dan normaal, namelijk elke 4 in plaats van 28 dagen. Hierdoor ontstaan te veel huidcellen, waardoor de huid kan gaan schilferen. Door de snelle huidvernieuwing raakt de huid bovendien geïrriteerd en kunnen er ontstekingen ontstaan. Het resultaat is een verdikte, rode huid, vaak bedekt met witte schilfers. Ook jeuk is een veelgehoorde klacht.

Psoriasis is niet besmettelijk en heeft niks te maken met gebrek aan hygiëne. De ernst van de aandoening verschilt van persoon tot persoon en kan van allerlei factoren afhangen. Over het algemeen wisselen de klachten per seizoen: in de winter zijn ze vaak erger dan in de zomer. Het aantal en de grootte van de rode of schilferende plekken varieert van een paar 'druppeltjes' tot talloze grote plekken die samen misschien wel de helft van het lichaam bedekken.

Floaten en psoriasis

Psoriasis kan verspreid over het hele lichaam voorkomen, maar is meestal te vinden op de ellebogen, knieën en hoofdhuid. De aandoening kan zich ook openbaren in de nagels of in de vorm van puistjes. Ongeveer 5% van alle mensen met psoriasis heeft artritis psoriatica, waarbij ook sprake is van gewrichtsklachten.

Alternatieve behandelingen

Mogelijke alternatieve behandelingen zijn:

Natuurgeneeskunde, homeopathie, Chinese kruideneeskunde, orthomoleculaire geneeskunde, acupunctuur, bio-energetische therapie, kleuretherapie, voetreflexzonetherapie, klanktherapie, hypnotherapie, aromatherapie, Bachbloesemtherapie en ontspanning.

Wat voor reguliere therapieën geldt, geldt ook voor alternatieve: kies een behandeling die bij je past. Eén waar je je goed bij voelt. Daarin kan niemand je adviseren.

Behandeling door ontspanning

Wie gebukt gaat onder spanningen, merkt vaak dat zijn lichamelijke klachten verergeren. Dat geldt voor heel veel aandoeningen, maar zeker voor psoriasis. Sterker nog: veel mensen met psoriasis geven aan dat hun huidaandoening zich voor het eerst openbaarde na een periode van aanzienlijke stress.

Ontspanning is voor psoriasispatiënten daarom extra belangrijk.

Wie goed wil ontspannen, kan kiezen uit diverse mogelijkheden. Je kunt bijvoorbeeld bij een fysiotherapeut terecht voor speciale **ontspanningsoefeningen**. Je leert de spieren te ontspannen door ze eerst aan te spannen en daarna weer los te laten. Een andere mogelijkheid is **yoga**. Daarbij draait het vooral om fysieke oefeningen en ademhalingstechnieken, die kunnen leiden tot een gevoel van harmonie en rust. Yoga stimuleert bovendien de bloedsomloop en de uitscheiding van schadelijke afvalstoffen.

Heel iets anders en bovendien vrij nieuw is floaten.

Hiervoor kun je terecht in een beautycentrum of speciaal toegerust kuurcentrum. (Maar natuurlijk ook oftewel juist bij Zenter.) Je neemt plaats in een eivormig warm bad dat volledig afsluitbaar is. Het warme water, in combinatie met de rust en duisternis, zorgt voor volledige ontspanning.



Floaten en psoriasis

Maar ook het feit dat je drijft. Dit komt door het magnesiumzout dat aan het water is toegevoegd. Dit magnesiumzout heeft tevens een reinigende werking op de huid.

Het ontspannende en reinigende effect van het floaten kan versterkt worden door een behandeling met infrarood te ondergaan. De infrarood-warmte dringt het lichaam binnen en zorgt voor een betere doorbloeding en stofwisseling. De spieren worden warm en ontspannen zich. Door het transpireren raak je bovendien veel afvalstoffen kwijt. Overigens heeft een infraroodbehandeling niks van doen met de lichttherapie uit de reguliere geneeskunde.

Helaas is een infraroodbehandeling bij Zenter niet mogelijk.

Let op:

Het belangrijk te weten dat floaten een chronische huidaandoening zoals psoriasis niet kan genezen, maar het kan wel verlichting brengen.

Bron:

http://klant.exed.nl/pvn/documentatie/alternatieve_behandelingen.php
Dit is de site van Psoriasis Vereniging Nederland



Centrum voor welZijn en groei

Zenter
Antwerpsestraatweg 296
4624 JL Bergen op Zoom
☎ 0164 240 666
info@zenter.nu
www.zenter.nu