

Settimanale di salute e bellezza

Lire 2.500

# viversani & belli

**PIACERSI**

**LE IDEE PIU' NUOVE  
PER PELLE E CAPELLI**

**DIMAGRIRE**

**LA DIETA DEL RIENTRO  
DOPO LE VACANZE**

**TELEFONINI**

**PERCHE' VANNO USATI  
CON L'AURICOLARE**

**Smettere  
di fumare  
senza  
ingrassare**

**MAL DI SCHIENA**

**QUANDO DIPENDE DA  
UNA POSIZIONE SBAGLIATA**

**UOMO**

**I DISTURBI INTIMI CHE  
ARRIVANO DI NOTTE**

**10 trucchi  
per dormire  
bene**

**CON IL LIBRO  
FISIOGNOMICA  
CONOSCERE LE PERSONE  
A PRIMA VISTA**



9 771124 240009

# Bollicine su mani e piedi: forse è **disidrosi**



Servizio di Angela Nocioni e Maura Prianti

**F**astidiosi pruriti alle dita delle mani e dei piedi. Piccole vescicole moleste che si formano in breve tempo e rendono insopportabile qualsiasi tipo di calzatura: è la disidrosi, una malattia della pelle.

- **La disidrosi**, o "eczema disidrosiforme", è un disturbo della pelle che può provocare anche un fastidioso prurito, che con il caldo diventa più insistente. Spesso creme emollienti, talco, impacchi di acqua fredda, alleviano il fastidio, ma non risolvono il problema. Ecco quali sono le cause di questa malattia della pelle e cosa fare per sconfiggerla.

## Le cause principali

**1** Nella maggior parte dei casi non si conoscono le cause della disidrosi. Un ruolo molto importante lo gioca il **fattore genetico**, cioè le bollicine compaiono più facilmente nei bambini nati da genitori con problemi di pelle.

**2** Anche lo stress o la tensione possono

**favorire la comparsa di questa reazione della pelle**, perché stimolano indirettamente le ghiandole sudoripare, portandole a produrre quantità eccessive di sudore (iperidrosi).

**3** Alcuni tipi di allergie da contatto possono favorire la comparsa della disidrosi. Se si è allergici ai coloranti, al cuoio, o a sostanze contenute in saponi, mani e piedi si possono coprire di vescichette. Anche il nichel, presente in aringhe, ostriche e legumi cotti in pentole di acciaio inox, nelle persone predisposte, può scatenare la disidrosi.

**4** Le micosi, ossia le infezioni dovute a funghi parassiti, possono dar luogo a questo disturbo della pelle. I funghi, spesso presenti sui bordi delle piscine o sulla sabbia, attaccano l'organismo che denuncia questa "battaglia in corso" con pustole e vescichette. Attenzione, però. Si possono avere funghi tra le dita dei piedi e vedere comparire le bollicine della disidrosi solo sulle mani. O viceversa.

## Non è tutta colpa del sudore

- Fino a qualche anno fa, si riteneva che il principale responsabile della disidrosi fosse il sudore che, incapace di risalire in superficie a causa dell'ostruzione, completa o parziale, delle ghiandole sudoripare, restava sotto pelle e dava luogo alle bolle.
- Oggi si sa chiaramente che non è il sudore la causa delle bollicine e che influisce solo in maniera indiretta.
- Una corretta traspirazione è, comunque, molto importante. La disidrosi si forma con più facilità sulle pelli umide, che sono spesso sudate.

## Chi ne è più colpito

- **Di disidrosi soffrono soprattutto i giovani.** Questa è una malattia che, nelle persone predisposte, si ripresenta con la bella stagione e tende ad attenuarsi con il passare degli anni.
- **In certi casi, però, si manifesta per la prima volta in età adulta.** In questa situazione è importante il fattore psicosomatico: stress o emozioni forti possono portare l'organismo a dimostrare il suo "imbarazzo" tramite questo disturbo.
- **Chi vive o lavora in ambienti umidi e molto caldi è più facilmente colpito da disidrosi.** Anche se, in questo caso, gli specialisti non conoscono ancora il perché.

priamo i "colpevoli"

da  
ricordare

La pelle  
va tenuta pulita  
e asciutta

## Come si manifesta

● **La disidrosi si manifesta con piccole vesciche giallastre che colpiscono i piedi e le mani.** Quasi sempre appaiono tra le dita e poi si espandono ai palmi e alle piante di mani e piedi.

● Le vescicole sono rotonde, ravvicinate, ciascuna della dimensione

di una capocchia di spillo, ma possono allargarsi e diventare vere e proprie bolle. **La comparsa delle vescicole spesso è preceduta e, di solito, accompagnata da una sensazione di bruciore e di prurito.**

● **Le vescicole della disidrosi**

**presentano una superficie abbastanza spessa e, di solito, non si aprono.** Dopo alcuni giorni si seccano, assumendo un aspetto squamoso. Il robusto strato esterno di pelle (tetto corneo) si stacca per scoprire la pelle sottostante che è rossastra e sensibile.

## Per prevenirla

● Se si è già sofferto di disidrosi, è bene tenere piedi e mani molto puliti e asciutti. In estate, è preferibile indossare calzature aperte che lasciano traspirare la pelle.

● Per evitare di contrarre la disidrosi dai funghi "nocivi", non bisogna camminare a piedi nudi sui bordi delle piscine o in acque stagnanti. I funghi responsabili dell'infezione vivono negli ambienti caldo-umidi ed è qui che colpiscono con più facilità.

## E' bene non trascurarla

● La disidrosi è una malattia della pelle che si cura senza problemi, ma se viene trascurata può causare complicazioni.

● Può succedere, infatti, che le vesciche si infettino. Il siero che contengono si trasforma in pus e la malattia degenera in infiammazioni più serie. Il prurito diventa bruciore e le bolle si gonfiano ulteriormente.

● Gli stati infiammatori vanno curati dal medico che, spesso, somministra antibiotici per bocca, e consiglia riposo se le pustole sono numerose nei piedi.

## I RIMEDI "DELLA NONNA"

● Quando appaiono i primi sintomi, è bene non sottovalutarli e rivolgersi subito a un dermatologo. Si possono, però, affiancare al trattamento medico rimedi casalinghi, che non guariscono il disturbo, ma ne alleviano i sintomi.

● Per calmare il prurito si possono immergere piedi e mani in una bacinella d'acqua fredda con uno o due cucchiaini di amido di riso (si compra in farmacia). Grazie alle sue proprietà emollienti, la pelle si distende e prude di meno.

● Se una bolla è grande, si può pungerla. Per questa operazione serve un ago sterile (per maggiore sicurezza è ottimo quello di una siringa usa e getta) e la zona intorno va disinfettata prima e dopo l'intervento.

## Le cure mediche

● Quando il disturbo è nella sua fase acuta, è bene effettuare due o tre volte al giorno pediluvi o maniluvi con farmaci antisettici. Solo il dermatologo può consigliare quali usare tra quelli a base di amuchina, permanagato di potassio o clorexidina.

● Per calmare il prurito, quando è molto intenso, si possono assumere farmaci antistaminici per bocca. Solo il medico può prescriberli, in base alla diffusione del disturbo, e indicare quante volte al giorno e per quanto tempo continuare la cura.

● Se il dermatologo ha accertato che la disidrosi è dovuta a un'infezione micotica (dovuta ai funghi), può

prescrivere creme antimicotiche.

● Se le bollicine compaiono dopo aver toccato qualcosa, il medico cercherà di capire qual è la sostanza allergizzante (che provoca allergia), tramite i test allergizzanti. Una volta scoperta, la principale cura è evitare di venire a contatto, anche per caso, con questa sostanza o con l'oggetto "incriminato".



LA MONICA

## DIZIONARIO

**CORTISONE** ormone prodotto dall'organismo usato nella cura di molte malattie.

**CREME ANTIMICOTICHE** servono per curare malattie causate da funghi parassiti.

**ECZEMA** reazione infiammatoria della pelle che provoca prurito e arrossamento.

**GHIANDOLE SUDORIPARE** piccole ghiandole presenti sotto pelle e raggruppate soprattutto nelle ascelle e sui palmi delle mani e dei piedi.

**TEST ALLERGICI O PATCH TEST** il medico li effettua applicando sulla pelle piccoli cerotti, che contengono la probabile sostanza allergizzante.

Con la consulenza della dottoressa Mariuccia Bucci, dermatologa a Milano.