

Settimanale di salute e bellezza

Lire 2.500

viversani & belli

**PERDERE
2,4,6 chili
dopo le feste**

**MAL
DI SCHIENA
VIA IL DOLORE CON
IL METODO KASSIAN**

**DESSERT
AL CUCCHIAIO
SONO SICURI QUELLI
GIÀ PRONTI?**

**SESSO
I TEMPI DI LUI E LEI
A CONFRONTO**

**SALUTE INTIMA
20 DOMANDE DA FARE
AL GINECOLOGO**

**GLAUCOMA
OGGI SI CURA CON
UN NUOVO COLLIRIO**

**E' PERICOLOSO
L'ELETTROSMOG?**

**CON IL LIBRO
GUIDA PRATICA
ALL'OMEOPATIA**



anno 8 - numero 4 - 29 gennaio 1999. Sped. in abb. post. - 45% art. 2 comma 20/b legge 662/96 - Filiale di Milano. Germania: D.M. 5,00

Come si fa il CHECK-UP della PELLE

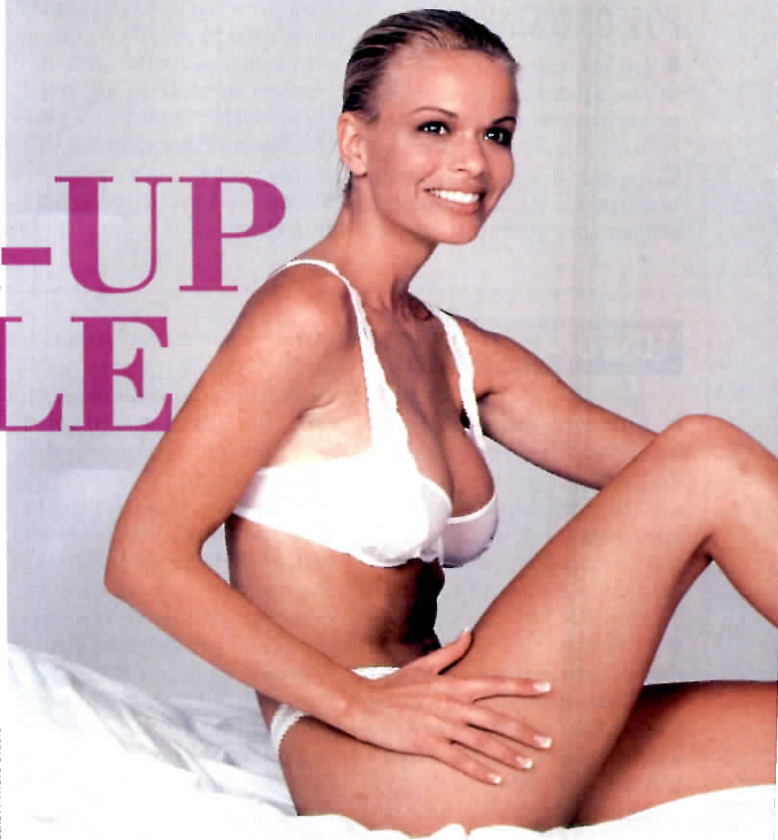
Servizio di Stefania Rattazzi

Nei sospetti, ma anche macchie della pelle, arrossamenti, desquamazioni, gonfiori e zone che danno prurito, potrebbe essere il segnale di malattie della pelle.

● Per questo, è importante

controllare periodicamente la cute e, se necessario, intervenire prontamente. L'occhio esperto del dermatologo può rilevare con maggiore facilità e sicurezza le "irregolarità" della pelle, ma ognuno di noi può eseguire un check-up personale davanti allo specchio, e rivolgersi al medico in un secondo tempo.

BEAUTY PHOTO STUDIO



In che modo valutare...

Con l'aiuto di uno specchio e magari di uno specchietto ingrandente portatile è possibile

...i nei

Disegnare su un foglio di carta il proprio corpo, anche in modo approssimativo, può essere molto utile. Sul disegno dovranno essere riportati i nei (segnati come puntini) irregolari o particolarmente scuri che vengono rilevati. Nel caso siano presenti nei scuri e contemporaneamente irregolari è bene ricorrere a una mappatura più precisa, evidenziando i puntini con un colore diverso.

controllare la pelle.

● Identificare macchie, alterazioni ed effettuare la mappatura dei nei da

● Si tracciano poi i contorni dei nei "sospetti", con un pennarello, appoggiandovi sopra un foglio di carta rigida trasparente (per esempio la carta da lucido). Si fa, insomma, una sorta di "ritratto" del neo, segnando la data della mappatura in modo da poter controllare l'evoluzione del neo nel tempo.

● La mappatura dei nei dovrebbe essere eseguita ogni 6 mesi dopo i 30 anni.

soli non è un'operazione particolarmente difficile, e richiede solo un po' di tempo e pazienza.

...gli arrossamenti

In genere, se sono in corrispondenza delle pieghe cutanee (ascelle, inguine, sotto il seno) possono essere la spia di micosi, infezioni causate da funghi.

● Si può trattare di dermatite seborroica, invece, se l'arrossamento e le desquamazioni si trovano ai lati del naso, tra le sopracciglia e all'attaccatura dei capelli.

...le striature in superficie

Se la pelle si segna come una lavagna, ci si può trovare di fronte a una forma di orticaria, il dermografismo.

● Per capire se è proprio questo il problema, basta strofinare il cappuccio di una biro sulla pelle: compare subito una striscia rossa che poi diventa bianca e si gonfia.

● Questa malattia può avere diverse cause (allergiche, alimentari, da farmaci eccetera) e spesso si manifesta con prurito, soprattutto dopo il bagno o la doccia, e con chiazze rilevate sulla cute.

e portatile è possibile tenere sotto controllo lo stato di salute della cute

Quando andare dal medico

● Se con il check-up personale si scopre qualcosa che non va (un neo sospetto, arrossamenti, presenza di parassiti e così via), è necessario rivolgersi al dermatologo per eseguire una diagnosi precisa e seguire poi la cura più adatta.

● Nei che si ingrandiscono, più scuri del normale o nuovi nei che compaiono dopo i 30 anni devono essere mostrati allo specialista per fugare qualsiasi dubbio sulla natura maligna o benigna della neoformazione.

DUE VERIFICHE IMPORTANTI

	QUANDO	COSA EVIDENZIA	COSTO
IL CHECK-UP PERSONALE	1 volta all'anno (la mappatura dei nei, dopo i 30 anni, va fatta ogni 6 mesi)	Nei sospetti (con forma irregolare e/o particolarmente scuri), micosi, parassiti, dermatite seborroica, orticaria	Nessuno
IL CHECK-UP SPECIALISTICO	1 volta nella vita dopo i 30 anni e poi su consiglio del dermatologo	Approfondisce dubbi evidenziati dal check-up personale. Evidenzia lesioni non viste o non considerate durante il check-up personale	Circa L. 300.000

Che cosa fare

Solo lo specialista può indagare il problema evidenziato con il check-up personale, e a questo scopo può richiedere ulteriori esami per arrivare a formulare con certezza la diagnosi. In questo modo, infatti, può sempre prescrivere il trattamento più indicato.

Per i nei

Se li ritiene "sospetti", può richiedere: videodermatoscopia, biopsia ed esame istologico.

Per le micosi

Cura a base di creme antimicotiche da usare sulla parte malata.

Per l'orticaria

Prova del dermografismo (triplice reazione di Lewis) ed esami del sangue.

Per i parassiti

Disinfezione dell'ambiente e utilizzo di shampoo e detergenti appositi, gel e creme specifici contro i parassiti.

Per la dermatite seborroica

Cura a base di farmaci per bocca (per esempio biotina) o per uso locale (per esempio alludechina e chetaconazolo).

...i parassiti

La presenza di alcuni parassiti sulla pelle non è affatto rara: la trasmissione di acari della scabbia e di pidocchi può, infatti, avvenire per contatto con persone malate anche in luoghi pubblici.

● **La scabbia è una malattia causata da un organismo microscopico, l'acaro della scabbia.** La malattia si manifesta con la presenza di strani graffi sulla pelle, soprattutto negli spazi tra le dita, ai polsi, sulle areole mammarie, all'ombelico, nelle pieghe dei gomiti e delle ginocchia, ai genitali.

● **I graffi che si vedono non sono altro che le gallerie scavate dal-**

l'acaro sotto la pelle. Si può avere prurito. La trasmissione della malattia avviene per contatto diretto con la pelle di un malato o attraverso stoffe infette (per esempio dormendo nelle stesse lenzuola o provando un vestito).

● **I pidocchi si trasmettono per contatto tra persone:** in condizioni favorevoli questi sgradevoli animaletti possono compiere anche salti di un metro.

● **La presenza dei pidocchi si rileva cercando le uova (lendini) tra i capelli.** Si tratta di piccoli "pallini" bianchi, simili alla forfora, che però non si muovono se si spostano i capelli, ma rimangono attaccati al capello stesso.

Segue a pag. 58 →

Come si fa il CHECK-UP della PELLE

Segue da pag. 57



MANCINI

da **ricordare**

Dopo i 30 anni fare un controllo specialistico

I farmaci

Quando lo specialista ha valutato il disturbo individuato con il check-up personale, può ritenere opportuno prescrivere farmaci specifici. Ecco quali vengono spesso dati per le malattie della pelle: Lamisil compresse, fascia A, con ricetta, L. 42.800; Lamisil crema, fascia C, con ricetta, L. 17.600; Sporanox capsule, fascia A, con ricetta, L. 42.400; Diflucan capsule, fascia C, con ricetta, L. 54.900.

La visita dal dermatologo

Un controllo specialistico della cute dovrebbe essere effettuato da ogni persona, almeno una volta nella vita, dopo i 30 anni. Ulteriori controlli possono essere consigliati dal dermatologo quando con il check-up personale

si rilevano alterazioni, o quando la situazione lo rende comunque consigliabile (per esempio se si hanno tanti nei). Il controllo dermatologico prevede, in genere, che la persona sia completamente svestita,

in modo da poter valutare anche eventuali lesioni che il malato non è riuscito a vedere da sé, magari perché in punti difficili da raggiungere. Il dermatologo, infatti, deve ispezionare tutta la cute, dalla testa ai piedi.

Quali strumenti si usano

Il check-up è eseguito dallo specialista con l'aiuto di diversi strumenti: a partire dalla lente di

ingrandimento sino ad apparecchiature estremamente sofisticate. Vediamo quali sono.

La lente

La classica lente di ingrandimento permette di evidenziare lesioni e alterazioni molto piccole, o di vedere nel particolare quelle che hanno dimensioni maggiori.

● **E' utile, infatti, per mappare i nei** o per individuare arrossamenti e desquamazioni di dimensioni ridotte o in zone particolarmente nascoste.

Il microscopio

Il microscopio serve per analizzare le scaglie cutanee che vengono prelevate dal dermatologo grattando un po', ma sempre delicatamente, la pelle.

● **L'esame al microscopio, per esempio, consente di individuare le micosi**, la presenza di parassiti e di analizzare il capello, per esempio quando c'è un problema di eccessiva caduta.

La lampada di Wood

E' una lampada a raggi ultravioletti che viene utilizzata per illuminare la pelle in una stanza buia.

● **Le lesioni date da alcune malattie, infatti, emettono una luce riflessa di un colore particolare** che consente di fare la diagnosi: le macchie delle micosi, per esempio, emettono una luce giallo-verde.

Il piaccametro

Il piaccametro è uno strumento in grado di misurare il valore di pH (grado di acidità) della pelle. Il valore naturale della cute è scarsamente acido.

● **La misurazione è molto semplice:** una sonda che rileva l'acidità viene appoggiata sulla pelle. Con

lo stesso metodo si può misurare lo stato di idratazione della cute (si parla in questo caso di corneometria) o la quantità di sebo presente (sebometria).

● **Questi test consentono di valutare lo stato fisico-chimico della pelle** e di rilevare l'eventuale necessità di utilizzare creme specifiche.

Il videodermatoscopio

E' uno strumento sofisticato che viene utilizzato solo da 2-3 anni.

● **Si tratta di un microscopio a cui è collegata una microtelecamera.** La telecamera riprende la pelle, il microscopio ingrandisce la zona e poi l'immagine viene proiettata su uno schermo. In questo modo è possibile vedere ogni minima lesione o macchia della cute.

● **Le apparecchiature più sofisticate sono dotate anche di un par-**

ticolare sistema di illuminazione, chiamato epiluminescenza, che consente di osservare i capillari al di sotto della pelle. Grazie a questo "occhio" che va in profondità è possibile distinguere precocemente nei e macchie innocue da quelli di natura tumorale.

● **Il videodermatoscopio può scattare fotografie dei nei e consente, perciò, di valutare eventuali variazioni ai controlli successivi.**

Con la consulenza del dottor Antonino Di Pietro, dermatologo a Milano.