

## ONICOMICOSI

# Proteggiamo le nostre unghie

**I funghi che si nutrono di cheratina possono attaccare i nostri piedi. L'infezione si previene evitando l'umidità e l'uso eccessivo dello smalto.**

di **Francesca Mascheroni**

in collaborazione con  
**Antonino Di Pietro**  
direttore dell'Istituto dermoclinico Vita Cutis



**La diagnosi precoce è fondamentale per evitare che i microorganismi possano contagiare altre persone**

**U**nghie ispessite, deformate, che cambiano colorazione? La causa potrebbe essere l'onicomicosi, una malattia causata da funghi. Quelli più frequentemente responsabili sono i dermatofiti, che hanno una specifica predisposizione a invadere e a infettare le unghie in quanto si nutrono di cheratina, la principale componente dell'unghia stessa: «Le più colpite sono le unghie dei piedi, più soggette a microtraumi e confinate nell'ambiente caldo-umido delle calzature, in cui i funghi possono proliferare», spiega Antonino Di Pietro, direttore dell'Istituto dermoclinico Vita Cutis di Milano ([www.istitutodermoclinico.com](http://www.istitutodermoclinico.com)).

«I piedi, inoltre, hanno una circolazione sanguigna ridotta rispetto alle mani: sono meno presenti, di conseguenza, anche le cellule del sistema immunitario in grado di contrastare l'aggressione dei microrganismi».

Importante è che i sintomi vengano riconosciuti per tempo e che non siano sottovalutati: un intervento tempestivo è fondamentale, per evitare che l'infe-

zione progredisca. Il rischio altrimenti, è che si arrivi addirittura alla perdita dell'unghia e al coinvolgimento delle unghie adiacenti. L'infezione, inoltre, può contagiare altre persone.

Come correre ai ripari? «In caso di dubbio, è sempre meglio consultare un dermatologo», afferma l'esperto. «Solo uno specialista può distinguere un'unghia sana (anche se, magari, con un aspetto antiestetico) da una malata, valutare la situazione e prescrivere, se necessario, semplici misure diagnostiche (esame micologico, microscopico e culturale) per verificare la presenza del fungo.

Se il sospetto di onicomicosi è confermato, verrà quindi impostata la terapia più adatta. Oggi abbiamo a disposizione diversi farmaci (terbinafina, itraconazolo, chetonazolo, fluconazolo, griseofulvina).

**Le calzature chiuse, l'ambiente caldo e umido nonché la scarsa igiene favoriscono lo sviluppo di questa fastidiosa patologia**



**AL MICROSCOPIO**  
Le minuscole spore dei funghi che attaccano le unghie dei piedi.

**LO SPECIALISTA**

Il dermatologo è l'unico in grado di distinguere un'unghia sana (anche se dall'aspetto compromesso) da una malata.

**Buone regole quotidiane**

Ecco alcuni accorgimenti che possono aiutare a prevenire l'onicomicosi:

- ▶ Asciugare bene le dita dei piedi.
- ▶ Tagliare le unghie quando sono asciutte, preferibilmente con una tronchesina.
- ▶ Evitare di rimuovere le cuticole, o pellicine: hanno una funzione protettiva.
- ▶ Non utilizzare mai le forbicine o la punta delle lamette per pulire sotto le unghie.
- ▶ Applicare lo smalto con moderazione: l'ideale sarebbe una settimana sì e una no.
- ▶ Proteggere le unghie delle mani indossando guanti adeguati quando si lavano i piatti, o si fa il bucato.
- ▶ Evitare calzature strette o poco permeabili all'aria.
- ▶ Non camminare scalzi in piscine o in palestra.

**Un sito Internet per saperne di più**

▶ Dall'inizio di giugno, chi vuole saperne di più sul benessere delle unghie e sulla problematica dell'onicomicosi può trovare risposte on line su [www.unghiesane.it](http://www.unghiesane.it). Sponsorizzato dal laboratorio dermatologico Isdin, il sito vuole essere un punto di riferimento per informazioni e consigli agli utenti su come prendersi cura al meglio delle proprie unghie.

**Non interrompere la terapia prima del tempo!  
Altrimenti si corre il rischio di recidive.**

**Evitare l'uso di scarpe strette o poco permeabili e non camminare scalzi in piscina o in palestra**

Spesso si ricorre a un trattamento integrato, a base di creme o lozioni da applicare direttamente sull'unghia e di farmaci da assumere per bocca. I tempi della terapia dipendono dall'estensione dell'infezione. In genere, comunque, sono piuttosto lunghi: almeno sei, otto mesi».

Purtroppo, le recidive sono abbastanza frequenti: «Spesso, la causa è quella di un trattamento eseguito non correttamente o interrotto prima del tempo», spiega il professor Di Pietro. «La raccomandazione è quella di attenersi scrupolosamente alle indicazioni del medico, sia per quanto riguarda la modalità del trattamento, sia per la durata».

Per fare domande sui trattamenti e la manutenzione delle unghie sane si può cliccare [www.antoninodipietro.it](http://www.antoninodipietro.it). ○

**Curiosità****A CHI RIVOLGERSI**

Unghie fragili o con colorazione alterata possono rimandare a patologie più serie come un'anemia o un disturbo polmonare, che non consentono all'ossigeno di arrivare anche sotto la lamina di cheratina, ma anche a dermatiti e psoriasi. Da pochi mesi è stato istituito il primo Ambulatorio per il benessere e la cura delle unghie, presso l'Istituto dermoclinico Vita Cutis presso la clinica Sant'Ambrogio di Milano.

**CHI SONO I PIÙ ESPOSTI**

L'onicomicosi interessa soprattutto gli anziani (secondo i dati dell'Osservatorio nazionale onicomicosi, l'incidenza è del 16,1% dai 45 ai 60 anni e il 20,7% oltre i 60). Sono più predisposti gli sportivi, coloro che soffrono di una malattia sistemica (come il diabete), di disturbi circolatori o del sistema immunitario.