

Il medico spiega come prevenire e come curare un disturbo che crea dolore e sofferenza

UNGHIA INCARNITA: FATE PEDILUVI IN ACQUA TIEPIDA E BICARBONATO

«Se non è prontamente e correttamente curata, può intaccare anche la salute generale» • «Ai primi sintomi suggerisco di immergere, almeno una volta al giorno, meglio la sera prima di andare a letto, il piede in acqua tiepida con bicarbonato o eucolorina per disinfettare e per ammorbidire l'unghia malata» • «Per le unghie dei piedi raccomando un taglio dritto e squadrato, mai ai lati, senza smussare gli angoli»

di Roberta Pasero

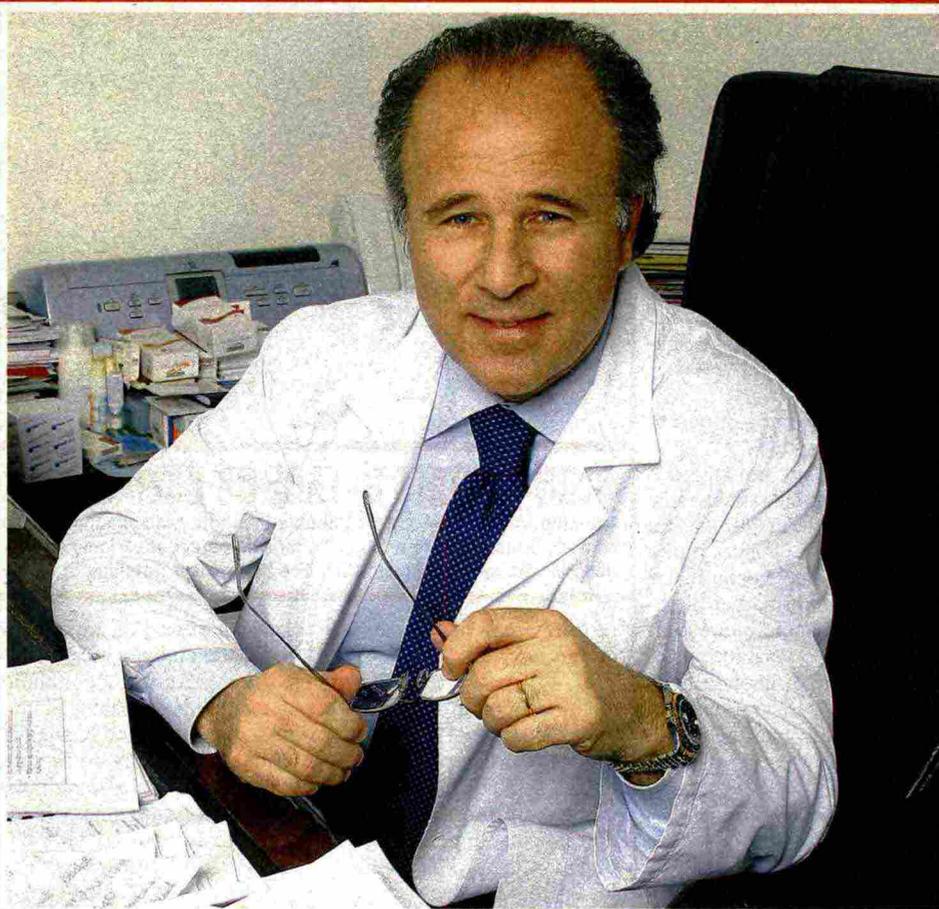
Lunghia incarnita non è una vera e propria patologia, però, se non è prontamente e correttamente curata, può intaccare anche la salute generale. Infatti l'infiammazione causata dall'unghia si può diffondere provocando una infezione che crea dolore e sofferenza all'intera gamba. Questo rende faticoso camminare con un'andatura normale. Perciò raccomando di intervenire con le cure opportune appena si forma e, soprattutto, di cercare di prevenirla.

Sono le parole del professor Antonino Di Pietro (www.antoninodipietro.it), uno dei più noti e autorevoli medici dermatologi d'Italia: è il presidente-fondatore dell'Isplad, la Società internazionale di dermatologia plastica, rigenerativa e oncologica, ed è il direttore dell'Istituto Dermoclinico Vita Cutis a Milano (www.dermoclinico.com).

Quando un'unghia diventa incarnita?

«Quando cresce lateralmente, penetrando per una porzione nei tessuti molli adiacenti. Nella maggior parte dei casi il problema riguarda i piedi,

continua a pag. 76



«NON CALZATE SCARPE TROPPO STRETTE» Milano. Il professor Antonino Di Pietro, presidente-fondatore dell'Isplad, la Società internazionale di dermatologia plastica, rigenerativa e oncologica, e direttore dell'Istituto Dermoclinico Vita Cutis a Milano. «Per prevenire le unghie incarnite suggerisco di non calzare scarpe troppo strette, soprattutto in punta, perché impediscono alle unghie di crescere correttamente. Le calzature strette comprimono le dita e, alla lunga, questo deforma le unghie che crescono storte e penetrano nei tessuti circostanti, con il rischio che diventino incarnite».

MEDICINA

continua da pag. 75

in particolare l'unghia dell'aluce, mentre è più raro che diventino incarnite le unghie delle mani».

Quali sono le cause dell'unghia incarnita?

«Il più delle volte essa è provocata da una insufficiente cura dei piedi e dall'uso di scarpe troppo strette in punta e con i tacchi alti. Tuttavia può essere responsabile anche una pedicure aggressiva che, causando piccole ferite, consente l'ingresso di funghi e di batteri. I fattori che possono, invece, provocare le unghie incarnite nelle mani sono l'abitudine di mangiarsi, appunto, le unghie, ma anche i piccoli traumi, le infezioni micotiche oppure avere le unghie ispessite o incurvate».

Quali sintomi provoca l'unghia incarnita?

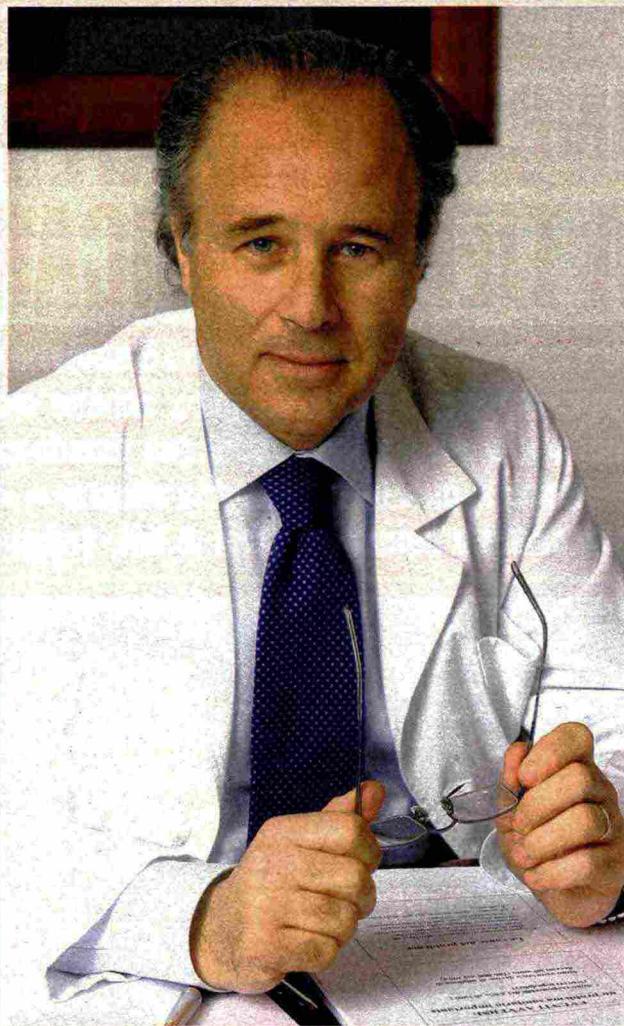
«L'unghia incarnita si può infiammare e infettare con la comparsa di gonfiore al dito, che molte volte può anche impedire di piegarlo. Gli altri sintomi sono arrossamento, pus e dolore anche molto forte, che impedisce di camminare agevolmente».

Come suggerisce di curare l'unghia incarnita?

«Ai primi sintomi suggerisco di immergere, almeno una volta al giorno, meglio la sera prima di andare a letto, il piede in acqua tiepida con bicarbonato o euclorina per disinfettare e per ammorbidire l'unghia malata. Sconsiglio, invece, di tentare di liberare l'unghia da soli perché il pericolo di infezioni diventa ancora più elevato».

Consiglia di andare dal medico?

«Sì, è sempre opportuno rivolgersi a uno specialista dermatologo oppure a un podologo per un controllo, soprattutto se dopo cinque giorni i sintomi non migliorano oppure, al contrario, peggiorano con la formazione di pus, con l'aumento del gonfiore, con dolo-



«NON TENTATE DI FARE DA SOLI» *Milano.* Il professor Antonino Di Pietro. «A chi ha l'unghia incarnita raccomando assolutamente di non tentare di liberarla da solo perché il pericolo di infezioni diventa ancora più elevato», dice il professor Antonino Di Pietro.

re forte e con la comparsa di febbre».

Come consiglia di curare l'unghia incarnita?

«Il medico dermatologo deciderà se somministrare una pomata antibiotica a base di eritromicina, di gentamicina o di acido fusidico da applicare localmente per due o tre settimane oppure se intervenire direttamente sull'unghia, inserendo tra l'unghia e la carne strisce medicamentose sempre a base di antibiotici o anche, se fosse necessario, provvedere a estirpare l'unghia».

Come consiglia, invece, di prevenire l'unghia incarnita?

«Innanzitutto raccomando di fare molta attenzione al modo in cui si tagliano le unghie. L'ideale è prediligere sempre un taglio dritto e squadrato, mai ai lati, senza smussare gli angoli e senza sagomarle come si fa di solito con le unghie delle mani. Tagliandole in questo modo si può favorire la crescita corretta delle unghie nella loro sede naturale. Questo consiglio è ancora più valido per tutti i pazienti che hanno le unghie circondate da una spessa parte carnosa».

Per evitare che venga l'unghia incarnita consiglia di tagliare le unghie molto corte?

«No, perché, se si tagliano corte, le unghie sono più predisposte a incarnirsi. Inoltre, per tagliarle bene consiglio di non utilizzare le forbicine, ma un tronchesino oppure una limetta, meglio se ricoperta di polvere di diamante sintetico oppure di cartone smerigliato. La limetta va adoperata dalla parte più liscia passandola dai lati verso il centro, seguendo sempre lo stesso senso».

Che cosa suggerisce a chi, per problemi di salute o per l'età, non riesce a tagliarsi le unghie da solo?

«Chi non riesce oppure fatica a curarsi le unghie da solo consiglio di rivolgersi a un podologo, esperto laureato nella cura dei piedi. Egli saprà limare le unghie oppure esfoliarle con piccole frese, nel proprio studio oppure a domicilio».

Quali sono le calzature adatte da indossare per evitare di soffrire di unghia incarnita?

«È molto importante non calzare scarpe troppo strette, soprattutto in punta, perché impediscono alle unghie di crescere correttamente. Le calzature strette, infatti, comprimono le dita e, alla lunga, questo deforma le unghie che crescono storte e penetrano nei tessuti circostanti, con il rischio che diventino incarnite. Anche gli sportivi possono essere più vulnerabili alla comparsa dell'unghia incarnita del piede, a causa di calzature molto strette. In linea generale sconsiglio di indossare scarpe in materiale sintetico perché non lasciano respirare il piede. È molto importante anche l'igiene dei piedi che, dopo averli lavati tutti i giorni, vanno asciugati sempre con molta cura. Va ricordato che le unghie sono rivelatrici dell'intero benessere del corpo, preservalte e curarle deve essere una pratica quotidiana».

Roberta Paserò

© RIPRODUZIONE RISERVATA