

# Trattamento della psoriasi

Pazienza, perseveranza e coerenza



La psoriasi è una condizione dolorosa, fastidiosa, di lunga durata, invalidante e stressante. Sono disponibili molte informazioni sulla psoriasi: su internet, quotidiani e riviste di moda e costume. Tuttavia, i veri esperti sono coloro che convivono quotidianamente con questa condizione.

Questo opuscolo fa parte di una serie di tre. Mira a spiegare i possibili trattamenti della psoriasi, attraverso le parole di altre persone che convivono con tale condizione e dei dermatologi che la trattano ogni giorno.

In questo opuscolo, troverete un promemoria del fatto che la psoriasi è un viaggio lungo tutta la vita, ma un viaggio che non dovete affrontare da soli. I professionisti sanitari sono pronti ad assistervi e a proporvi un ampio ventaglio di opzioni di trattamento, che vi aiuteranno a vivere una vita sana.

## Il trattamento della psoriasi, passo dopo passo

La psoriasi è una condizione di lunga durata, gestibile attraverso il trattamento e scelte relative allo stile di vita. Sebbene sia visibile solo sulla pelle, colpisce tutto il corpo. Ciò significa che anche quando l'aspetto della pelle migliora e ci si sente meglio, la psoriasi è comunque presente e va trattata.

Potrebbe essere scoraggiante pensare che il trattamento per la psoriasi debba essere continuo. Forse invece è utile pensare che il trattamento della psoriasi è costituito da piccoli traguardi e ogni traguardo, una volta raggiunto, va festeggiato.

La buona notizia è che esistono svariate opzioni di trattamento per tenere sotto controllo la psoriasi. Collaborando con il vostro medico, potrete trovare l'opzione più adatta al vostro caso.

***“Vengono investiti milioni nella ricerca sulla psoriasi e ogni anno sono disponibili nuove opzioni di trattamento. Uno di questi trattamenti potrebbe essere quello che va bene per voi. Date una possibilità alla scienza. Non perdetevi la speranza.”***

***Rappresentante dell'associazione di pazienti***



Come si suole dire: *"Roma non fu costruita in un giorno"*. Il primo passo per trattare la psoriasi è quello di discutere con un medico dei vostri sintomi e di come condizionano la vostra vita quotidiana.

È importante che consultiate regolarmente il vostro medico di famiglia, in modo che possa monitorare il vostro stato di salute e verificare che il trattamento scelto sia quello giusto per voi. Controllerà anche eventuali altre condizioni, che risultano più comuni in soggetti affetti da psoriasi. Così come visite odontoiatriche regolari vi consentono di evitare carie e disturbi gengivali, visite regolari dal vostro medico vi aiuteranno a tenere la psoriasi sotto controllo e ad evitare complicazioni.

***"Cercate un buon dermatologo perché lo vedrete spesso."***

***"Il vostro dermatologo sarà al vostro fianco per tutta la durata del trattamento. Pertanto, è importante che instauriate con lui/lei rapporto di fiducia."***

***"Scegliete un medico di cui vi fidate. A volte questa malattia si manifesta in luoghi non piacevoli da mostrare."***

***"Sentitevi al sicuro e a vostro agio, perché siete nelle mani di un esperto."***



## Il vostro team sanitario

A seconda del luogo in cui vivete, la psoriasi sarà trattata da operatori sanitari diversi. Tra questi:

### Medici di base

I medici di base sono medici che si concentrano sulla salute generale di una persona, combinando gli aspetti fisici, psicologici e sociali della cura. Il vostro medico di base svolge un ruolo importante per la valutazione del vostro stato di salute, per la prevenzione ed il controllo delle complicanze ed eventuale diagnosi e cura. Può anche indirizzarvi da uno specialista, se necessario.

In molti Paesi, il medico di base è il primo operatore sanitario che vi esamina quando insorgono i sintomi della psoriasi. A seconda del tipo e della gravità della psoriasi da cui siete affetti, il vostro medico di base può continuare a trattarvi personalmente o indirizzarvi da uno specialista.



### Dermatologi

I dermatologi sono medici specializzati nella diagnosi e nel trattamento di disturbi cutanei. Un dermatologo esamina pelle, unghie e cuoio capelluto, per rilevare eventuali segni di psoriasi. Vi chiederà informazioni sui vostri sintomi e potrebbe anche chiedervi di compilare un questionario sulla vostra vita quotidiana, per comprendere il condizionamento che la psoriasi esercita sulla stessa.

Il vostro dermatologo fisserà un piano di trattamento, per soddisfare le vostre esigenze individuali, e dei consulti di follow-up per controllare il vostro stato di salute e monitorare il corretto funzionamento del vostro piano di trattamento.



### Infermieri

Gli infermieri sono alleati importanti per le persone affette da psoriasi. In genere, aiutano il dermatologo a effettuare i test richiesti e sono in grado di agevolare controlli regolari. Tendono ad avere a disposizione un po' più di tempo rispetto al dermatologo e possono dare maggiori spiegazioni sulla psoriasi e su come gestirla.



### Altri specialisti

Quando si è affetti da psoriasi, ci sono maggiori probabilità di sviluppare altre condizioni quali, ad esempio, diabete, artrite psoriasica, cardiopatia o depressione. Ciò non significa che svilupperete sicuramente queste condizioni, ma che dovete essere più consapevoli del vostro stato di salute e avvisare il vostro medico qualora insorgano dei sintomi. Il medico di base discuterà con voi il vostro rischio individuale e, se necessario, potrà indirizzarvi da un altro specialista, come ad esempio:

### Reumatologi

Se il vostro medico di base o dermatologo sospetta che possiate essere affetti da artrite psoriasica, vi indirizzerà da un reumatologo. Un reumatologo è specializzato in malattie che colpiscono articolazioni, muscoli e ossa.

### Cardiologi

Ci sono molti provvedimenti da poter prendere per evitare cardiopatie quando si convive con la psoriasi. Se ciò dovesse rendersi necessario, potreste essere indirizzati da un cardiologo, un medico specializzato nella salute del cuore.

### Professionisti della salute mentale

La psoriasi colpisce ogni soggetto in modo diverso. In alcuni soggetti, può esercitare un forte impatto psicologico causando ansia o depressione. Il vostro medico di base o dermatologo sarà in grado di darvi dei consigli se vi sentite oppressi. Se necessario, potrà indirizzarvi da uno psicologo, uno psichiatra o un assistente sociale.



## Le vostre opzioni di trattamento

Esistono svariati trattamenti per la psoriasi che possono ridurre i sintomi. Rientrano in quattro ampie categorie:

### Trattamenti topici:

Creme, pomate, gel o lozioni applicate direttamente sulle zone interessate. Funzionano eliminando la pelle squamosa, calmando l'infiammazione e alleviando il prurito. In caso di psoriasi lieve, un trattamento topico può essere sufficiente a gestire la psoriasi.



### Fototerapia:

Fascio di luce UV sulle zone interessate, applicato in un contesto ospedaliero di solito 2-3 volte alla settimana per un periodo di 8-10 settimane. Oltre alla fototerapia, potrebbe essere necessario un trattamento topico.

### Trattamenti orali:

Sono farmaci assunti per bocca. Mentre i trattamenti topici e la fototerapia agiscono per ridurre i sintomi cutanei, le terapie orali agiscono nell'organismo riducendo i processi fisiopatologici che causano la psoriasi. Esiste una vasta gamma di trattamenti orali che funzionano in modi diversi. I trattamenti più tradizionali possono agire su tutto il corpo intervenendo su diversi processi biologici, mentre altri agiscono su parti specifiche del sistema immunitario.

I trattamenti orali sono generalmente usati per persone con psoriasi da moderata a grave oppure per coloro che non traggono beneficio dal trattamento topico e dalla fototerapia.



### Farmaci biologici:

Farmaci prodotti da cellule viventi, somministrati sotto forma di iniezioni sottocutanee o fleboclisi endovenose (EV) in ospedale. I farmaci biologici agiscono sul sistema immunitario. Sono utilizzati per persone con psoriasi moderata o grave oppure per coloro che non traggono beneficio dalle terapie sopra elencate.



Identificare il trattamento più efficace è compito vostro e del vostro dermatologo. È un percorso che alle volte è fatto di tentativi e potrebbe volerci un po' di tempo prima di vedere i benefici di un dato trattamento.

La maggior parte dei trattamenti potrebbero comportare dei rischi e potreste dovervi sottoporre a controlli ed esami del sangue regolari per assicurarvi che la cura in corso sia efficace nel vostro caso e non provochi effetti collaterali dannosi. Instaurare un rapporto continuativo con il dermatologo è importante per valutare l'andamento del trattamento e la valutazione del vostro stato di salute.

Ricordate che il trattamento della psoriasi è un viaggio a tappe, lungo il quale potrebbero essere necessari vari tentativi prima di trovare la cura più appropriata per voi. La cosa migliore da fare è seguire regolarmente il vostro trattamento e discuterne apertamente con il vostro medico in caso di problemi.

**“Il  
trattamento  
è un viaggio:  
non tutto si può  
risolvere in un solo  
tentativo.”**

*Dermatologo*

**“Siate pazienti  
e abbiate fiducia  
nel vostro  
dermatologo.”**



#### Riferimenti

1. British Association of Dermatologists – Psoriasis an overview. <http://www.bad.org.uk/shared/get-file.ashx?id=178&itemtype=document>. Ultimo accesso: 02 settembre 2019.
2. British Association of Dermatology – Psoriasis – Topical treatments. <http://www.bad.org.uk/shared/get-file.ashx?id=123&itemtype=document>. Ultimo accesso: 02 settembre 2019.
3. British Association of Dermatology – Psoriasis – treatments for moderate or severe psoriasis. <http://www.bad.org.uk/for-the-public/patient-information-leaflets/psoriasis---treatment-for-moderate-or-severe-psoriasis>. Ultimo accesso: 02 settembre 2019.