

Dr. Luca Castellani
Medico-chirurgo specialista in dermatologia
Studi: Balconi di Pescantina (VR), via Brennero 71 b
Pedemonte (VR), via Campostrini 43
Tel: 045-916348
www.castellaniluca.eu

SCHEMA SALUTE PER CHI SOFFRE DI PSEUDOFOLLICOLITE

Che cos'è e che cosa determina la *pseudofollicolite*?

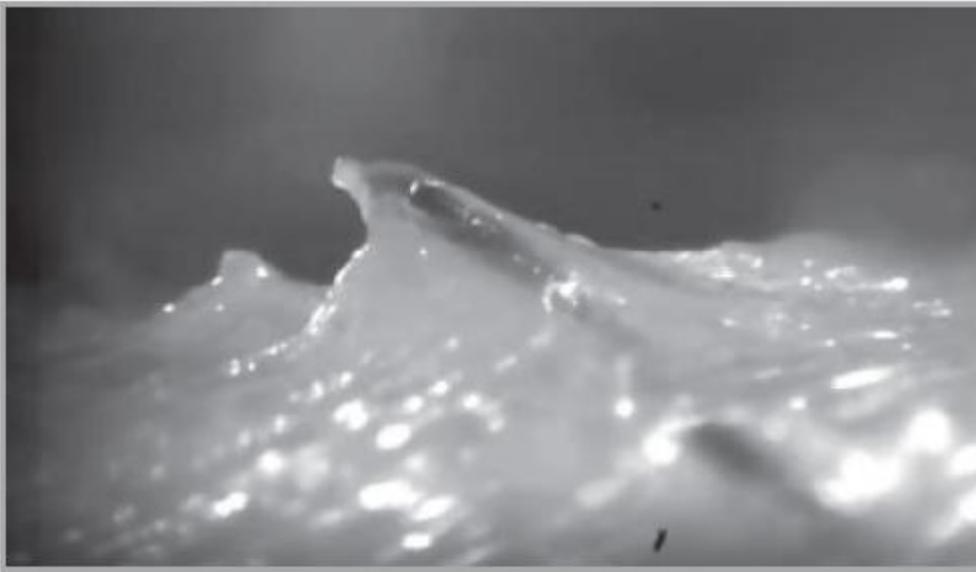
La *pseudofollicolite* rappresenta quel fastioso sintomo cutaneo che insorge quando vengono tagliati i peli nelle varie zone corporee (barba, cosce, inguine, gambe, ecc.).

Normalmente il pelo cresce all'interno della pelle in canalini appositi, chiamati "follicoli". Quando il pelo viene tagliato, la sua estremità si appuntisce e termina con una punta affilata e tagliente.

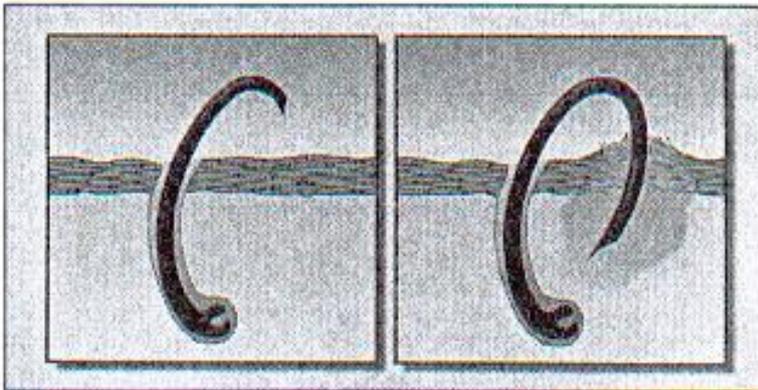
Dopo la rasatura il pelo si allunga e si ricurva; la sua punta tagliente penetra nella pelle, causando irritazioni, foruncolini e papuline, come si vede nella seguente figura:



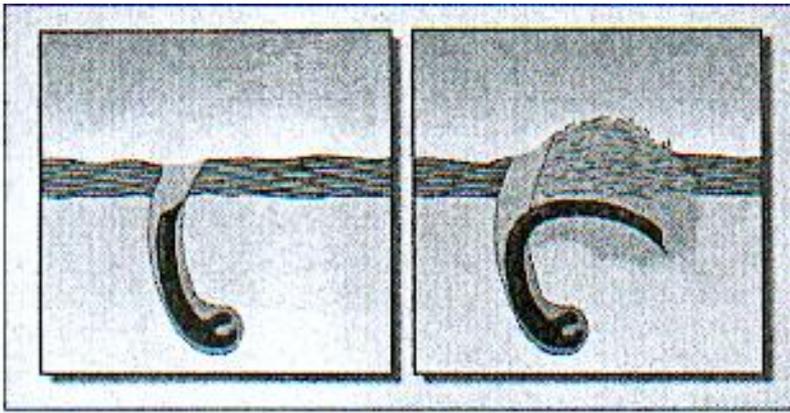
Può accadere che il pelo, quando ricresce dopo la rasatura, non riesca a sbucare dalla pelle, creando la situazione dell'immagine qui sotto:



Nella figura seguente si può notare invece il pelo ricurvo che si incarna nella pelle.



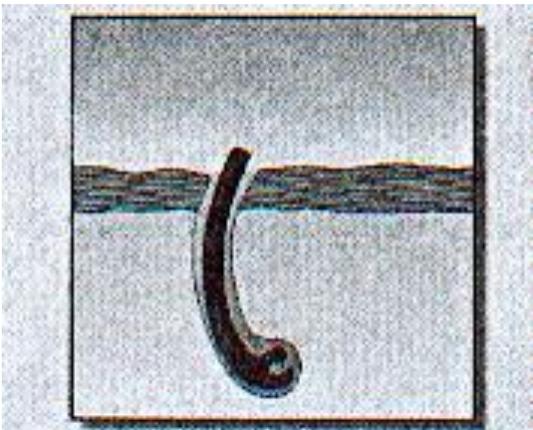
A volte succede che il pelo si ritiri un po' nel follicolo e poi, crescendo, penetri nella parete del follicolo abbandonando la sua sede naturale, causando irritazione (come si può notare nella figura successiva).



Queste manifestazioni, pur interessando più frequentemente le persone che hanno peli ricurvi e arricciati, colpiscono anche chi ha peli che crescono obliquamente sulla pelle. La penetrazione dei peli nella cute causa una reazione infiammatoria con comparsa di fastidiosi foruncolini che poi, con il tempo, diventano macchie scure che impiegano anche mesi prima di risolversi.

Il problema può essere migliorato impedendo che il pelo entri nella pelle ed eliminando la punta aguzza e tagliente del pelo stesso.

Dopo la rasatura si dovrebbe lasciare il pelo sufficientemente lungo tanto da evitare il suo ingresso nella pelle, come dimostrato dalla figura.



Che cosa fare?

La cosa migliore sarebbe quella di evitare la rasatura e di permettere così la crescita dei peli. Purtroppo questa soluzione non è sempre praticabile e se assolutamente dovete ricorrere alla rasatura, ricordateVi di seguire questi consigli:

1

Inumidite sempre con acqua calda i peli, per ammorbidirli, prima della rasatura. Per esempio, fate un lavaggio, o una doccia, o un bagno caldo). I peli dovrebbero rimanere in contatto con l'acqua calda per almeno 2 minuti.

Questo sistema permette di idratare bene i peli e impedisce che la rasatura crei una punta tagliente e aguzza alla sommità del pelo.

2

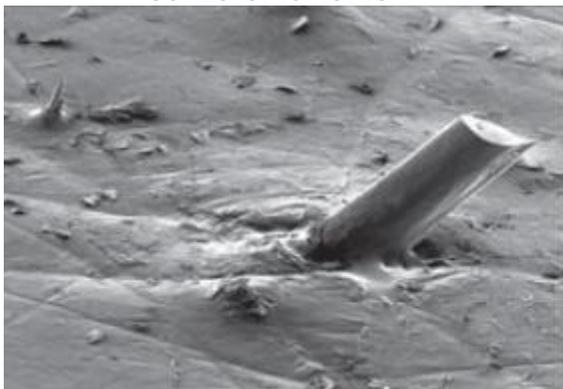
Usate uno spazzolino da denti a setole morbide per un dolce massaggio circolare nella regione pelosa. Questa operazione andrebbe ripetuta ogni sera e sempre prima della rasatura. In caso estremo, potete usare un aghino sterilizzato per liberare eventuali peli incarniti. Questo sistema impedisce al pelo di penetrare nella cute.

3

Prima della rasatura applicate una crema o un gel emolliente, per ammorbidire ulteriormente i peli e umettare la cute, riducendo così i fenomeni di irritazione.

L'immagine qui sotto mette in evidenza l'aspetto della pelle al microscopio prima e dopo l'applicazione di un emolliente. Si nota bene la differenza della pelle idratata, che sarà anche più "docile" alla rasatura.

senza emolliente



con emolliente



4

Usate un rasoio elettrico o lamette senza esagerare nella rasatura, permettendo cioè una brevissima fuoriuscita del pelo dalla pelle.

5

RasateVi seguendo sempre la direzione della crescita del pelo. Non fate mai assolutamente il "contropelo"; eventualmente passate più volte sulla stessa zona, seguendo comunque lo stesso verso di rasatura.

Non tirate la pelle quando Vi rasate: provate a rasarVi con una mano sola, tenendo l'altra dietro la schiena.

6

Dopo la rasatura, non usate dopobarba alcoolici, acqua di Colonia o altri prodotti alcoolici. Molto meglio applicare prodotti emollienti che il Vostro dermatologo Vi consiglierà.

7

Cercate di non indossare vestiti stretti (colletti, jeans, slip, calze, ecc.), che strofinino continuamente sulla pele appena rasata. Questo crea notevoli disagi!

INFINE...

1

RicordateVi che, anche se seguite scrupolosamente questi consigli, le manifestazioni cutanee possono durare settimane o anche mesi prima di migliorare. Non scoraggiateVi e continuate con le Vostre precauzioni e i Vostri trattamenti. La guarigione dipende assolutamente dallo sforzo con cui seguirete le 7 indicazioni.

2

L'obiettivo finale non sarà quello di avere una pelle "perfetta", ma quello di migliorare il più possibile il Vostro disagio e la situazione cutanea.

3

RicordateVi che, dopo i foruncolini, si possono formare delle macchie scure che impiegano anche mesi prima di risolversi. Il miglior trattamento di queste pigmentazioni è la loro prevenzione seguendo con cura questo programma terapeutico.