

Il dermatologo spiega come risolvere un problema della pelle

# SE AVETE PRURITO, FATE UN BAGNO IN ACQUA E RISO

«Stare nell'acqua con il riso bollito aiuta a eliminare il fastidioso disturbo»

di Giulio Divo

Milano, settembre

**I**l prurito è, per i pazienti che ne soffrono, uno dei peggiori fastidi che si possano immaginare. Innanzitutto perché è una condizione stressante da un punto di vista mentale, poiché impedisce di concentrarsi. Poi perché il paziente, esasperato dal fastidio, spesso inizia una lunga odissea tra medici e specialisti di vario genere per trovare un rimedio che purtroppo non è semplice individuare. Infatti il prurito può dipendere sia da un problema della pelle sia da altri problemi di salute e, in questo caso, rappresenta solo un sintomo che consiglio di approfondire anche fuori dal campo dermatologico».

Chi mi parla del prurito e di come si deve affrontare è un grande esperto di problemi della pelle, il professor Antonino Di Pietro, dermatologo a Milano e presidente fondatore dell'Isplad, la Società internazionale di dermatologia plastica e oncologica.

**Che cosa consiglia a un paziente con un prurito insistente?**

«Innanzitutto gli chiedo se il prurito è localizzato o se è esteso su un'ampia parte di corpo. Poi osservo la sua pelle e verifico se presenta lesioni che possono giustificare un prurito, al di là di quelle che il paziente si può essere provocato grattandosi».

**E poi?**

«Se la lesione è localizzata, è più semplice individuare la causa. In genere questi casi sono causati da punture di insetti, reazioni allergiche di tipo locale o infezioni provocate da funghi della pelle. Le cure del caso si applicano in genere sulla sede della lesione e sono a base di po-



## «FATE COMUNQUE GLI ESAMI DEL SANGUE»

Milano. Il professor Antonino Di Pietro, dermatologo a Milano e presidente fondatore dell'Isplad, la Società internazionale di dermatologia plastica e oncologica. «Il prurito, talvolta, può essere il sintomo di un problema di salute», dice il dermatologo. «Per accertarne la causa prescriviamo al paziente una serie di esami, fra cui un esame del sangue, cioè un prelievo, per controllare i livelli di ferro, la funzionalità del fegato e quella della tiroide».

mate al cortisone se dovute a punture di insetti o reazioni allergiche. Nel caso di un fungo della pelle, invece, prescriviamo farmaci antifungini, da applicare fino alla scomparsa di qualsiasi segno».

**Che cosa consiglia invece ai pazienti che presentano lesioni sulla pelle molto estese e che quindi hanno un prurito diffuso su ampie zone del corpo?**

«In questo caso, normalmente,

si tratta di un esantema, cioè uno sfogo della pelle, che può essere legato, per esempio, a una malattia virale come la varicella. Questa provoca un prurito difficilmente controllabile, che consiglio di trattare con farmaci antistaminici per bocca. Tuttavia anche le reazioni allergiche producono lesioni estese sulla pelle che vanno trattate con antistaminici e con cortisonici per bocca per bloccare l'infiammazione e quindi il prurito. In alcuni casi

verifico anche che non sia in atto una parassitosi, come la scabbia. Si tratta dell'infezione causata da un piccolo parassita della pelle che crea un prurito esteso e insopportabile, che suggerisco di trattare con appositi insetticidi, simili a quelli usati, per esempio, per i pidocchi».

**Che cosa consiglia, invece, ai pazienti che non presentano segni particolari di sofferenza della pelle eppure si lamentano del prurito?**

«Mi preoccupa che la loro pelle sia ben idratata. A volte il prurito diffuso su una pelle che non presenta segni di irritazione si risolve bevendo più acqua. Poi suggerisco loro di fare il bagno anziché la doccia e di aggiungere all'acqua del bagno qualche cucchiaino di amido, che ha proprietà lenitive. Consiglio di sciogliere un cucchiaino di amido di riso per ogni litro di acqua utilizzata. L'amido di riso, che si trova al supermercato o in farmacia, è una farina ricavata dal riso che ha proprietà rinfrescanti. Si può anche usare l'acqua che si ottiene dopo la bollitura del riso stesso, senza salarla, quando è divenuta tiepida. Infine, secondo il tipo di pelle, prescriviamo prodotti idratanti».

**Come procede se questa terapia non sortisce l'effetto desiderato?**

«Se non ottengo buoni risultati con questo approccio, prescriviamo al paziente una serie di esami per accertare che la causa del prurito non sia un problema di salute di altro genere. Consiglio un esame del sangue, cioè un prelievo, per controllare i livelli di ferro, il funzionamento del fegato e della tiroide. Inoltre è indispensabile controllare i livelli di zuccheri nel sangue stesso e

continua a pag. 74

# IL VERO E IL FALSO SUL PRURITO

*Se avete prurito solo di giorno, la causa è di tipo nervoso • Grattarsi peggiora il problema • Chi suda di più spesso soffre di prurito • I problemi renali danno prurito*

## VERO

**Quando il prurito "migra" da una zona all'altra del corpo senza una regola precisa, è più difficile trovare una soluzione al problema.** Il lavoro dello specialista dermatologo è facilitato quando il prurito compare in una zona precisa.

## FALSO

**Il prurito generato dall'ansia va tenuto sotto controllo con i tranquillanti.** I tranquillanti non possono eliminare il prurito. Deve essere il medico psichiatra a impostare una terapia per risolvere il problema psichico alla base del disturbo.

## VERO

**Grattarsi peggiora il problema.** In caso di prurito, cedere alla tentazione di grattarsi rinnova, per così dire, lo stimolo nervoso del prurito e si innesca così un circolo vizioso.

## FALSO

**Se il prurito è insopportabile, si può prendere una compressa di cortisone al bisogno.** Questo rimedio fai-da-te è sbagliato perché il cortisone risolve il prurito momentaneamente ma non consente poi di individuare la causa che lo scatena.

## VERO

**Se il problema del prurito è originato da una disfunzione del fegato, è possibile che la pelle assuma un colorito giallastro.** Si tratta, in questo caso, della bile, una sostanza prodotta dal fegato, che è eccessivamente presente nel circolo sanguigno.

## FALSO

**Un bagno caldo attenua il prurito.** Di norma lo peggiora, meglio invece un bagno a temperatura ambiente.

## VERO

**Esiste un prurito tipico delle donne incinte.** È dovuto per lo più al fatto che la pelle della pan-

cia e dell'addome, stirandosi, non è più nutrita adeguatamente dal sangue, pertanto va idratata con olio di mandorle o altri prodotti simili.

## FALSO

**Il prurito in gravidanza passa sempre con questo rimedio.** Se è diffuso e si presenta soprattutto la notte, è necessario effettuare controlli della funzionalità del fegato.

## VERO

**Se il prurito si manifesta solo di giorno è probabile che la causa sia di tipo nervoso.** La pelle può risentire di stati eccessivi di stress e prudere anche senza che vi sia un disturbo specifico in grado di spiegare il problema.

## FALSO

**I problemi renali non danno prurito.** Possono darlo perché i reni funzionano come filtro per eliminare le impurità dal sangue. Se i reni non funzionano bene le impurità restano in circolo e legandosi agli strati inferiori della pelle possono dare questo spiacevole sintomo.

## VERO

**Alcuni farmaci possono dare prurito quale effetto collaterale.** È importante allora spiegare al dermatologo quali farmaci si prendono con regolarità e valutare se il disagio non sia risolvibile con il cambio dei farmaci.



Il professor Antonino Di Pietro.

## FALSO

**L'Herpes non provoca prurito.** Al contrario ne è la prima manifestazione, che precede la crescita delle tipiche lesioni.

## VERO

**A volte le persone che hanno una intensa sudorazione soffrono di prurito.** Dipende da una scarsa tolleranza della pelle stessa alle sostanze presenti nel sudore.

## FALSO

**Sono soprattutto i bambini piccoli ad avere prurito diffuso.** Normalmente questo disturbo, quando legato alla secchezza della pelle, colpisce le persone in età.

## VERO

**Recenti ricerche suggeriscono che anche la presenza di un batterio, l'Helicobacter Pylori, nello stomaco può dare prurito.** Si tratta di studi molto recenti ma che aprono la strada per curare alcuni casi di difficile individuazione. La cura, in questo caso, si fa con antibiotici.

## FALSO

**Il prurito non è contagioso.** In realtà esiste un meccanismo di tipo psicologico per cui quando vediamo qualcuno grattarsi di continuo, avvertiamo anche noi lo stimolo a fare lo stesso. Le cause di questo meccanismo sono ancora ignote.

## VERO

**A volte, se ci si gratta troppo, si producono lesioni che, infettandosi, prudono di più.** Questo disturbo si chiama impetigine e va trattato con gli antibiotici.

## FALSO

**I problemi circolatori legati a flebiti e vene varicose non portano prurito.** Sono uno dei sintomi tipici, invece, che precede il dolore e l'infiammazione vera e propria.

continua da pag. 72

verificare persino alcuni segnalatori tumorali».

## Perché consiglia questi esami?

«Poiché la mancanza di ferro nel sangue ha, come sintomo che si aggiunge alla stanchezza, proprio un prurito diffuso. E l'ipertiroidismo, cioè un eccessivo funzionamento della tiroide, può, a sua volta, dare lo stesso sintomo. I controlli sul corretto funzionamento del fegato sono utili perché, a volte, una infiammazione di questa parte del corpo, l'epatite, fa sì che siano rilasciate nel flusso sanguigno alcune sostanze che poi si legano agli strati più interni della pelle e che causano il prurito. Se il livello di zuccheri nel sangue è eccessivo, il paziente è affetto da diabete e, in questo caso, il prurito è dato dai problemi al sistema circolatorio e nervoso che la malattia comporta. Infine, per quanto riguarda i segnalatori tumorali, malattie quali il linfoma o la leucemia si manifestano anche attraverso il prurito. Ma in questo caso il paziente manifesta anche altri sintomi, molto più preoccupanti, che dovrebbero averlo già messo in allarme. In ogni caso, per scrupolo, prescrivo lo stesso questi esami. Ovviamente se i loro risultati appaiono alterati, indirizzo il paziente allo specialista oncologo. A volte, però, nemmeno questo accertamento è sufficiente».

## Ci sono pazienti il cui prurito non ha spiegazione?

«Sì. Si tratta di una piccola percentuale, per fortuna, ma esistono. In questo caso traggono sollievo dal rispetto di abitudini di vita: non devono bere tè o caffè. Consiglio poi di limitare la cioccolata, di eliminare dal guardaroba tessuti sintetici e di non mettere lana a contatto con la pelle. Infine, nei momenti di maggiore disagio, questi pazienti possono trarre giovamento da brevi cicli di cura con antistaminici per bocca, che bloccano uno dei meccanismi che innescano il prurito e limitano così il senso di perenne disagio che li accompagna».

Giulio Divo