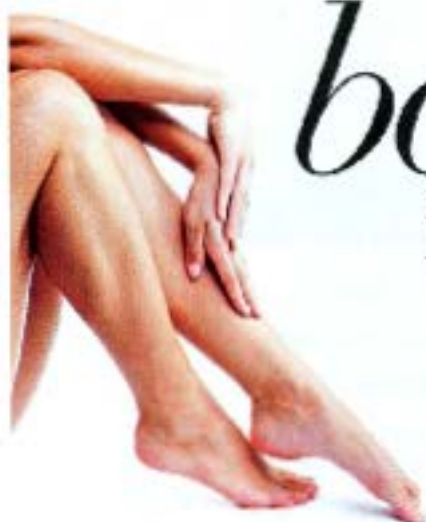


bollicine?

il sudore non c'entra...



L'origine della disidrosi non è ancora certa, ma influiscono i fattori ambientali, emotivi e familiari. Come affrontare il disturbo e prevenirlo

Può comparire con molta facilità, specialmente durante i mesi caldi, ricoprendo mani e piedi di piccole bolle pruriginose piene di liquido trasparente. La disidrosi, infatti, è un disturbo della pelle piuttosto diffuso e frequente. Anche se non è un problema serio, la comparsa delle bollicine in numero estremamente variabile può comunque mettere in allarme e far temere una malattia contagiosa. Sospetti del tutto infondati, perché la disidrosi tende a risolversi e a guarire da sola dopo alcune settimane.

UN'IPOTESI DA SFATARE

Fino a non molto tempo fa si pensava che la causa più importante della disidrosi fosse l'eccessiva presenza di sudore che, non riuscendo a risalire in superficie per l'ostruzione delle ghiandole sudoripare, rimaneva sotto la pelle dando luogo alle caratteristiche bollicine. Oggi, invece, si sa che non è il sudore la causa del problema e che esso influisce soltanto in maniera indiretta. Tuttavia, una corretta traspirazione della pelle è molto importante, poiché la disidrosi compare con più facilità sulla cute umida e sudata.

Le cause più importanti

Nella maggior parte dei casi l'origine della disidrosi non è nota.

- Un ruolo importante, però, lo gioca il fattore ereditario: si è visto, infatti, che le bollicine compaiono più spesso nei piccoli nati da genitori con problemi alla pelle.
- Lo stress o la tensione possono facilitare la comparsa del problema, perché stimolano le ghiandole sudoripare a produrre sudore.
- Chi è soggetto ad allergie da contatto, come quella ai coloranti, al cuoio, alle sostanze presenti nei sapori, può avere mani e piedi ricoperti da vescichette.
- Anche le infezioni da funghi che, a volte, si contraggono a bordo piscina, possono aggredire la pelle e provocare la comparsa del fenomeno.

Le persone più a rischio

Anche se la malattia può interessare chiunque, senza distinzione di sesso, il fenomeno compare più di frequente durante la bella stagione e nelle persone giovani, per poi ridursi con il passare degli anni.

■ Il problema, però, può presentarsi per la prima volta anche in età adulta. In questi casi, è importante il fattore psicosomatico: stress o forti emozioni portano l'organismo a manifestare il suo "disagio" proprio con questo sintomo.

■ Infine, chi vive o lavora in ambienti umidi e molto caldi è più soggetto a disidrosi, anche se non si sa perché.

Tante piccole vesciche

Piccole vesciche di colore giallastro su mani e piedi, dapprima tra le dita, per poi diffondersi ai palmi delle mani e alle piante dei piedi sono i segni più caratteristici della disidrosi.

■ Le vescicole hanno forma rotondeggiante e sono ravvicinate l'una all'altra, con dimensioni simili a una capocchia di spillo, anche se possono allargarsi e diventare vere e proprie bolle. Spesso, la loro comparsa è preceduta da bruciore e prurito.

■ Dopo alcuni giorni le vescicole si seccano e assumono un aspetto di piccole squame, mentre lo strato esterno di pelle si stacca, lasciando scoperta la cute sottostante.

Se lo sfogo diventa cronico

Se la presenza delle vescicole supera le due settimane e resiste anche per mesi, la malattia diventa cronica. In questo caso si possono formare "fessure" nella pelle accompagnate da un ispessimento della cute, oltre alla formazione di croste e, a volte, di pustole. La disidrosi, inoltre, può ripresentarsi puntualmente a ogni primavera-estate con sintomi più intensi.



SERVE IL PARERE DEL DERMATOLOGO

Anche se si tratta di una malattia della pelle assolutamente benigna, la disidrosi va ugualmente controllata da un dermatologo. Se viene trascurata, infatti, può portare a complicanze, come la comparsa di infezioni. Può succedere che il liquido presente all'interno delle bollicine si trasformi in pus e che la malattia degeneri, trasformandosi in infiammazioni più serie e facendo gonfiare ulteriormente le vesciche. In questi casi, il medico spesso prescrive antibiotici da prendere per bocca e riposo se numerose vesciche sono presenti a livello dei piedi.

**L'amido di riso sciolto
nell'acqua tiepida
può dare sollievo
e calmare il prurito**



La Puva-terapia

Quando la malattia è particolarmente diffusa, un'ottima cura consiste nell'esporre la parte colpita ai raggi Uva.

- Per rendere più sensibile la pelle a questi raggi, si può ricorrere a farmaci particolari: gli psoraleni. Si trovano in compresse, da prendere per bocca due ore prima dell'esposizione ai raggi, o in crema, da stendere sulla pelle subito prima della cura, soprattutto se la parte da trattare è limitata.
- Una seduta di Puva-terapia, praticata nei reparti di dermatologia degli ospedali, può durare anche 10 minuti, a seconda del tipo di lampada usata.

I farmaci utili

Quando il disturbo è in fase acuta, è bene fare due o tre volte al giorno pediluvii con acqua tiepida e farmaci antisettici, a base di amuchina, di permanganato di potassio o di clorexidina.

- Se il prurito è molto intenso, si possono prendere farmaci antistaminici per bocca, oppure il cortisone, per qualche giorno e sotto controllo medico.
- Quando la malattia è dovuta a un'infezione da funghi, si usano creme antimicotiche, mentre se ci sono batteri si usano pomate antibiotiche.
- Se il disturbo non regredisce, il dermatologo può aumentare la dose dei farmaci o allungare i tempi del trattamento.
- Infine, se le bollicine si manifestano dopo aver toccato una sostanza allergizzante (si scopre con test specifici), si può solo evitare ogni contatto con essa o con l'oggetto "incriminato".

I rimedi "della nonna"

Oltre ai classici rimedi, si possono affiancare al trattamento medico cure casalinghe che, se non guariscono il disturbo, riducono l'intensità dei sintomi.

- Per calmare il prurito si possono immergere piedi e mani in una bacinella d'acqua a cui siano stati aggiunti uno o due cucchiaini di amido di riso, acquistabile in farmacia o al supermercato. Grazie alle sue proprietà emollienti, la pelle si distende e prude di meno.
- Sono utili anche impacchi di carronilla (se la disidrosi è localizzata alle mani) o pediluvii con acqua e bicarbonato. La carronilla è leggermente anestetica e disinfiammante, mentre il bicarbonato ha un'azione di controllo sulla presenza di un'eventuale micosi ai piedi.
- Gli impacchi vanno fatti tre-quattro volte al giorno per circa 5 minuti, mentre l'acqua deve essere a temperatura ambiente.

LE PRECAUZIONI DA ADOTTARE

Chi soffre di disidrosi, è bene che tenga mani e piedi molto puliti e asciutti. In estate, poi, è consigliabile indossare scarpe aperte, in modo da lasciare traspirare la pelle. Non camminare a piedi nudi sui bordi delle piscine o nelle acque stagnanti, perché alcuni germi proliferano in ambienti caldo-umidi, salpendo quindi con maggior facilità.

*Servizio di Casere Bertè.
Con la consulenza del professor Antonio Di Piero,
specialista in dermatologia e venereologia a Milano.*

