

Il medico spiega come curare una malattia molto comune che colpisce la pelle

PSORIASI: PER ALLEVIARE IL PRURITO METTETE UN ASCIUGAMANO BAGNATO

«Si riconosce perché compaiono chiazze cutanee di colore rosso chiaro, ricoperte da squame» • «Ai primi sintomi, può dare sollievo applicare un asciugamano pulito e inumidito per attenuare il fastidio» • «Se si avverte bruciore, raccomando di non grattarsi» • «Meglio indossare abiti morbidi in fibre naturali come lino e cotone, che rispettano la cute, evitando invece i tessuti sintetici»

di Roberta Pasero

Milano, marzo

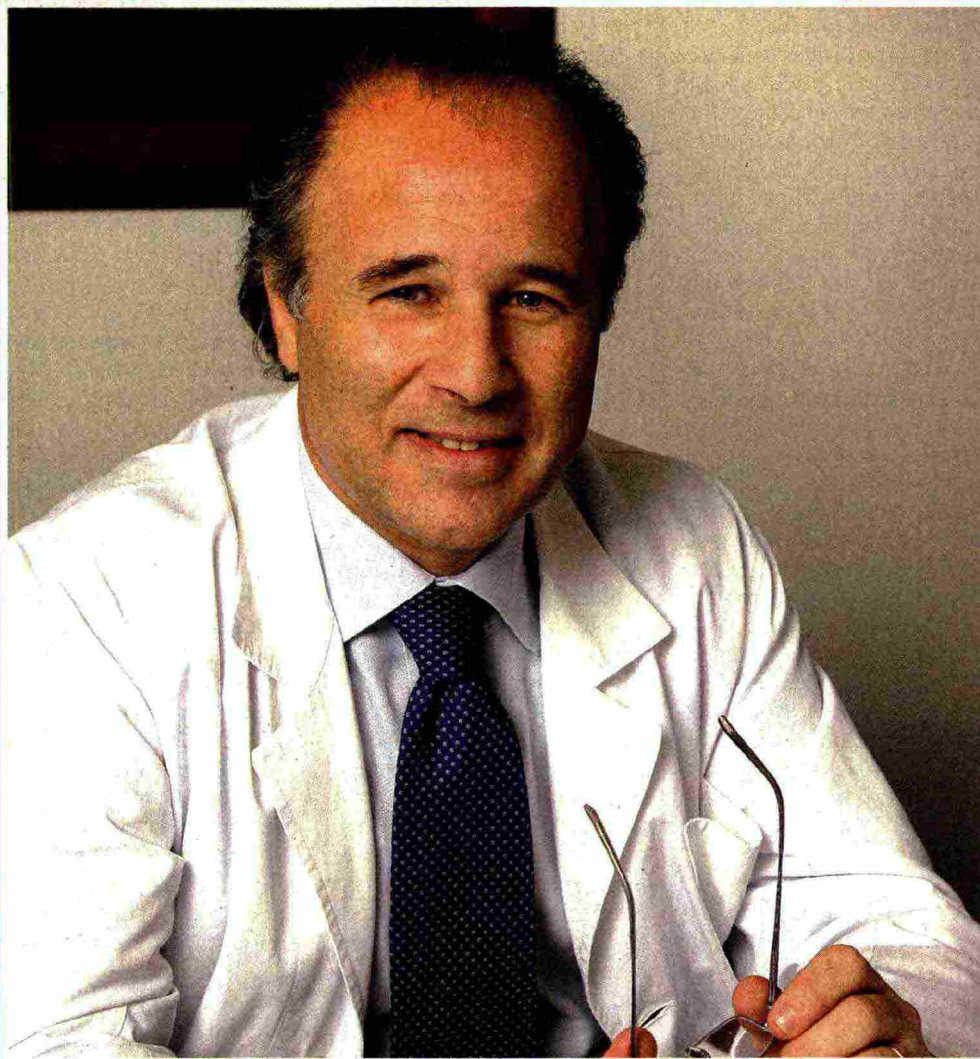
In Italia oltre due milioni e mezzo di pazienti soffrono di psoriasi, una malattia che si può manifestare a qualsiasi età e con la stessa frequenza tra gli uomini e tra le donne. Le chiazze che compaiono sulla pelle vanno trattate tempestivamente e con la giusta terapia per evitare un peggioramento o una ricaduta dei sintomi».

Sono le parole del professor **Antonino Di Pietro**, uno dei massimi esperti dermatologi italiani (www.antoninodipietro.it), presidente-fondatore dell'Isplad, la Società internazionale di dermatologia plastica, rigenerativa e oncologica, e direttore dell'Istituto dermoclinico **Vita Cutis** a Milano (www.istitutodermoclinico.com).

Con quali sintomi si manifesta la psoriasi?

«Si presenta con chiazze irregolari, leggermente in rilievo, che possono comparire in diverse aree del corpo, più spesso su gomiti, ginocchia e cuoio capelluto e, in alcuni casi, anche sulle unghie. Le lesioni sono di colore rosso chiaro e ricoperte da squame: più chiare e opache in su-

continua a pag. 52



«BEVETE DUE LITRI DI ACQUA AL GIORNO» Milano. Il professor **Antonino Di Pietro**, dermatologo, presidente-fondatore dell'Isplad, la Società internazionale di dermatologia plastica, rigenerativa e oncologica, e direttore dell'Istituto dermoclinico **Vita Cutis** a Milano. «Quando si soffre di psoriasi, è consigliabile idratare la pelle bevendo due litri di acqua al giorno e applicare una crema idratante più volte al giorno», dice.

MEDICINA

continua da pag. 51

perficie, grigio-argentea negli strati più profondi. Hanno in genere forma tondeggianti e dimensioni variabili, da pochi millimetri fino a oltre dieci centimetri, e possono provocare prurito anche intenso. In una parte dei pazienti può inoltre comparire un interessamento delle articolazioni, condizione nota come artrite psoriasica. L'andamento è ciclico: a fasi di attenuazione dei sintomi si alternano periodi di riacutizzazione. Le ricadute sono più frequenti nei cambi di stagione, soprattutto in primavera e in autunno, oppure durante momenti di intenso stress».

Quali sono le cause?

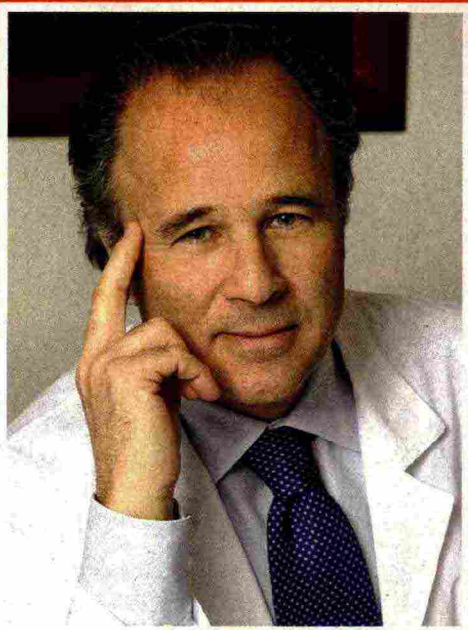
«Le cause di questa malattia non sono certe, però sappiamo che gioca un ruolo importante la predisposizione genetica. Infatti, chi ha almeno uno dei genitori colpito da psoriasi ha buone probabilità di ammalarsi, mentre se ne soffrono entrambi i genitori le probabilità aumentano al 50 per cento».

Vi sono fattori che possono predisporre alla psoriasi?

«Sì, alcuni eventi possono favorirne la comparsa o riattivarla. Tra questi rientrano traumi locali, irritazioni cutanee o ustioni solari importanti. Anche alcune reazioni avverse a farmaci, come antinfiammatori e betabloccanti, possono contribuire alla comparsa delle lesioni. Un ruolo significativo può essere svolto inoltre da condizioni di forte ansia o da eventi stressanti, che incidono temporaneamente sull'equilibrio del sistema immunitario».

La psoriasi è contagiosa?

«No, non è una malattia infettiva e non può essere trasmessa da una persona all'altra. Abbracciare, accarezzare o stare a contatto con chi ne soffre non comporta alcun rischio di contagio. È importante inoltre chiarire che la psoriasi non aumenta il rischio di sviluppare tumori della pelle».



«IL SOLE FA BENE»

Milano. Il professor Antonino Di Pietro. «L'esposizione moderata al sole porta benefici all'80 per cento dei pazienti con psoriasi perché i raggi solari hanno un effetto antinfiammatorio», spiega il professore.

Che cosa si può fare alla comparsa dei sintomi per alleviare il disturbo?

«Può essere utile applicare sulla zona interessata un asciugamano pulito e inumidito, per attenuare prurito e fastidio. In caso di bruciore è fondamentale evitare di grattarsi, perché lo sfregamento può peggiorare l'infiammazione e favorire la comparsa di piccole lesioni. È consigliabile mantenere la pelle ben idratata, sia dall'interno, bevendo circa due litri di acqua al giorno, sia dall'esterno, applicando più volte al giorno una crema emolliente adatta al proprio tipo di pelle. Anche l'abbigliamento ha la sua importanza: meglio preferire capi morbidi in fibre naturali come cotone, lino o seta, che rispettano la cute, evitando invece i tessuti sintetici, che possono aumentare l'irritazione. In ogni caso è opportuno rivolgersi quanto prima a un medico dermatologo, per ottenere una diagnosi corretta ed eventualmente iniziare la terapia più adeguata».

Come viene diagnosticata la psoriasi?

«Esaminando le chiazze. In alcuni casi può essere confusa con la dermatite seborroica, soprattutto se è interessato il cuoio capelluto, op-

pure con altre malattie della pelle. Se la diagnosi fosse dubbia, il paziente viene sottoposto all'esame dermatoscopico o, se necessario, a un esame istologico per distinguere la psoriasi da eventuali infezioni micotiche o batteriche».

Con quale terapia si può curare la psoriasi?

«Purtroppo a oggi non esiste una terapia risolutiva che consenta di guarire completamente. Tuttavia ci sono cure che possono controllare la sua evoluzione e rendere meno fastidiosi i sintomi. Le terapie più efficaci sono creme, lozioni o gel a base di urea, catrame vegetale, acido salicilico. Si può anche ricorrere al cortisone, per periodi brevi, o alla vitamina D e ai suoi analoghi, come il calcipotriolo, che non hanno gli effetti indesiderati del cortisone, o ai retinoidi ma anche a terapie a base di ciclosporina, metotrexato e acitretina. Esistono anche farmaci biologici che, somministrati sotto stretto controllo medico, sono in grado di migliorare molto la malattia anche nei casi più gravi. Per le forme impegnative si può ricorrere pure alla fototerapia con Led di ultima generazione o alla P-UVA-terapia. Questa cura associa

le radiazioni Uva a farmaci di origine vegetale dotati di effetto antinfiammatorio che aiutano la crescita regolare delle cellule della pelle. Raccomando di rivolgersi a centri medici provvisti di particolari lampade capaci di emettere raggi ultravioletti all'interno di particolari cabine simulando così artificialmente l'azione del sole».

Dunque prendere il sole fa bene a chi soffre di psoriasi?

«Sì, perché i raggi del sole hanno un effetto antinfiammatorio e riducono la proliferazione delle cellule cutanee, portando benefici all'80 per cento dei pazienti. L'esposizione deve essere però graduale, moderata e applicando sempre creme solari con filtri ad alta protezione per evitare scottature, che potrebbero invece scatenare nuove chiazze».

I sintomi della psoriasi si possono tenere sotto controllo anche a tavola?

«Sicuramente. Seguire la dieta mediterranea aiuta a prevenire le recidive e a ridurre l'incidenza della psoriasi. È consigliabile limitare il consumo di carni rosse, burro, latticini, formaggi e insaccati, aumentando invece frutta, verdura e pesce, ricco di grassi omega 3, che hanno un effetto antinfiammatorio. La psoriasi tende a peggiorare nei pazienti obesi e mostra una risposta più scarsa alle terapie; inoltre chi fuma o assume alcol in eccesso corre un rischio maggiore di ricadute».

Le cure termali possono dare sollievo a chi soffre di psoriasi?

«Sì, i benefici della balneoterapia sono noti da oltre duemila anni. In particolare, consiglio un ciclo di dodici giorni in vasca o piscina termale, utilizzando acque ricche di magnesio e calcio, oppure sulfuree o bicarbonate calciche».

Roberta Pasero

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

112296