

SALUTE Anche le estremità dei nostri arti possono ammalarsi

ONICOMICOSI: ECCO COME SI CURA

Le infezioni alle unghie possono essere la spia di malattie

di **Massimiliano Di Paolantonio**

Roma - Agosto

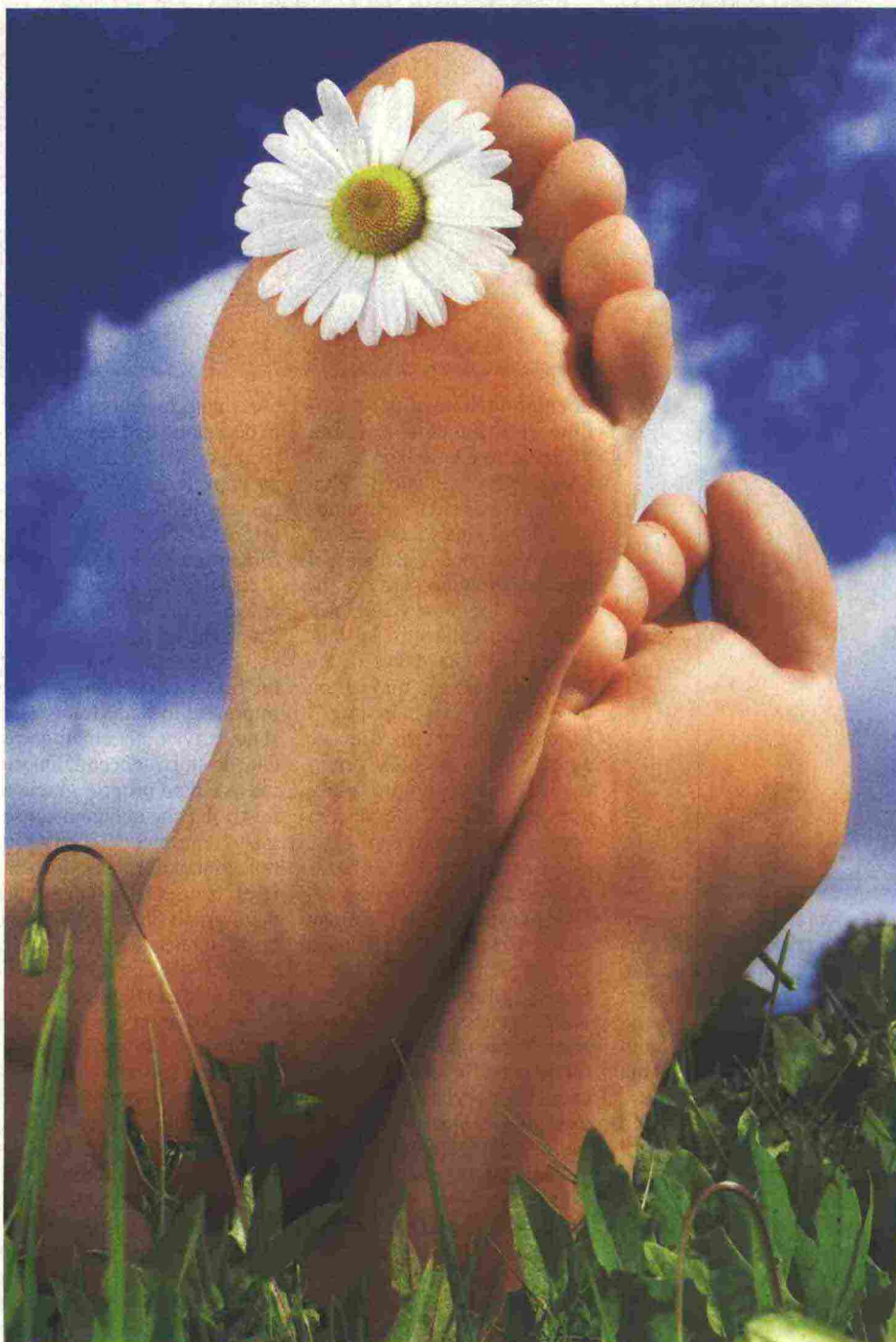
L'onicomicosi è un'infezione fungina che interessa le unghie delle mani e/o dei piedi, che possono presentarsi più spesse del normale, fragili, con deformazioni, opache o con macchie bianche o gialle. Conseguenza di molti fattori, tra cui il mutamento degli stili di vita, è una patologia in forte aumento e rappresenta più del 50 per cento dei disturbi ungueali.

Le cause

È provocata prevalentemente da un fungo, ma il fattore scatenante si può ricercare anche in lieviti e muffe. Il fungo penetra attraverso micro fessure e crepe dell'unghia, abbatte lo strato di cheratina (la sostanza principale di cui è composta) utilizzando i componenti per crescere velocemente modificando il pH dell'unghia (da acido ad alcalino).

Il parere dell'esperto

«Se gli occhi sono lo specchio dell'anima, le unghie lo sono della salute» sostiene il professor Antonino di Pietro, Dermatologo Plastico, Presidente Fondatore Isplad (International Society of Plastic-Regenerative and Oncologic Dermatology), Direttore Istituto Dermoclinico **Vita Cutis**. «Facili da leggere», le unghie possono svelare il nostro stato di salute. Un'unghia sana ha una lamina rosea e una superficie liscia, regolare e semitrasparente; una



provocando noiosi disturbi. Parola d'ordine: igiene e prevenzione

EISTONO DELLE TERAPIE AD HOC

Le cure per l'onicomicosi a volte falliscono a causa di terapie imprecise o troppo brevi.

modifica di quest'aspetto può essere il segnale che qualcosa non va a livello locale e, anche, generale. Macchie nere possono essere conseguenza di piccole emorragie causate da un trauma al pari dei puntini bianchi che, invece, si formano perché all'interno dell'unghia si creano bolle d'aria. Inoltre, se un'unghia è sottile e presenta striature o solchi, potrebbe essere la spia di carenze vitaminiche o sali minerali (ferro o zinco). Ancora, un netto cambiamento di colore potrebbe segnalare la presenza della tipica malattia delle unghie, un'infezione provocata da funghi, lieviti o muffe, che tendono a renderle bianche o giallastre, frastagliate e friabili».

Quale prevenzione

Pochi ma importanti accorgimenti sono indispensabili per prevenire l'onicomicosi:

Asciugare sempre con accuratezza mani e piedi, compresa la pelle tra le dita;

Prediligere calze in fibra naturale e avere cura di cambiarle spesso;

Alternare appena possibile scarpe chiuse con quelle aperte;

Non camminare mai scalzi nei luoghi pubblici;

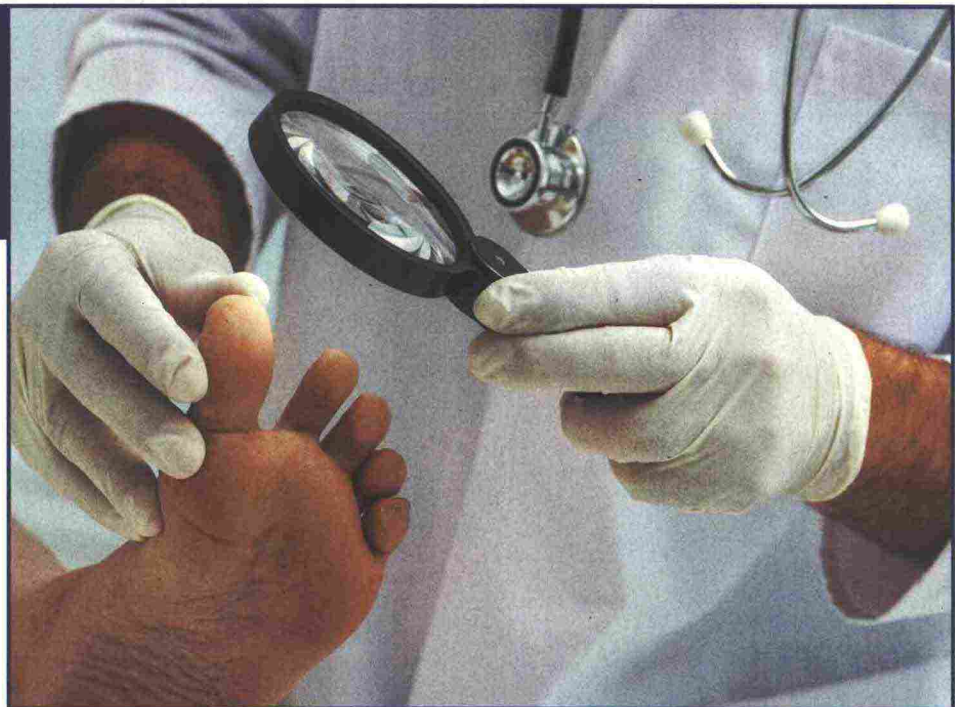
Non strappare o tagliare la pelle intorno alle unghie perché si potrebbero creare lacerazioni attraverso le quali ci si potrebbe infettare.

Quali i fattori di rischio

Molteplici i fattori di rischio:

avere una sudorazione eccessiva;

tenere le mani in acqua per



molte ore;
indossare calze e scarpe che impediscono la traspirazione e non assorbono il sudore;

camminare a piedi nudi in ambienti pubblici umidi (piscine, palestre, spogliatoi);

avere piccole lesioni o infezioni della pelle o delle unghie;

essere in età avanzata;
soffrire di diabete o di disturbi circolatori a carico del

sistema immunitario.

Sintomi, diagnosi e cura

È probabile che si soffra di onicomicosi se le unghie sono più spesse del normale e presentano deformazioni, se sono opache e non lucide, fragili o frastagliate. Fondamentale determinare una corretta diagnosi per decidere la terapia più efficace. Il medico

specialista di riferimento è il dermatologo che controllerà le unghie e raccoglierà alcuni frammenti della parte inferiore per esaminarli al microscopio; altro specialista di riferimento è il podologo.

Tra i rimedi più efficaci, i farmaci di uso topico, con formulazioni che permettono un'ottima penetrazione del principio attivo per ottenere l'eradicazione del fungo responsabile. Il trattamento richiede sei mesi di terapia per le unghie delle mani e fino a dodici mesi per quelle dei piedi. Nei casi più gravi si può ricorrere a farmaci per via orale o persino all'intervento chirurgico.

Consigli igienici

Pochi e semplici: per le unghie delle mani, lavarle dopo aver toccato un'unghia infetta; mantenerle pulite, asciutte e corte; evitare prodotti non sicuri (smalti, unghie finte) che potrebbero trattenere l'umidità aggravando l'infezione. Alle unghie dei piedi evitare traumi, indossare scarpe comode, preferibilmente con tacco basso e punta larga. **S**