

Il medico spiega come curare una malattia della pelle che colpisce oltre due milioni di persone

PSORIASI: MANGIATE FRUTTA, VERDURA E PESCE MA LIMITATE LA CARNE ROSSA

«Il disturbo si manifesta con chiazze sulla pelle di colore rosso chiaro e ricoperte da squame bianche che possono dare prurito intenso» • «Si possono alternare periodi in cui i sintomi sembrano quasi scomparsi ad altri nei quali si riacutizzano» • «Le ricadute si prevengono consumando frutta, verdura e pesce» • «Le terapie più efficaci sono creme, lozioni o gel a base di urea, catrame vegetale, acido salicilico»

di Roberta Pasero

Milano, maggio

Le manifestazioni della pelle di chi soffre di psoriasi possono verificarsi o peggiorare in momenti di particolare ansia e di stress, come quelli che da oltre un anno stiamo vivendo per il Coronavirus. Per questo consiglio di affrontare la malattia tempestivamente e con la giusta terapia per evitare un peggioramento o un riacutizzarsi dei sintomi».

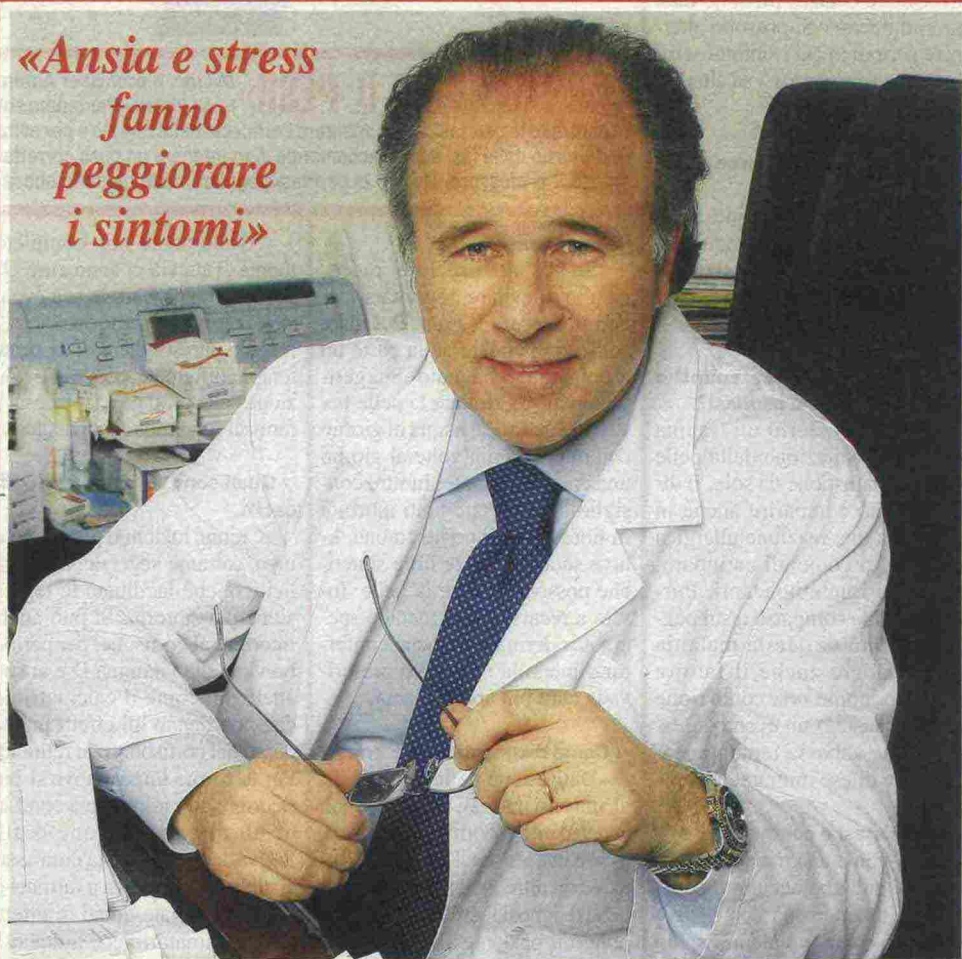
Sono le parole del professor Antonino Di Pietro, uno dei massimi esperti dermatologi italiani (www.antoninodipietro.it), presidente fondatore dell'Isplad, la Società internazionale di dermatologia plastica, rigenerativa e oncologica, e direttore dell'Istituto dermo-clinico Vita Cutis a Milano (www.istitutodermoclinico.com).

Che cosa è la psoriasi?

«È una malattia infiammatoria cronica della pelle che alterna periodi durante i quali i sintomi si riducono ad altri dove si hanno ricadute o fasi acute, per esempio con l'arrivo della primavera e dell'autunno. Le cause non sono ancora certe. Un ruolo importante ce l'ha 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».

continua a pag. 46

«Ansia e stress
fanno
peggiore
i sintomi»



«NON È UNA MALATTIA CONTAGIOSA» *Milano. Il professor Antonino Di Pietro, presidente fondatore dell'Isplad, la Società internazionale di dermatologia plastica, rigenerativa e oncologica, e direttore dell'Istituto dermo-clinico Vita Cutis a Milano. «La psoriasi non è una malattia infettiva», dice il professore. «Quindi abbracciare o accarezzare una persona con la psoriasi non comporta alcun rischio di ammalarsi perché non è contagiosa».*

MEDICINA

continua da pag. 45

La psoriasi è una malattia molto diffusa?

«In Italia ne soffrono oltre due milioni e mezzo di persone. Il disturbo può comparire a qualsiasi età, con la stessa frequenza tra gli uomini e tra le donne. La forma giovanile si manifesta fra i quindici e i venticinque anni, la forma adulta fra i quaranta e i cinquanta anni».

Da quali sintomi si riconosce?

«Da chiazze della pelle leggermente in rilievo, di colore rosso chiaro e ricoperte da squame di colore bianco opaco in superficie e grigio argenteo in profondità, con una forma tondeggiante e dimensioni comprese tra pochi millimetri e oltre dieci centimetri. Queste chiazze possono dare prurito intenso. Si possono alternare periodi in cui i sintomi sembrano quasi scomparsi ad altri nei quali si riacutizzano».

La psoriasi quali aree della pelle interessa?

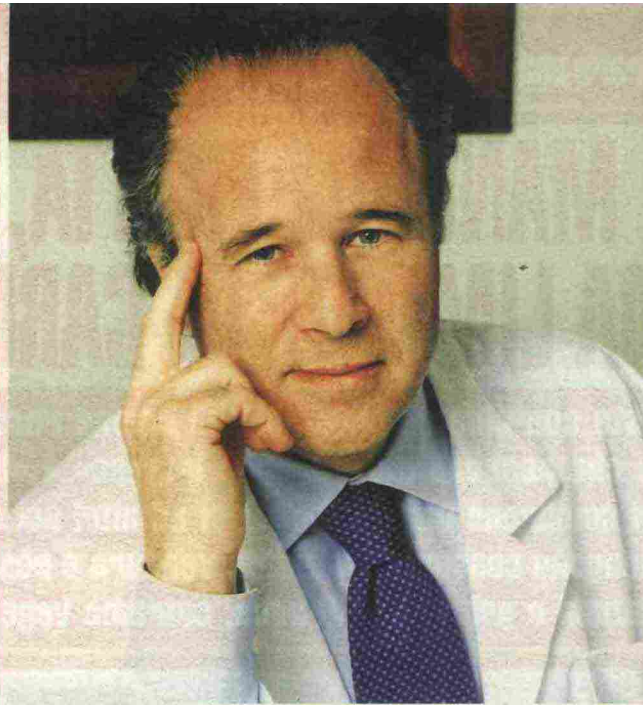
«Possono essere colpite tutte le parti del corpo, più frequentemente i gomiti, le ginocchia e il cuoio capelluto, in alcuni casi persino le unghie».

Vi sono fattori scatenanti o predisponenti alla psoriasi?

«Possono esserlo un trauma locale, un'irritazione della pelle o una seria ustione da sole. Il disturbo può comparire anche in seguito a una reazione allergica da farmaci come gli antinfiammatori o i betabloccanti. Purtroppo sulla comparsa o sul peggioramento di questa malattia può incidere anche il fattore emotivo, come una condizione di forte ansia o un evento stressante che abbassa temporaneamente le difese immunitarie».

La psoriasi è contagiosa?

«No, non è una malattia infettiva. Quindi abbracciare o accarezzare una persona con la psoriasi non comporta alcun rischio di ammalarsi. Così come non è una malattia che predispone ai tumori della pelle».

Che cosa consiglia di fare quando compaiono i sintomi


«CONTROLLATE IL PESO» Milano. Il professor Antonino Di Pietro. «Per tenere sotto controllo la psoriasi, per aumentare l'efficacia delle terapie e per evitare il ritorno delle fasi acute raccomando di mantenere un peso corretto», spiega il professore. «Infatti la psoriasi peggiora nelle persone obese».

della psoriasi?

«Se si sente bruciore, raccomandando di evitare di grattarsi per non provocare lesioni. Può dare sollievo applicare sulla parte un asciugamano bagnato. Suggerisco anche di idratare la pelle bevendo due litri di acqua al giorno e applicando più volte al giorno una crema idratante. Inoltre consiglio di indossare abiti morbidi in fibre naturali come cotone, lino e seta, perché le fibre sintetiche possono irritare la pelle. Invito a recarsi da un medico specialista dermatologo che confermi o meno la malattia e prescriba la cura più appropriata».

Come diagnostica la psoriasi?

«Dall'esame delle chiazze. In alcuni casi può essere confusa con la dermatite seborroica, soprattutto se è interessato il cuoio capelluto e con altre malattie della pelle. Se la diagnosi fosse dubbia, sottopongo il paziente all'esame dermatoscopico o, se necessario, a un esame istologico per distinguere la psoriasi anche da eventuali infezioni micotiche o batteriche».

Si può guarire dalla psoriasi?

«Al momento non completamente. Tuttavia ci sono cure che possono controllare la sua evoluzione e renderla meno fastidiosa. Il medico può scegliere di associare terapie differenti, poiché l'evoluzione della psoriasi e la risposta ai farmaci sono molto individuali».

Quali sono le terapie più efficaci?

«Creme, lozioni o gel a base di urea, catrame vegetale, acido salicilico, che facilitano la regressione dei sintomi. 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. Per le forme impegnative si può ricorrere 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. Sono indicati anche metotrexato, acitretina o fumarato, prodotti in laboratorio, con l'aiuto dell'ingegneria genetica, utili nel diminuire i disturbi causati dalla malattia. Essi si possono somministrare a lungo senza particolari controindicazioni».

L'esposizione al sole migliora i sintomi della psoriasi?

«Il sole è benefico per il suo effetto antinfiammatorio. Meglio ancora se si abbina l'esposizione al sole con l'acqua del mare, poiché il sale favorisce la desquamazione della pelle. In questo modo i raggi riescono a penetrare meglio aiutando la crescita regolare delle cellule della pelle».

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

«I benefici sono noti da oltre duemila anni. In particolare, suggerisco un ciclo di dodici giorni di balneoterapia in vasca o piscina termale con acque ricche di magnesio e di calcio o solfuree o bicarbonate calciche».

Quali sono i consigli pratici per tenere sotto controllo la psoriasi?

«Per aumentare l'efficacia delle terapie e per evitare il ritorno delle fasi acute raccomando di mantenere un peso corretto. Infatti la psoriasi peggiora nelle persone obese. Inoltre chi fuma e chi beve eccessivamente alcolici ha una minore risposta alle terapie e un più alto rischio di ricadute. Suggerisco anche di lavarsi con acqua non troppo calda e di asciugarsi tamponando la pelle con l'asciugamano senza sfregare per non peggiorare le lesioni sulla pelle».

Invece quanto conta un'alimentazione sana?

«Seguire la dieta mediterranea contribuisce a prevenire l'insorgenza delle recidive e a ridurre l'incidenza. Consiglio perciò di limitare il consumo di carni rosse, burro, latticini, formaggi e insaccati, di aumentare la quantità di frutta, di verdura e di pesce, ricco di grassi Omega 3, che svolgono un'azione antinfiammatoria».

Roberta Pasero

© RIPRODUZIONE RISERVATA