

## Kysy psoriasisesta – Psorilinja vastaa

Kaipaako neuvoja ja vinkkejä iho- tai nivelpsoriasiksen hoitoon? Tietoa kursseista ja kuntoutuksesta? Tai haluatko vain jutella jonkun kanssa siitä, miten psori kuormittaa arjessa? Psorilinja on sinua varten!

### Sairaanhoitajan palvelu kolme kertaa viikossa

Ota yhteyttä Psorilinjän maksuttomaan neuvontapuhelimeen. Psoriin perehtynyt sairaanhoitaja auttaa, neuvoo ja kuuntelee numerossa **0800 557 767**. Psorilinjän sairaanhoitaja päivystää myös chatissa, joka toimii tällä sivustolla. Klikkaa sivun laidassa näkyvää puhekuplaa, niin chat-ikkuna avautuu.

### Sairaanhoitajan neuvontapuhelin ja chat ovat avoinna ma klo 8–12 ja ti–ke klo 14–18.

Puhelut ja yhteydenotot Psorilinjalle ovat maksuttomia ja ne voi tehdä nimettömänä. Voit myös lähettää sairaanhoitajalle kysymyksiä sähköpostilla [psorilinja@psori.fi](mailto:psorilinja@psori.fi) E-post även på svenska.

### Lääkärin puhelinpalvelu maanantaisin ja keskiviikkoisin

Psorilinjalla päivystävät myös ihotautien erikoislääkäri **Jaana Mattila** ja reumasairauksien erikoislääkäri **Jari Pöllänen**. Läkarebetjäning även på svenska. Lääkärit ohjaavat ja neuvovat psoriasisiksen hoidossa ja lääkityksessä, mutta eivät kirjoita reseptejä. Myös lääkäripalvelut ovat soittajalle maksuttomia.

Jaana Mattilan puhelinaika on **maanantaisin klo 12–13, p. 0800 07557**.

Jari Pölläsen puhelinaika on **parittomien viikkojen keskiviikkoisin klo 12–13, p. 0800 05775**.

### Facebookista vertaistukea

Psorilinjalla on myös oma [Facebook-ryhmä](#). Psorilinjän sairaanhoitaja vastaa ryhmässä hänelle osoitettuihin kommentteihin ja yksityisviesteihin Psorilinjän aukioloaikoina. Ryhmä on avoin sen jäsenten keskinäiselle keskustelulle psoriasisesta myös muina aikoina.

### Kysy – Psorilinja vastaa

Mietittyvätkö psoriasisiksen oireet tai hoito tai haluatko vinkkejä terveellisiin elintapoihin? Voit lähettää kysymyksesi osoitteella [ihonaika@psori.fi](mailto:ihonaika@psori.fi), otsikkokenttään ”Psorilinja vastaa”. Asiantuntijamme vastaavat lukijoiden kysymyksiin Ihon aika -lehdessä. Kysyjän nimi ja yhteystiedot tulevat vain toimituksen tietoon.