







Supplementary material has been published as submitted. It has not been copyedited, typeset or checked for scientific content by Acta Dermato-Venereologica

Supplementary table I. Examples of the content of the psoriasis-sensitizing Instagram account.

Picture	Original caption (German)	English translation
 <p>iStock.com / 2Ban. https://www.istockphoto.com/de/foto/mann-selbst-trockene-schuppige-haut-kratzen-auf-seite-mit-psoriasis-vulgaris-gm849442822-139422741</p>	<p>Psoriasis ist eine chronisch entzündliche Hautkrankheit für die es derzeit noch keine Heilung gibt.</p> <p>-</p> <p>Gekennzeichnet ist die Krankheit durch rote Läsionen, welche von Schuppen bedeckt sind.</p> <p>-</p> <p>Psoriasis kann nur bestimmte Regionen (z.B. die Kopfhaut) oder den ganzen Körper betreffen und führt zu Juckreiz sowie schmerzhaften Empfindungen.</p> <p>-</p> <p>Quelle: WHO 2016 Globaler Bericht zu Schuppenflechte</p> <p>-</p> <p>#psoriasis #skindisease #psoriasiscommunity #stigmatization #factsagainststereotypes #knowledgeispower #science</p>	<p>Psoriasis is a chronic inflammatory skin disease for which there is currently no cure.</p> <p>-</p> <p>The disease is characterized by red lesions, which are covered by scales.</p> <p>-</p> <p>Psoriasis can affect only certain regions (e.g. the scalp) or the whole body, leading to itching and painful sensations.</p> <p>-</p> <p>Source: WHO 2016 Globaler Bericht zu Schuppenflechte</p> <p>-</p> <p>#psoriasis #skindisease #psoriasiscommunity #stigmatization #factsagainststereotypes #knowledgeispower #science</p>
 <p>LoboStudio Hamburg / Unsplash. https://unsplash.com/photos/yBJw1up4n44</p>	<p>Die mit Psoriasis zusammenhängenden psychischen Probleme können alltägliche gesellschaftliche Aktivitäten sowie die Arbeit beeinträchtigen. Sie verursacht Beschämung, mangelndes Selbstvertrauen, Angst und vermehrtes Auftreten von Depressionen.</p> <p>-</p> <p>Patient*innen mit Psoriasis berichten über Wut oder Hilflosigkeit und geben eine höhere Rate an Selbstmordgedanken an als andere Patient*innen.</p> <p>-</p> <p>Quelle: WHO 2016 Globaler Bericht zur Schuppenflechte</p> <p>-</p> <p>#psoriasis #mentalhealth #psoriasisanddepression #psoriasisawareness</p>	<p>The psychological problems associated with psoriasis can interfere with everyday social activities as well as work. It causes embarrassment, lack of self-confidence, anxiety, and an increased incidence of depression.</p> <p>-</p> <p>Patients with psoriasis report anger or helplessness and have a higher rate of suicidal thoughts than other patients.</p> <p>-</p> <p>Source: WHO 2016 Globaler Bericht zu Schuppenflechte</p> <p>-</p> <p>#psoriasis #mentalhealth #psoriasisanddepression #psoriasisawareness</p>
 <p>iStock.com / happy_lark. https://www.istockphoto.com/de/foto/lebensmittel-die-haut-zu-schützen-gm1060779322-283553404</p>	<p>Ernährung kann die Entwicklung und den Verlauf der Psoriasis beeinflussen.</p> <p>-</p> <p>Ein Ernährungsplan basierend auf den individuellen Ernährungsbedürfnissen sowie Bedingungen der Psoriasis und deren Komorbiditäten sind daher ein wichtiger Bestandteil in der Behandlung.</p> <p>-</p> <p>Quelle: N. Kanda et al. 2020 Nutrition and Psoriasis International Journal of Molecular Sciences</p> <p>-</p> <p>#psoriasis #psoriasisandnutrition #psoriasis-treatment #psoriasisawareness</p>	<p>Nutrition can influence the development and course of psoriasis.</p> <p>-</p> <p>A diet plan based on individual nutritional needs as well as conditions of psoriasis and its comorbidities are therefore an important component of treatment.</p> <p>-</p> <p>Source: N. Kanda et al. 2020 Nutrition and Psoriasis International Journal of Molecular Sciences</p> <p>-</p> <p>#psoriasis #psoriasisandnutrition #psoriasis-treatment #psoriasisawareness</p>

Supplementary table II. Examples of the content of the beauty-glorifying Instagram account.

Picture	Original caption (German)	English translation
 <p>iStock.com / svetikd. https://www.istockphoto.com/de/foto/stille-schönheit-gm1126913961-296840334</p>	<p>Praller Teint in 5 Minuten:</p> <p>-</p> <p>Einen Eiswürfel in ein Geschirrtuch wickeln und damit drei bis fünf Minuten über das Gesicht streichen. Das regt die Durchblutung an und liftet die Haut innerhalb weniger Minuten.</p> <p>-</p> <p>#rosycomplexion #icecubes #rosylook #freshlook</p>	<p>Plump complexion in 5 minutes:</p> <p>-</p> <p>Wrap an ice cube in a tea towel and run it over your face for three to five minutes. This stimulates blood circulation and lifts the skin within minutes.</p> <p>-</p> <p>#rosycomplexion #icecubes #rosylook #freshlook</p>
 <p>iStock.com / Dragos Cojocari. https://www.istockphoto.com/de/foto/cooler-mann-an-der-weißen-wand-gm1140016992-304918666</p>	<p>Die gesteigerte Durchblutung beim Sport verbessert die Sauerstoff- und Nährstoffversorgung der Haut.</p> <p>-</p> <p>Beim Schwitzen öffnen sich die Hautporen und angestauter Talg und Zellabfälle können leichter abfließen. Auch Hautschüppchen, die für die Verstopfung von Poren verantwortlich sind, werden abgetragen. Zudem ist die Haut nach dem Sport besonders aufnahmefähig und wertvolle Inhaltsstoffe können besonders gut aufgenommen werden.</p> <p>-</p> <p>#skincareandsport #skincareandworkout #skincare #workout #loveyourbody #moveyourbody #careforyourbody</p>	<p>The increased blood circulation during sports improves the supply of oxygen and nutrients to the skin.</p> <p>-</p> <p>When sweating, the skin pores open up and accumulated sebum and cellular waste can drain away more easily. Skin flakes, which are responsible for clogging pores, are also removed. In addition, the skin is particularly receptive after exercise and valuable ingredients can be absorbed especially well.</p> <p>-</p> <p>#skincareandsport #skincareandworkout #skincare #workout #loveyourbody #moveyourbody #careforyourbody</p>
 <p>iStock.com / Moyo Studio. https://www.istockphoto.com/de/foto/grünes-essen-tut-dem-körper-gut-gm1185840421-334339350</p>	<p>Grüner Smoothie 🥤</p> <p>-</p> <p>Zutaten:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 1 Handvoll Spinat • 1 Apfel • 1 Banane • 1/4 Avocado • Saft einer Orange • 1 kleines Stückchen Ingwer • 200 ml Wasser <p>-</p> <p>Anleitung:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Zutaten waschen, ggf. schälen und klein schneiden. 2. Zuerst die weichen Zutaten wie Banane und Avocado in den Mixbehälter geben, anschließend die restlichen Zutaten hinzufügen. 3. Mit einem leistungsstarken Mixer etwa 1 Minute mixen, bis der Smoothie eine einheitliche und cremige Konsistenz hat. 4. Genießen! <p>-</p> <p>#drinkyourgreens #greens #greensmoothie #detox #healthyfood #healthylifestyle</p>	<p>Green smoothie 🥤</p> <p>-</p> <p>Ingredients:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 1 handful spinach - 1 apple - 1 banana - 1/4 avocado - juice of one orange - 1 small piece of ginger - 200 ml water <p>-</p> <p>Instructions:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Wash ingredients, peel if necessary and cut into small pieces. 2. First put the soft ingredients such as banana and avocado in the blender, then add the rest of the ingredients. 3. Blend with a powerful blender for about 1 minute until the smoothie has a uniform and creamy consistency. 4. Enjoy! <p>-</p> <p>#drinkyourgreens #greens #greensmoothie #detox #healthyfood #healthylifestyle</p>