

GRAND HOTEL SALUTE

I consigli dei grandi esperti

TI PRUDONO LE MANI? USA IL GHIACCIO

«Sudorazione, vescicole, forte prurito: è disidrosi, una dermatite cronica molto frequente in questa stagione. Per placare i sintomi, mettete un paio di guanti e immergete le mani nel ghiaccio. E per asciugarvi tamponate, non strofinate»

di **Laura de Laurentis**
Milano, giugno

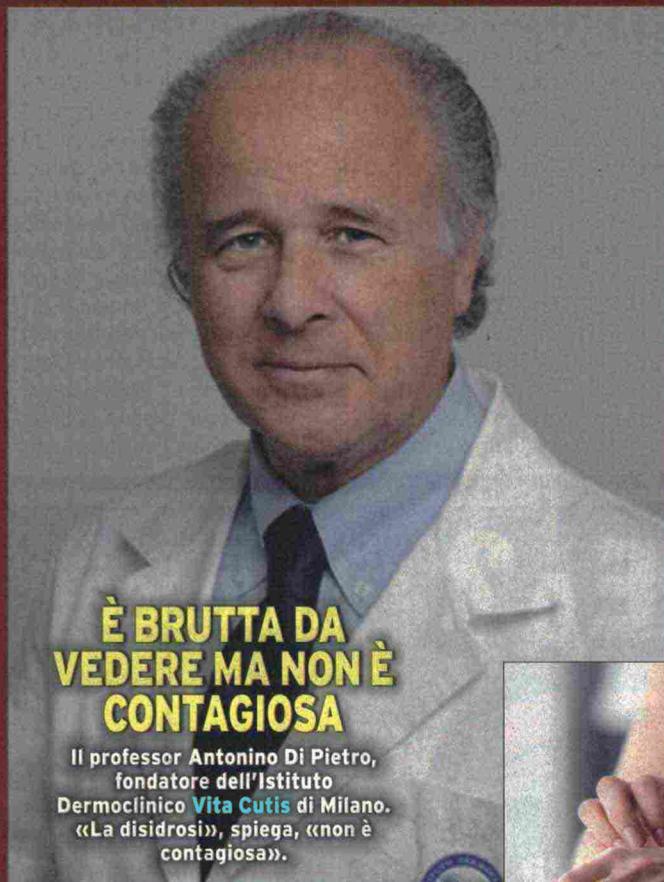
Comincia con il prurito, seguito dopo poco dalla comparsa di vescicole sulle mani e, a volte, anche sui piedi, brutte da vedere e anche molto fastidiose. È la disidrosi, una forma di dermatite cronica frequente d'estate che può essere controllata con successo, ma che non guarisce mai completamente. Come si fa a capire se si soffre di questo fastidioso disturbo? Quali sono i fattori di rischio e le regole per prevenirlo? In che modo si può curare? Lo abbiamo chiesto a un grande esperto, il professor Antonino Di Pietro, fondatore dell'Istituto Dermoclinico Vita Cutis di Milano, definito "il dermatologo dei Vip" perché tanti personaggi famosi dello spettacolo, del cinema e dello sport si rivolgono a lui per problemi di pelle.

Professore, che cos'è esattamente la disidrosi?

«Si tratta di una forma di dermatite, cioè di infiammazione della pelle, che colpisce prevalentemente i palmi delle mani ma può interessare anche le piante dei piedi. È un disturbo cronico, in quanto dopo una prima comparsa tende a ripresentarsi più e più volte nella vita. La disidrosi non è contagiosa e questo è molto importante che si sappia perché a volte chi ne è colpito ha paura che le persone pensino il contrario e quindi evitino strette di mano o altri contatti ravvicinati».

Con quali sintomi si manifesta?

«Inizia con una sudorazione



È BRUTTA DA VEDERE MA NON È CONTAGIOSA

Il professor Antonino Di Pietro, fondatore dell'Istituto Dermoclinico Vita Cutis di Milano. «La disidrosi», spiega, «non è contagiosa».

eccessiva, accompagnata da un prurito spesso molto intenso e insistente alle mani, palmi e lati delle dita soprattutto, e a volte ai piedi. Dopo poco appaiono vesciolette dall'aspetto di bollicine disposte in piccoli gruppi, ma a volte così vicine tra loro da arrivare a fondersi fino a formare un'unica grande vescica, mentre il prurito tende a peggiorare. Nell'arco di circa tre settimane, le bollicine si seccano e la pelle inizia a desquamarsi, assumendo una colorazione rossastra. Dopodiché il processo può ricominciare: il

prurito si ripresenta forte e le bollicine possono ricomparire per poi asciugarsi e lasciarsi al loro posto una pelle desquamata e disidratata».

Che conseguenze può comportare?

«Grattarsi può causare piccole ferite sulla pelle, si chiamano proprio "lesioni da grattamento", che possono addirittura sanguinare e su cui, nei casi più sfortunati, può svilupparsi

un'infezione batterica, di solito da stafilococco, che si deve curare con l'antibiotico. Per questo è molto importante cercare di non grattarsi o, almeno, di non farlo con le unghie. Per precauzione e come regola igienica fondamentale in ogni forma di dermatite accompagnata da prurito, è importantissimo tagliare sempre le unghie corte e mantenerle pulitissime con l'aiuto dell'apposita spazzolina».

Da che cosa è causata?

«Le cause della disidrosi sono ancora oggi sconosciute. Quello che si sa è che tende a manifestarsi nelle persone colpite da un'altra forma di malattia della pelle, la dermatite atopica, che dà eczemi, prurito, desquamazione della pelle».

Sempre per ragioni non note, colpisce di preferenza persone tra i 30 e i 50 anni, anche se può comparire a tutte le età ed è più frequente nei maschi. È una dermatite, per così dire, stagionale, perché di solito i primi sintomi si presentano nella tarda primavera per prolungarsi

o ricomparire nel corso di tutta l'estate. D'inverno la malattia rimane silente, poi il ciclo può ricominciare».

Ha detto che si tratta di un disturbo cronico: vuol dire che una volta comparso ci si deve combattere per tutta la vita?

«Sì, la disidrosi una volta comparsa non guarisce mai del tut-



GRAND HOTEL SALUTE

to. Ha però lunghi periodi di remissione, durante i quali la pelle ritorna perfettamente normale e nei casi più fortunati può non manifestarsi anche per anni interi, saltando quindi la consueta ciclicità».

«Lo stress la può scatenare»

Se non ci sono cause certe, ci sono fattori di rischio che possono favorire la comparsa di disidrosi?

«Sì, sono stati identificati vari fattori di rischio che agiscono su una predisposizione naturale a svilupparla. Il primo e più importante è lo stress, tant'è che spesso compare o ricompare nei periodi critici, quando, per esempio, si è alle prese con forti preoccupazioni di lavoro o gravi problemi familiari e affettivi. Si sa anche che può favorirla il contatto prolungato e continuativo con alcuni metalli, come il cromo e il nichel. È, inoltre, più facile che si manifesti nelle per-

soni con pelle particolarmente sensibile, che presenta reazioni della pelle, come orticaria, prurito, secchezza, in seguito al contatto con sostanze o tessuti irritanti, per esempio prodotti per la pulizia della casa o lana cruda. Infine, l'esposizione alla luce e al calore agiscono sia da fattori di rischio sia da fattori scatenanti». **La diagnosi come viene fatta?**

«La diagnosi viene fatta dal dermatologo (ma in prima battuta anche dal medico di famiglia) semplicemente grazie all'osservazione dei sintomi. Non esistono esami di laboratorio o indagini strumentali che possono identificare la disidrosi».

Quali sono le cure da affrontare?

«La cura di prima scelta è rappresentata dall'applicazione sulle vescicole di creme a base di cortisone. Servono a controllare l'infiammazione e a lenire il prurito, ma sono solo "sintomatiche", ovvero agiscono sui sintomi ma non sull'origine del di-

sturbo. Nel caso in cui la manifestazione si complichino e si sviluppino un'infezione si devono usare creme a base di antibiotico, anche associato a cortisone. Spetta comunque al medico prescrivere il prodotto medicinale più adatto. Oltre ai farmaci tradizionali, ci sono altri rimedi che possono dare una mano per accelerare la scomparsa dei sintomi». **Quali sono?**

«Immergere gli arti colpiti in acqua molto fredda. Può essere utile anche porli in una bacinella con del ghiaccio, a patto però di indossare guanti per le mani e calzini per i piedi, per evitare il contatto diretto con il ghiaccio che peggiorerebbe la situazione. Le creme contenenti fospidina, fosfolipidi, glucosamina aiutano a vincere il prurito e a contrastare l'irritazione della pelle, inoltre agiscono sulla rigenerazione cutanea favorendo il ripristino della integrità dell'epidermide. Fare sempre docce e bagni in vasca tiepidi perché l'esposizione al calore aumenta il fastidio e ral-

lenta la scomparsa dei sintomi. Usare detergenti per la pelle delicati, senza profumo, appositamente destinati a pelli sensibili».

«Occhio alla bigiotteria»

Esistono delle regole per prevenire questo disturbo?

«Occorre avere molta cura della propria pelle evitando qualunque fattore irritante. Per esempio, i prodotti per la pulizia della casa vanno sempre usati dopo aver indossato i guanti e non a mani nude. È consigliabile indossare bigiotteria senza nichel (questa caratteristica viene sempre indicata) e, più in generale, non si deve mai strofinare la pelle con l'asciugamano, che va usato tamponando. Dopo la doccia o il bagno, da effettuare sempre con acqua tiepida, e anche dopo essersi lavati mani e piedi, la pelle va asciugata con cura, quindi va applicata, massaggiando con movimento leggero, una crema ad alto potere idratante».

GRAND HOTEL SALUTE I consigli dei grandi esperti

TI PRUDONO LE MANI? USA IL GHIACCIO

«Sudorazione, vescicole, forte prurito e disidrosi, una dermatite cronica molto frequente in questa stagione. Per alleviare i sintomi, mettere un paio di giorni e immergere le mani nel ghiaccio. E per asciugarsi tamponando, non strofinare»



E BRUTTA DA VEDERSI MA NON È CONTAGIOSA

La disidrosi è una dermatite cronica molto frequente in questa stagione. Si manifesta con prurito, sudorazione, vescicole e disidrosi. Per alleviare i sintomi, si consiglia di immergere le mani nel ghiaccio e di tamponare la pelle con un asciugamano pulito.

NAUSEA? Indossa i bracciali

Senza medicinali



Dispositivo PR Nausea Control. Usa collana o bracciale. È il più sicuro e affidabile per alleviare le vertigini, il mal di mare, il mal di auto, il mal di treno, il mal di aereo.