

Cosa fare in caso di artrite psoriasica?

Una percentuale compresa tra il 5 e il 10% dei pazienti affetti da dermatosi eritemato-squamosa (termine medico: psoriasi) sviluppa anche artrite, un'inflammatione delle articolazioni che si presenta per lo più alle mani, ai piedi e alla colonna vertebrale. La malattia può essere ben curata con trattamenti fisioterapeutici nonché con terapia farmacologica.

Quale è il decorso dell'artrite psoriasica?

- * Nella artrite psoriasica, oltre alla malattia dermatologica, vengono colpite generalmente le articolazioni interfalangee della dita della mano e del piede o tutte e tre le articolazioni di un singolo dito della mano o del piede. Inoltre, spesso si presenta un'inflammatione delle articolazioni della colonna vertebrale. Tuttavia, in genere possono essere coinvolte tutte le articolazioni. L'artrite psoriasica ha un decorso cronico, quindi la causa della malattia non può essere rimossa. Tuttavia, si presentano continuamente fasi di remissione, durante le quali la malattia non progredisce o può addirittura migliorare. La terapia deve essere personalizzata e orientata a seguire il decorso della malattia del singolo paziente. Il medico valuterà attentamente l'uso di farmaci lungo un arco temporale più lungo.

In cosa consiste la terapia

- * Il trattamento dell'artrite psoriasica deve essere affidato sempre ai medici specialisti. L'obiettivo della terapia è alleviare i dolori del paziente, mantenere la mobilità delle articolazioni e impedire la progressione della patologia. A questo scopo sono disponibili diversi farmaci e trattamenti di supporto alla terapia quali fisioterapia e trattamenti termali.

Come possono aiutare i farmaci

- * Le forme lievi di artrite psoriasica si curano con i cosiddetti antinfiammatori non steroidei (= non contenenti cortisone). Essi agiscono, in primo luogo, come inibitori dell'inflammatione e analgesici. In alternativa, sono disponibili anche i coxib, ad esempio quando si desidera evitare gli effetti collaterali a carico del tratto gastro-intestinale. Per quanto riguarda l'inflammatione, i corticosteroidi agiscono in modo più incisivo. Tuttavia, è necessario monitorare attentamente gli effetti sulle alterazioni della pelle.
- * In caso di decorso più grave si utilizzano, di regola, i cosiddetti farmaci di fondo. Si tratta di sostanze simili, che si utilizzano anche per le malattie reumatiche. Anche gli antagonisti del TNF-alfa (Fattore di Necrosi Tumoreale alfa) hanno dimostrato la propria sicurezza ed efficacia e producono miglioramenti anche rilevanti anche nei casi nei molto gravi di artrite psoriasica.

Terapia fisica

- * In associazione alla terapia farmacologica si può ricorrere anche alla terapia fisica.
- * Si tratta di applicazioni che coadiuvano l'azione degli analgesici, influiscono positivamente sull'inflammatione delle articolazioni e ne migliorano la mobilità. Il paziente impara, sotto la guida di un fisioterapista, gli esercizi fisioterapici che può eseguire regolarmente anche a casa da solo. A questo scopo è molto importante che fra il paziente e il terapeuta si stabilisca una collaborazione basata sulla fiducia. Quando il decorso della malattia è particolarmente grave, il trattamento si limita a una "mobilizzazione" passiva delle articolazioni effettuata dal terapeuta.

- * Spesso i trattamenti termali producono effetti favorevoli sulla sintomatologia cutanea e sui disturbi articolari. A questo scopo possono essere utili i bagni termali e sulfurei, in particolare in associazione con i bagni in soluzione salina concentrata e successivo trattamento con raggi UV.

Sostegno dei gruppi di auto-aiuto

- * L'artrite psoriasica cambia la vita quotidiana dei pazienti, spesso in maniera rilevante. Alle limitazioni fisiche si aggiunge, non di rado, anche il logorio psichico. Perciò si raccomanda il confronto con altri pazienti, ad esempio nell'ambito di un gruppo di auto-aiuto o di altre organizzazioni di pazienti. In questo contesto, il paziente non si trova da solo con i suoi problemi e può ricevere un valido sostegno.
- * Anche un'assistenza psicosociale può essere importante, se ritenuta necessaria. Esercizi di rilassamento, yoga o Tai Chi possono contribuire a superare il dolore e lo stress e quindi a migliorare la qualità della vita.

Il paziente può fare molto da sé per alleviare i propri disturbi e per organizzare la vita quotidiana in modo positivo:

- * Regolari esercizi di movimento
- * Trattamento termale in base alla prescrizione medica
- * Partecipazione a un gruppo di auto-aiuto
- * Esercizi di rilassamento

Redazione a cura di "KWHC GmbH (Germania). Revisione: Paolo Spriano, Medico di Medicina Generale, Milano

Ultima revisione settembre 2012.

Informazioni relative al documento

Data di creazione: **26/09/12**