

# Vèrtola (Hidrosadenitis supurativa)

Inflamació aguda o crònica de les glàndules sudorípares. Quan afecta l'aixella es coneix com "vèrtola". No és una infecció, ni es contagia.

De causa desconeguda, afavoreixen la seva aparició predisposició genètica i factors externs.

Afecta un 1-4% de la població, d'ambdós sexes, encara que és més freqüent en dones.

Apareix en l'adolescència, perquè és quan comencen a funcionar les glàndules afectades, responsables de l'olor corporal. Les zones afectades amb més freqüència són les aixelles, però també afecten engonals, natges, zona perianal, al voltant de les mames o el pubis.

## Quins són els seus símptomes?

Inicialment apareix picor, enrogiment i augment de la sudoració. Després apareixen per sota de la pell uns grans (nòduls) inflamats molt dolorosos que poden persistir durant setmanes fins a desaparèixer de forma espontània. En ocasions es transformen en abscessos i poden desprendre pus.

La forma crònica cursa amb brots. En cada brot la zona inflamada afectada es fa més gran creant un espai per sota de la pell, com una xarxa en la qual es formen camins fistulosos que comuniquen entre si les zones afectes. La inflamació crònica causa cicatrius i retracció de la pell.

## Com es diagnostica?

El seu metge de capçalera es basarà simplement en les molèsties que el pacient explica, en l'exploració de les lesions característiques a les zones típiques, així com el seu curs crònic i l'evolució en forma de brots.

## Quin pronòstic té?

És una malaltia benigna, però donat el seu caràcter crònic i els símptomes que presen-

ta en les seves formes moderades o severes pot ser molt debilitant físicament i psicològica, amb gran impacte sobre la qualitat de vida de la persona afectada.

## Què puc fer?

Acudeixi al seu metge de capçalera quan apareguin els primers símptomes.

El seu metge de capçalera valorarà el seu grau d'afectació, li aconsellarà el tractament tòpic o general més adequat i en farà el seguiment. L'ús perllongat d'antibiòtics sistèmics no és adequat. En determinades situacions, el seu metge de família li derivarà al dermatòleg per valorar junts el tractament més adequat.

## Com podem prevenir nous brots?

- **Netegi la zona afectada** amb sabons antisèptics o gels amb pH àcid.
- **Vesteixi roba solta** incloent la roba interior i eviti els cinturons ajustats, per disminuir la fricció sobre les zones afectades.
- **Eviti l'afaitat** de la zona afectada.
- **Mantingui la pell freda**, eviti la calor i la sudoració.
- **Eviti el sobrepès i l'obesitat.** La forma més eficaç per controlar la malaltia és baixar pes, seguir una dieta equilibrada i practicar exercici físic de manera regular.
- **Deixi de fumar.** Disminuiran els brots i la seva gravetat.



En cas que el seu estat d'ànim es vegi afectat, serà d'ajuda el **suport emocional psicològic**.