Prurito: ecco le possibili cause

Data: 6 maggio 2019 | Autore: D.ssa Mariarita Albanese



"Dottore, in questi giorni ho un intenso prurito e non so spiegarmi la causa! Cosa può essere?"Il **prurito**è tra i sintomi più diffusi e fastidiosi che si possano avvertire. La pelle si irrita, appare arrossata e spesso non si riesce a trovare facilmente sollievo.

Ma quali possono essere le cause del prurito?

I motivi più comuni di prurito sono:

ALLERGIE:l'esposizione ad allergeni, cioè a sostanze alimentari o ambientali che il nostro corpo percepisce come "dannose", può provocare una risposta abnorme da parte del tuo corpo. Tra queste, rossore, irritazione e prurito.

ECZEMA:è una forma di dermatite molto intensa che si manifesta con arrossamenti evidenti, vesciche e croste che si sviluppano in seguito all'irresistibile prurito e, quindi, alla necessità di grattarsi per alleviare il fastidio. Se utilizzi detergenti per il corpo o detersivi troppo aggressivi, la pelle del collo, del tronco e delle braccia può manifestare questo disturbo.

ORTICARIA: cambi climatici, alcuni farmaci o determinati cibi possono provocare un eccesso di istamina nel nostro corpo. Questa sostanza, normalmente presente nel nostro corpo, se presente in grandi quantità in determinati distretti del nostro corpo provoca rottura dei vasi sanguigni superficiali, rossore della pelle e forte prurito. **PELLE SECCA**: Sembra la causa più banale, ma è la più diffusa. Una pelle secca, resa sensibile da lavaggi continui e aggressivi, non correttamente idratata, indebolita da farmaci (tra cui il cortisone) e soggetta a forte stress ambientale può andare incontro ad un prurito intenso e molto fastidioso.

Accanto a queste cause, ci possono essere dei motivi legati ad una condizione patologica interna che non può essere trascurata. Ad esempio:

- **DIABETE** e **IPERTIROIDISMO**: le patologie metaboliche o legate a disfunzioni ormonali possono provocare alterazioni della pelle e conseguentemente, prurito diffuso.
- **ANEMIA**: la carenza di ferro, un minerale fondamentale per il benessere dell'organismo, può portare irritazioni della pelle e causare, quindi, prurito.
- **GRAVIDANZA**: le alterazioni ormonali tipiche della dolce attesa possono provocare momenti di prurito anche intenso in alcune zone, come seno, addome e parti intime.
- **PATOLOGIE RENALI:** quando i reni non funzionano correttamente, nel sangue si possono accumulare grandi quantità di sostanze di scarto. Quando il sangue così "appesantito" arriva a irrorare la pelle, si avverte prurito.
- **STRESS**: il nostro corpo "somatizza" molto le condizioni di forte disagio emotivo o di intenso affaticamento. La pelle, è il primo organo a risentire di queste alterazioni.

QUALI SONO LE SOLUZIONI?

idratazione. Innanzitutto, la prima cura è l'idratazione attraverso un giusto quantitativo di acqua assunto giornalmente (circa 1 litro e mezzo al giorno, senza esagerare), ma anche attraverso la cura del corpo.

Evita di utilizzare detergenti per la pulizia del corpo troppo aggressivi o con saponi fortemente schiumogeni: la schiuma, infatti, tende a danneggiare la pelle, alterandone la funzione "barriera" e rendendola più suscettibile a lesioni e attacchi da parte di agenti esterni.

detergente che lascia la pelle morbida, preferibilmente sotto forma di olio (che ha la capacità di detergere apportando un profondo sollievo alla pelle secca e irritata), da utilizzare una volta al giorno.

Dopo la detersione, tampona delicatamente la pelle per asciugarla e usa una **crema** ad azione emolliente e capace di calmare irritazioni, rossori e secchezza anche profonda.

Evita **cibi** che possano scatenare reazioni istaminiche anche importanti (frutta come fragole, tonno in scatola, alcol, cioccolato, arachidi e pomodori tra tutti); riduci l'utilizzo di **indumenti** sintetici a diretto contatto con la pelle, preferendo fibre naturali e traspiranti; assumi il corretto quantitativo di **acqua** ogni giorno.

Prendersi cura della propria pelle è semplice: fallo nel modo giusto!

Pillole di salute della d.ssa Mariarita Albanese

Seguici su Facebook

Articolo scaricato da www.infooggi.it
https://www.infooggi.it/articolo/prurito-ecco-le-possibili-cause/114149