

Schlechter Schlaf bei Psoriasis und Psoriasis-Arthritis

Datum: 28.04.2022

Original Titel:

Sleep disorders in patients with psoriatic arthritis and psoriasis.

DGP - Schlafprobleme traten bei vielen Patienten mit Psoriasis und Psoriasis-Arthritis auf. Interessanterweise schienen [TNF-Hemmer](#) die Schlafqualität zu verbessern, Methotrexat jedoch nicht. Dies könnte durch die unterschiedlichen Wirkmechanismen der beiden Wirkstoffe erklärbar sein.

Schlaf ist wichtig für die körperliche und geistige [Regeneration](#). Schlafmangel schadet demnach der Gesundheit. Chronische Erkrankungen, vor allem auch Schmerzen, können den Schlaf stark belasten. Eine Studie aus Polen untersuchte den Schlaf bei Patienten mit Psoriasis und Psoriasis-Arthritis.

Die Studie untersuchte die Schlafqualität

Die Wissenschaftler untersuchten 62 Patienten mit Psoriasis-Arthritis und 52 Patienten mit Psoriasis. Zum Vergleich wurden gesunde Personen herangezogen. Die Patienten beantworteten Fragebögen zur Schlafqualität, Fatigue und Lebensqualität. Fatigue beschreibt eine chronische Erschöpfung, die häufig bei chronischen Erkrankungen auftritt. Außerdem bewerteten die Ärzte die Schwere und Aktivität der Erkrankung anhand des [PASI](#) (*Psoriasis Area and Severity Index*), [DAS28](#) (*Disease Activity Score*) und einer Schmerzskala.

Etwa 60 % bis 70 % der Patienten hatten eine schlechte Schlafqualität

Fast 70 % der Patienten mit Psoriasis-Arthritis, 60 % der Patienten mit Psoriasis und 15 % der Kontrollpersonen berichteten von einer schlechten Schlafqualität. Schlafstörungen gingen häufig zusammen mit einer schlechteren Lebensqualität und einer stärkeren Fatigue einher. Eine Behandlung mit Methotrexat beeinflusste die Schlafstörungen nicht, eine Behandlung mit [TNF-Hemmern](#) verbesserte den Schlaf hingegen. Beide Wirkstoffe sollen Entzündungen im Körper verhindern.

TNF-Hemmer schienen die Schlafqualität zu verbessern

Bestimmte Faktoren verschlimmerten die Schlafqualität bei Psoriasis-Arthritis. Dazu zählten Schmerzen, die Anzahl empfindlicher Gelenke, die Konzentration des C-reaktiven Proteins (ein [Entzündungsmarker](#)), das Alter der Patienten und die Dauer der Schuppenflechte. Bei der Psoriasis hingegen waren die Schwere der Hautläsionen, die Dauer der Psoriasis und das Alter der Patienten ausschlaggebend.

Schlafprobleme traten somit bei vielen Patienten mit Psoriasis und Psoriasis-Arthritis auf. Interessanterweise schienen TNF-Hemmer die Schlafqualität zu verbessern, Methotrexat jedoch

nicht. Dies könnte durch die unterschiedlichen Wirkmechanismen der beiden Wirkstoffe erklärbar sein.

Referenzen:

Krajewska-Włodarczyk M, Owczarczyk-Saczonek A, Placek W. Sleep disorders in patients with psoriatic arthritis and psoriasis. *Reumatologia/Rheumatology*. 2018;56(5):301-306. doi:10.5114/reum.2018.79501.



MERKZETTEL

für das Gespräch mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt

Damit Sie viel aus dem Gespräch mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt mitnehmen, empfehlen wir Ihnen, Ihre Beschwerden, aber auch Ihre Behandlungsziele sowie alle Ihre Fragen zu notieren. Wichtig für das Arztgespräch ist eine Liste der **Medikamente oder Nahrungsergänzungsmittel**, die sie derzeit verwenden. Über eventuelle **Allergien und Unverträglichkeiten** sollten Sie Ihre Ärztin/Ihren Arzt ebenfalls immer informieren. Nutzen Sie hierfür unseren Vordruck „Meine Medikations- und Behandlungsübersicht“.

Meine Beschwerden und/oder Behandlungsziele

Meine Fragen

Folgende Themen/Studien möchte ich besprechen

Welches Thema beschäftigt Sie? Was haben Sie z. B. in aktuellen Studien gelesen?

Notieren Sie die wichtigsten Punkte des Arztgesprächs

So bemerken Sie schnell, ob Sie alles richtig verstanden haben und ob Fragen unbeantwortet blieben

Meine Notizen zum Gespräch am _____:

Weitere Tipps für das Arztgespräch finden Sie unter „Materialien für den Arztbesuch“