

# PRZEWODNIK DLA PACJENTA ZE ŚWIERZBIĄCZKĄ GUZKOWĄ

Informacje, wskazówki i narzędzia, które wesprą Cię  
w podróży po lepszą kontrolę Twojej choroby.

# JESTEŚMY TUTAJ, ABY CI POMÓC



Życie z przewlekłą **świerzbiączką guzkową (ŚG)** nie jest łatwe, szczególnie gdy nie masz wszystkich potrzebnych informacji<sup>1</sup>.

Chociaż nie wiemy jeszcze wszystkiego o ŚG, dobrą wiadomością jest to, że trwające badania kliniczne nadal poprawiają nasze zrozumienie tego schorzenia<sup>2</sup>.

Ten przewodnik ma pomóc Ci lepiej zrozumieć ŚGi wpływ, jaki ma na Twoje życie.

Świerzbiączka guzkowa (ŚG) to powszechnie używany termin w praktyce klinicznej i jest uważana za specyficzny podtyp przewlekłej świerzbiączki<sup>3</sup>.

Postacie pokazane w tym przewodniku nie są prawdziwymi pacjentami, a obrazy nie odzwierciedlają rzeczywistych doświadczeń pacjentów.

# ZROZUMIENIE ŚWIERZBIĄCZKI GUZKOWEJ (ANG. PRURIGO NODULARIS)

ŚG to przewlekła choroba zapalna skóry, co oznacza, że możesz z nią żyć od jakiegoś czasu. Jest związana z intensywnym świądem i pojawieniem się guzków oraz innych wypukłych zmian skórnych. Zwykle występują one na kończynach, plecach lub brzuchu<sup>4</sup>.

Kiedy Twoja skóra swędzi, to normalne, że chcesz ją podrapać. Niestety, w przypadku ŚG nadmierne drapanie może prowadzić do powstawania guzków<sup>4,5</sup>.

ŚG zawdzięcza swoją nazwę łacińskim słowom:

**Pruritus**  
(przewlekły śwιάd)

**Nodulus**  
(małe guzki)

## ŚG w skrócie:



ŚG to choroba przewlekła<sup>4</sup>.



Nie są znane czynniki wywołujące ŚG<sup>6</sup>.



Stan zapalny może być przyczyną objawów i symptomów ŚG<sup>7</sup>.



ŚG charakteryzuje się głównie silnym świądem<sup>8,9</sup>.

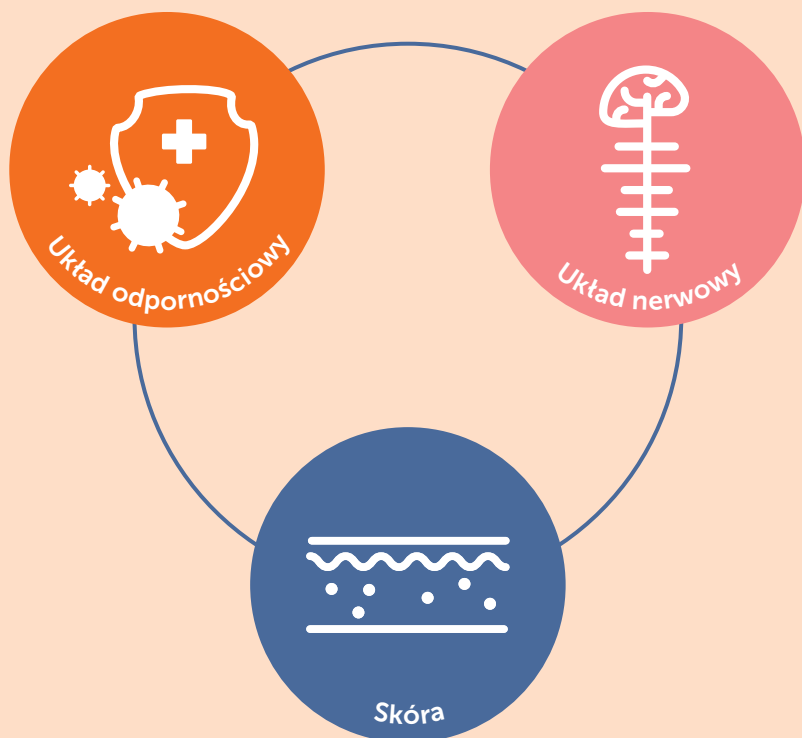


W Polsce każdego roku u ponad 2 500 osób diagnozuje się ŚG<sup>10</sup>.

# CO SIĘ DZIEJE POD SKÓRĄ?

To, co widzisz na powierzchni skóry, to tylko część historii<sup>4</sup>. Chociaż przyczyna ŚG nie jest w pełni zrozumiana, w organizmie dzieje się wiele procesów, które mogą przyczyniać się do rozwoju choroby<sup>9</sup>.

Uważa się, że ŚG zaczyna się wewnątrz ciała, gdzie skóra, układ nerwowy i układ odpornościowy nie współpracują tak, jak powinny. Relacja między tymi systemami może być nie zrównoważona, powodując niepożądaną reakcję zapalną, która może szkodzić własnym tkankom ciała<sup>6,7</sup>.



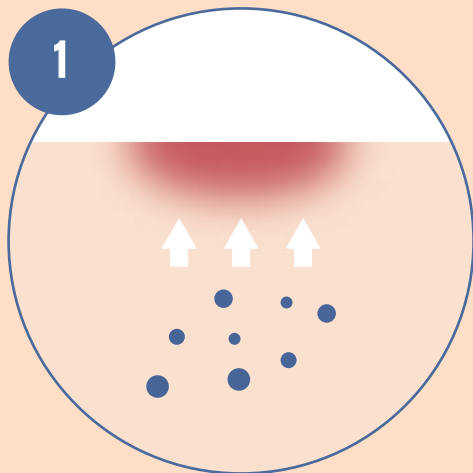


To zapalenie może również przyczyniać się do pojawiania się zmian skórnych i może wywoływać sygnały w układzie nerwowym, które są przesyłane do mózgu, sprawiając, że odczuwasz ogromnie nasilony świąd i dyskomfort<sup>4,6</sup>.

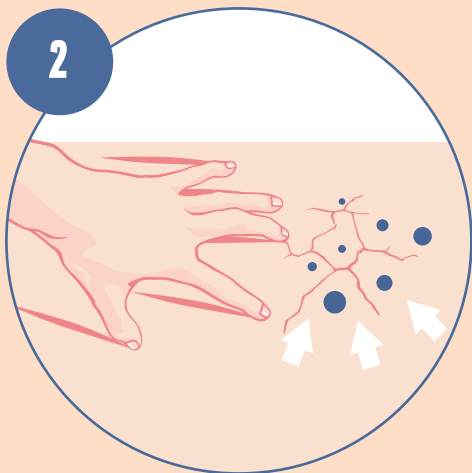
Drapanie w odpowiedzi na uporczywie swędzące zmiany związane z ŚG zakłóca ochronną barierę skóry. To z kolei wyzwała uwalnianie substancji, które dodatkowo podsycają stan zapalny, kontynuując ten cykl świądu i drapania<sup>6,8,9</sup>. Może to również prowadzić do powstawania wypukłych zmian, blizn i innych śladów na skórze<sup>4,8</sup>.

Więc nawet jeśli Twoja skóra wygląda na zdrową, pod spodem może nadal występować stan zapalny<sup>6</sup>.

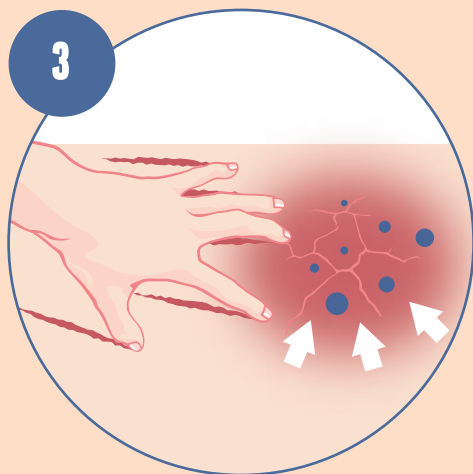
# CYKL ŚWIĄDU I DRAPANIA W ŚG



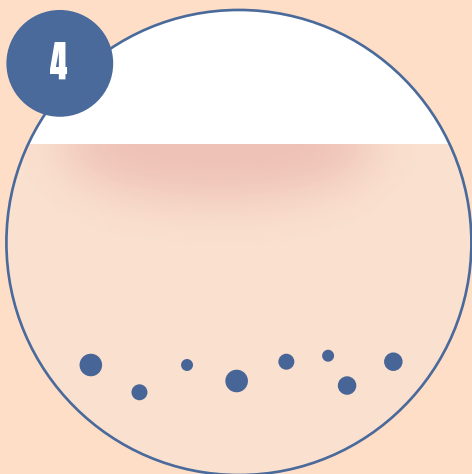
Komórki i substancje zaangażowane w reakcję zapalną w obrębie skóry mogą przyczynić się do uczucia świądu i powstawania guzków w ŚG<sup>4,9,11</sup>



To sprawia, że chcesz się drapać<sup>4</sup>



Niestety drapanie może uszkodzić skórę i jej barierę ochronną, potęgując świąd<sup>4,8,12</sup>



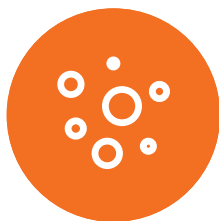
Nawet gdy skóra wygląda na zdrową lub gojącą się, stan zapalny może być nadal obecny w głębszych warstwach skóry<sup>5</sup>

# CO SIĘ DZIEJE NA POWIERZCHNI?



## Świąd:

- Osoby z ŚG mogą doświadczać go o **ogromnej intensywności** w porównaniu do innych schorzeń skóry<sup>4,8</sup>.
- Jest **odczuwany najintensywniej w guzkach lub zgrubieniach**<sup>6</sup>. Jednak inne obszary mogą być również poważnie dotknięte<sup>5</sup>.
- Niestety, **drapanie powoduje bliznowacenie (i w efekcie zgrubienie) skóry oraz utrzymuje stan zapalny**, co może jeszcze bardziej nasilić świąd<sup>4,8</sup>.



## Guzki, zgrubienia i inne zmiany:

- Możesz zauważyć guzki, zgrubienia lub inne wypukłe zmiany na swojej skórze<sup>8,13</sup>.
- **Mogą się różnić rozmiarem** (od kilku milimetrów do nawet dwóch centymetrów)<sup>6</sup>.
- **Guzki mogą pojawić się w dowolnym miejscu na ciele**, ale zwykle występują na plecach, nogach i ramionach<sup>5,6,13</sup>.
- Zwykle zaczynają się jako małe i intensywnie swędzące punkty, ale **przy przewlekłym drapaniu mogą rosnąć i stawać się bardziej guzkowate i wypukłe**<sup>12</sup>.
- Kolor guzków zależy od odcienia skóry<sup>13</sup>.



## Uczucie pieczenia:

- **Możesz odczuwać pieczenie skóry** lub ból wokół guzków<sup>4,5</sup>.
- Może to być **spowodowane stanem zapalnym skóry podczas drapania**<sup>12</sup>.



# WPŁYW ŚWIERZBIĄCZKI GUZKOWEJ

ŚG wpływa na więcej niż tylko skórę<sup>14</sup>.

Co może być szczególnie niepokojące w przypadku ŚG, to fakt, że może ona wpływać na wiele aspektów codziennego życia, w tym sen, zdrowie psychiczne, interakcje społeczne i relacje międzyludzkie<sup>1,14</sup>.



## Zdrowie psychiczne

ŚG może mieć ciężki wpływ emocjonalny, powodując uczucia wstydu, strachu i frustracji. Może ona również wywoływać u Ciebie bezradność i niepokój w niektórych momentach życia<sup>1,15</sup>.



## Sen

ŚG może zakłócać jakość snu. Temperatura ciała wzrasta w nocy, co może powodować większy świąd i nasilać drapanie. Brak snu może również pogorszyć świąd i zakłócić codzienne życie<sup>1,14,16</sup>.



## Stres

Stres i swędzenie są ze sobą ściśle powiązane. Objawy ŚG same w sobie mogą powodować zwiększony poziom stresu i zakłócać codzienne czynności. Wysoki poziom stresu z kolei może wpływać na układ odpornościowy i pogarszać świąd<sup>8,13,16,17</sup>.

**Ale nie martw się – jesteśmy tu, aby Ci pomóc.**

Ważne jest, aby zdać sobie sprawę, że wsparcie jest dostępne i że możesz odzyskać kontrolę nad swoim ŚG.

# ODZYSKAJ KONTROLĘ NAD SWOJĄ ŚG

Jeśli masz ŚG od dłuższego czasu, możesz tracić wiele z życia, nie zdając sobie z tego w pełni sprawy. Twój dermatolog może również nie być w pełni świadomy, jak Twoja choroba na Ciebie wpływa.

Jeśli ukrywasz swoją skórę przed innymi, odczuwasz uporczywy świąd lub guzki, które nie znikają, porozmawiaj z dermatologiem. Bądź szczery z nimi nie pomijaj żadnych szczegółów. To może pomóc im znaleźć lepsze podejście do zarządzania dla Ciebie.

Ważne jest, aby wiedzieć, że badania kliniczne stale poszerzają naszą wiedzę na temat ŚG, co pomaga nam nieustannie poprawiać jej leczenie<sup>2</sup>.

W rzeczywistości istnieją teraz nowe sposoby zarządzania ŚG<sup>18</sup>.

**Z ODPOWIEDNIM PLANEM  
OBNIŻENIE NASILENIA ŚWIADU,  
ZMNIEJSZENIE LICZBY ZMIĄN  
SKÓRNYCH I ZMNIEJSZENIE  
WPŁYWU ŚG NA TWOJE ŻYCIE  
JEST MOŻLIWE.**

## Ustalanie celów

Być może próbowałeś różnych sposobów, aby pomóc w zarządzaniu swoją ŚG.

Ale leczenie Twojego schorzenia zaczyna się od ustalenia właściwych celów. Mogą one obejmować:

- Zmniejszenie uczucia nasilonego świądu i potrzeby drapania<sup>12,13,19</sup>
- Zajęcie się objawami skórnymi - takimi jak guzki i wypryski, aby pomóc skórze się zagoić<sup>19</sup>
- Zmniejszenie wpływu ŚG na codzienne czynności<sup>14</sup>

Następnie chodzi o wybór odpowiedniego leczenia, aby się nimi zająć.

## Przekuwanie planów w działanie

Same miejscowe leczenie, takie jak kremy lecznicze, mogą nie wystarczyć. Istnieją jednak metody leczenia działające systemowo, w tym biologiczne i immunosupresyjne<sup>5,18</sup>.

Jeśli czujesz, że Twoje obecne leczenie nie jest wystarczające do opanowania choroby, koniecznie porozmawiaj z dermatologiem – razem możecie stworzyć strategię leczenia dostosowaną specjalnie do Twoich potrzeb.

# OKREŚLENIE TWOJEGO OBECNEGO POZIOMU KONTROLI

## Test Kontroli Świerzbiączki (ang. Prurigo Control Test, PCT)\*

Jeśli żyjesz ze świerzbiączką guzkową (ŚG), znaną również jako przewlekła świerzbiączka, poniższe pytania ocenią, jak choroba wpływa na Ciebie. Proszę przeczytać każde pytanie uważnie i wybrać spośród pięciu odpowiedzi tę, która najlepiej pasuje do Twojej sytuacji. Proszę ograniczyć swoje odpowiedzi do ostatnich dwóch tygodni. Musisz wybrać tylko jedną odpowiedź na każde z pięciu pytań, aby uzyskać dokładny wynik.





# PRZYGOTOWANIE DO WIZYTY

Podczas gdy PCT jest zaprojektowany do oceny kontroli ŚG, poniższe formularze mają pomóc w maksymalnym wykorzystaniu wizyty u dermatologa i zapewnieniu, że wyjdiesz z wszystkimi potrzebnymi informacjami. Wystarczy odpowiedzieć na wszystkie pytania jak najdokładniej i zabrać je na następną wizytę.

Ten przewodnik ma służyć jedynie jako pomoc w rozmowie. Nie jest przeznaczony do oceny, diagnozowania ani kontrolowania choroby. Dobrym pomysłem jest zabranie obu formularzy na wizytę, aby dermatolog miał pełny obraz sytuacji.



# JAKA JEST TWOJA HISTORIA LECZENIA?

Tutaj zapytamy Cię o leczenie i/lub pielęgnację, które obecnie stosujesz, aby zarządzać ŚG. To pomoże dermatologowi ocenić Twoją sytuację i zalecić podejście, które może być dla Ciebie bardziej skuteczne.

## Czy obecnie masz przepisane jakieś leki w związku z ŚG?

*(Proszę zakreślić Tak lub Nie i dodać wszelkie inne uwagi, które chciałbyś/chciałabyś przekazać)*

Tak	Nie
Jakieś inne uwagi?	

## Czy w przeszłości miałeś/aś przepisane jakieś leki w związku z ŚG?

*(Proszę zaznaczyć Tak lub Nie i dodać wszelkie inne uwagi, które chciałbyś/chciałabyś przekazać)*

Tak	Nie
Jakieś inne uwagi?	

## Czy stosujesz jakiegokolwiek leki bez recepty lub środki pielęgnacyjne, aby zarządzać swoją ŚG?

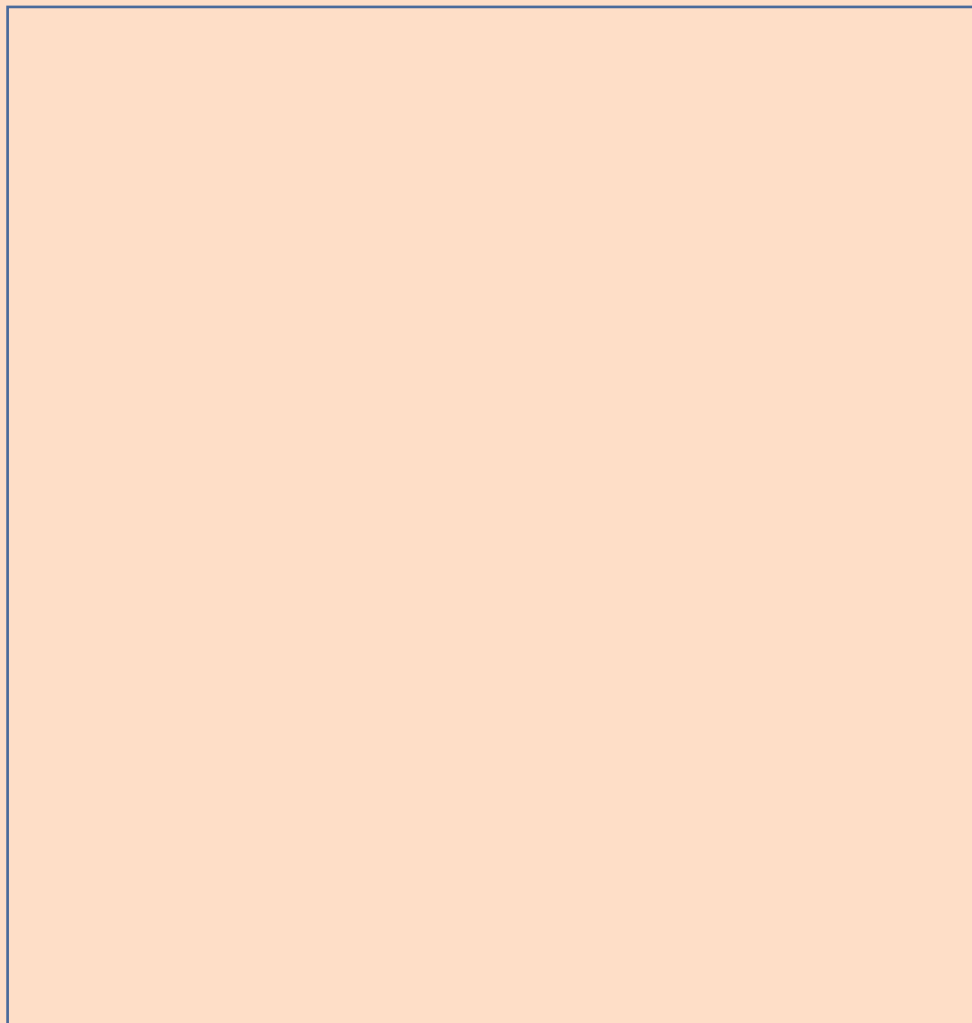
*(Proszę zaznaczyć Tak lub Nie i dodać wszelkie inne uwagi, które chciałbyś/chciałabyś przekazać)*

Tak	Nie
Jakieś inne uwagi?	

# CZEGO POTRZEBUJESZ SIĘ DOWIEDZIEĆ?

Niezależnie od tego, czy masz pytania dotyczące ŚG, czy myśli na temat leczenia, podzielenie się nimi z dermatologiem pomoże mu dostarczyć Ci potrzebnych odpowiedzi.

**Zapisz tutaj swoje myśli lub pytania.**



**Jeśli nie jesteś pewien/pewna,  
jakie pytania zadać, oto kilka  
sugestii, które mogą pomóc.**

**Jakich wyników mogę  
się spodziewać po tym  
leczeniu? Kiedy  
powinienem/powinnam  
oczekiwać poprawy w  
zakresie świądu?  
Jaki wpływ może to mieć  
na moją skórę/guzki?**

**Czy są sposoby,  
aby zmniejszyć wpływ  
ŚG na mój  
sen/pracę/  
koncentrację?**

**Czy moje blizny i  
przebarwienia  
się poprawią, jeśli  
poprawią się moje  
guzki/zmiany skórne?**

**Czy  
jest coś  
jeszcze, czego  
powinienem  
unikać w  
zarządzaniu  
mojej ŚG?**

**Czy  
są jakieś  
leki, których  
powinienem  
unikać ze względu  
na inne moje  
schorzenia?**

**Jak  
długo  
powinno to  
potrwać, zanim  
zacznę widzieć  
rezultaty?**

**Jak długo  
powinienem  
mogę być na tym  
leczeniu?**

**Jakie podejścia  
do zarządzania  
moją ŚG są  
dostępne?**

**Jakie powinny  
być cele mojego  
leczenia?**

# TWORZENIE PLANU, KTÓRY JEST ODPOWIEDNI DLA CIEBIE

Aby upewnić się, że wyjdiesz z gabinetu z jasnym planem, odpowiedź na te pytania przed spotkaniem z dermatologiem. Mogą one Wam pomóc w ustaleniu celów.

## Który obszar Twojego życia dotknięty przez ŚG chciałbyś/chciałabyś najbardziej poprawić?

*(Proszę zakreślić swoją odpowiedź i dodać inne uwagi, które chciałbyś/chciałabyś przekazać)*

Sen	Praca / nauka	Relacje
Inne (proszę określić)		

## Co najbardziej chcesz mieć pod kontrolą?

*(Proszę zakreślić swoją odpowiedź i dodać inne uwagi, które chciałbyś/chciałabyś przekazać)*

Świąd	Ból	Pieczenie	Guzki (guzki/wypukłe zmiany)
Inne (proszę określić)			

## Jakie masz oczekiwania na poprawę życia z ŚG?

*(Proszę dodać inne uwagi, które chciałbyś/chciałabyś przekazać)*

--

# KROK W KIERUNKU

# ROZWIĄZANIA

Teraz, gdy odpowiedziałeś na te pytania, miejmy nadzieję, że poczujesz się bardziej przygotowany na kolejną wizytę.

Pamiętaj, aby zabrać ze sobą ten formularz samooceny. Pomoże on skupić dyskusję z dermatologiem na twoich celach i pomoże im zidentyfikować plan działania, który może zadziałać dla Twojej ŚG.

Aby uzyskać więcej wskazówek,  
porozmawiaj ze swoim  
dermatologiem na temat  
nowoczesnych metod leczenia  
świerzbiączki guzkowej (ŚG).

\*PCT zostało opracowane przez zespół badawczy kierowany przez dr. Karstena Wellera (Charité Berlin) i prof. Martina Metzsa (Charité Berlin)

**Referencje:**

1. Rodriguez D, et al. JAMA Dermatol. 2023;159(11):1205–1212.
2. Clinicaltrials. Prurigo Nodularis. <https://clinicaltrials.gov/search?cond=Prurigo%20Nodularis> (dostęp na 06.2025).
3. Zeidler C, et al. Acta Derm Venereol. 2018;98(2):173–179.
4. Rare Diseases. Prurigo Nodularis. <https://rarediseases.org/rare-diseases/prurigo-nodularis/> (dostęp na 06.2025).
5. Kwatra SG. JAMA Derm. 2022; 158(3): 336.
6. Bewley A et al. Derm and Therapy. 2022; 12(9): 2 039-2 048.
7. Parthasarathy V et al. Fron in Medicine. 2022; 9: 1 011 142.
8. Yale Medicine. Prurigo Nodularis. <https://medicine.yale.edu/news-article/prurigo-nodularis/> (dostęp na 06.2025).
9. Jing W et al. Derm Therapy. 2023; 2023: 1-8.
10. Reich A, et al. Acta Derm Venereol. 2020;100(10):adv00155.
11. Hashimoto T et al. Exp Derm. 2021; 30(6): 804-810.
12. American Academy of Dermatology Association. Prurigo Nodularis: FAQs. <https://www.aad.org/public/diseases/a-z/prurigo-nodularis-overview> (dostęp na 06.2025).
13. British Association of Dermatologists. Nodular prurigo. <https://www.bad.org.uk/pils/nodular-prurigo/> (dostęp na 06.2025).
14. Misery L et al. J of The Eur Academy of Derm and Venereology. 2023; 37(7).
15. Oh Chiat C et al. Ind J of Derm. 2015; 60(5): 525.
16. Lavery M et al. Int J of Molec Sciences. 2016; 17(3): 425.
17. Chen Y, Lyga J. Inflamm & Allergy-Drug Targets. 2014; 13(3): 177-190.
18. Labib A et al. Immunotargets Ther. 2022; 11: 11-21.
19. American Academy of Dermatology Association. Prurigo Nodularis: Diagnosis and treatment. <https://www.aad.org/public/diseases/a-z/prurigo-nodularis-treatment> (dostęp na 06.2025).

©2025 Sanofi i Regeneron Pharmaceuticals, Inc. Wszelkie prawa zastrzeżone.