

Stress, Infektionen und Alkohol als Psoriasisstrigger

Datum: 07.09.2026

Original Titel:

Psoriasis Triggers and Disease Activity: Analysis of Survey Data from the PSODEEP1 Study.

Kurz & fundiert

- Welche Trigger spielen eine Rolle bei Psoriasis?
- Querschnittsstudie mit 2 716 Patienten in mehreren Ländern
- Stress, Infektionen und Alkohol als häufige Trigger
- Potenziell Stressmanagement als Beitrag zum Krankheitsmanagement

MedWiss – Fast 3 000 Patienten mit Psoriasis in mehreren Ländern berichteten in einer Online-Befragung häufig von Stress und Infektionen, aber auch Alkoholkonsum als wichtige Trigger für ein Aufflammen der Erkrankung. Demnach könnte beispielsweise Stressmanagement einen Beitrag zum Krankheitsmanagement der Psoriasis leisten.

Menschen mit Psoriasis berichten häufig, dass spezielle Trigger Krankheitsschübe auszulösen scheinen oder die Krankheitsaktivität beeinflussen. Die moderne Psoriasistherapie kann zur Symptommfreiheit (Remission) führen, allerdings kommt es häufig zu einem erneuten Schub, wenn die Therapie unterbrochen wird. Welche Trigger häufig zu einem Aufflammen der Erkrankung beitragen, könnte hilfreich sein, um die Psoriasis längerfristig unter Kontrolle zu halten.

Welche Trigger spielen eine Rolle bei Psoriasis?

In einer Querschnittsstudie (PSODEEP1) ermittelten Wissenschaftler selbstberichtete Trigger, Änderungen in der Krankheit und verschiedene spezielle Symptome (Koebner-Phänomen oder Psoriasis-Arthritis, PsA) mit einem digitalen Fragebogen. Zur Befragung wurden Patienten in Chile, Dänemark, den Niederlanden und Schweden zwischen Oktober 2022 und Februar 2024 gewonnen.

Querschnittsstudie mit 2 716 Patienten in mehreren Ländern

Insgesamt nahmen 2 716 Patienten mit Psoriasis an der Befragung teil. Die meisten Teilnehmer (71 %) berichteten, Auslöser für die Psoriasis festgestellt zu haben. Die Trigger konnten in 24 Untergruppen eingeordnet werden, wobei die häufigsten Auslöser Stress (55,3 %), Infektionen (17,7 %) und Alkohol (10,8 %) waren. Die Mehrzahl der Patienten (65 %) berichtete von Schwankungen in der Krankheitsaktivität je nach Jahreszeit. Etwa die Hälfte gab Fluktuationen der Krankheitsaktivität mit Phasen des Aufflammens an. Die Häufigkeit selbstberichteter Trigger unterschied sich je nach Geschlecht der Teilnehmer, Krankheitsmanifestation (Hautpsoriasis und/oder PsA) sowie je nach Land der Befragten. Von Frauen wurden Stress und Infektionen häufiger als Trigger genannt. Bei

Männern war Alkohol ein häufigerer Auslöser. Bei Teilnehmern in Chile spielte Stress eine größere Rolle, Infektionen hingegen waren seltener genannte Trigger.

Stress, Infektionen und Alkohol als häufige Trigger

Die Autoren schließen, dass Patienten häufig von Stress und Infektionen, aber auch Alkoholkonsum als prominenten Triggern für ein Aufflammen der Psoriasis berichten. Demnach könnte beispielsweise Stressmanagement einen Beitrag zum Krankheitsmanagement der Psoriasis leisten.

Referenzen:

Duveltorp A, Reek JVD, Wikström J, Petersen MB, Zheng W, Lysell J, Skov L, Valenzuela F, Dyring-Andersen B, Eidsmo L. Psoriasis Triggers and Disease Activity: Analysis of Survey Data from the PSODEEP1 Study. *Acta Derm Venereol.* 2026 Jun 1;106:0167. doi: 10.2340/actadv.v106.adv-2025-0167. PMID: 42223410; PMCID: PMC13224730.