

Dishidrosis

La dishidrosis es una alteración de la piel: en las palmas de las manos, en los laterales de los dedos o en las plantas de los pies aparecen pequeñas ampollas con líquido en su interior (vesículas). Estas vesículas suelen producir un picor intenso, incluso antes de aparecer las alteraciones de la piel. A veces, las vesículas causan la descamación de la piel y erosiones o fisuras que pueden ser muy dolorosas. También pueden aparecer irritación y engrosamiento de la piel.



Si la persona se rasca las lesiones, se pueden infectar y causar supuración, costras e inflamación.

La dishidrosis no es contagiosa y no deja cicatriz. Las lesiones y molestias van apareciendo paulatinamente, a menudo en las estaciones de más calor (primavera y verano) y con episodios de más intensidad, que duran de 2 a 3 semanas.

No se sabe su causa, pero se ha asociado a otras alteraciones de la piel: dermatitis de contacto (sobre todo con el níquel), dermatitis atópica, hongos del pie (parece que la dishidrosis podría ser una reacción a distancia), exposición a rayos ultravioleta A (UVA), estrés emocional, tratamiento con inmunoglobulinas endovenosas, agentes químicos irritantes (detergentes, disolventes, etc.). En algunas ocasiones, el embarazo puede ser un desencadenante, debido a las variaciones hormonales.

¿Cómo se trata?

En las fases agudas se requiere tratamiento con crema de corticoides durante 2-3 semanas.

El tratamiento del picor puede ser oral o tópico. Siga las recomendaciones de su médico o médica.

Intente no rascarse para evitar que la lesión se prolongue y aumente el riesgo de infección.



¿Cómo se puede prevenir?

Lo más importante es intentar discernir el desencadenante en cada persona y evitarlo. Por otra parte, deben evitarse los agentes químicos irritantes y hay que mantener una buena hidratación de las zonas habitualmente afectadas (manos y pies).

Para realizar las tareas domésticas, se pueden usar guantes: son mejores los de vinilo que los de látex.

Evite la exposición al agua más de 15 minutos y asegúrese de que no esté demasiado caliente.

También es recomendable una buena higiene de los pies: lavarlos y secarlos adecuadamente, sobre todo después de hacer deporte. Es aconsejable llevar calzado transpirable y calcetines de algodón.

