



# PROPOLI COMPOSTO 3F

Integratore alimentare a base di Propoli con Acerola e Echinacea, utili per favorire le naturali difese dell'organismo. Contiene inoltre Eucalipto utile per il suo effetto balsamico, Menta utile per favorire le funzionalità delle prime vie respiratorie e Timo utile per favorire la fluidità delle secrezioni bronchiali.



## Composizione per 2 cpr:

Propoli e.s.	720 mg	
Lattosio	480 mg	
Acerola e.s.	288 mg	
di cui Vit. C	144 mg	(180% VNR*)
Echinacea polv.	151 mg	
Eucalipto o.e.	2,4 mg	
Menta o.e.	1,2 mg	
Timo o.e.	1,2 mg	

\* VNR: Valori nutritivi di riferimento. Regolamento 1169/2011.

**40 compresse**  
**10 €**



9 0 2 1 0 5 4 4 6

# ONICOMICOSI



**di Paolo Levantino**

farmacista clinico e consulente nutrizionale,  
Presidente Agifar Palermo, webmaster di [viverebene.blog](http://viverebene.blog)

## DEFINIZIONE

L'onicomicosi, o micosi dell'unghia, è un'infezione che colpisce le unghie di mani e piedi, causata per lo più, da funghi dermatofiti (*Trichophyton rubrum* e *T. interdigitale* sono i patogeni più frequentemente coinvolti).

Il fungo responsabile dell'infezione penetra attraverso crepe e micro-fessure dell'unghia, abbattendo lo strato di cheratina che la compone e ne trasforma il pH da acido ad alcalino. Ne consegue una trasformazione evidente dell'unghia, che si manifesta con variazione di forma, tonalità e consistenza.

## QUADRO CLINICO

Nella maggior parte dei casi, l'unghia interessata appare opaca e ispessita, senza o con modesta deformazione, e sotto il margine libero si accumulano detriti gialli.

Questa condizione è nota come onicomicosi subungueale disto-laterale.

Quando l'infezione fungina si estende all'intera unghia, questa diventa fragile e la presenza di detriti subungueali causa una dolorosa deformazione.

Tale condizione viene definita onicomicosi totale distrofica.



### **PREVALENZA E FATTORI DI RISCHIO**

Tale patologia, che rappresenta più del 50% dei disturbi ungueali e colpisce circa 6,5 milioni di italiani tra i 40 e 60 anni, interessa soprattutto le unghie dei piedi: il calore e l'umidità, infatti, favoriscono la proliferazione della micosi.

Tra i fattori di rischio, in grado di aumentare le probabilità di avere l'onicomicosi, vi sono:

- indossare scarpe o calzature che impediscono la traspirazione;
- camminare a piedi nudi in luoghi pubblici e umidi, come piscine e palestre;
- soffrire di eccessiva sudorazione;
- eliminare le pellicine intorno all'attaccatura dell'unghia (che funge da barriera contro i germi).

Ulteriori "aggravanti" sono l'età avanzata ed essere affetti da disturbi cardiovascolari, a carico del sistema immunitario e da diabete.

### **TRATTAMENTO**

Il trattamento dev'essere intrapreso tempestivamente per accorciare i tempi di guarigione. Generalmente si utilizzano antimicotici topici, sotto forma di smalti, gel o spray, da applicare per un periodo da 6 a 12 mesi, per la totale risoluzione del problema.

I risultati della terapia non si vedranno fino a che l'unghia infetta non sarà stata completamente sostituita da quella nuova e sana.

Tra i prodotti attualmente in uso ritroviamo: tioconazolo ungueale al 28% (es. trotyd) amorfolina lacca ungueale o smalto al 5% (es. onilaq, locetar) che agiscono da un lato creando un ambiente ostile alla proliferazione del fungo, dall'altro svolgendo un'attività fungicida e antibatterica.

### **PREVENZIONE**

Per prevenire invece la comparsa di questa patologia è importante curare l'igiene dei piedi. Alcune raccomandazioni:

- tagliare spesso le unghie e mantenerle corte, asciutte e pulite;
- usare calze di cotone e cambiarle giornalmente;
- evitare di camminare scalzi in luoghi pubblici, come piscine e palestre, utilizzando delle ciabatte;
- evitare scarpe poco confortevoli e scegliere scarpe non occlusive e traspiranti;
- correggere eventuale iperidrosi;
- sterilizzare sempre gli strumenti per la cura dei piedi o usare strumenti a perdere;
- evitare di strappare le cuticole presenti nei pressi della matrice.

Infine ricorda che un'unghia sana ha una lamina rosea e una superficie regolare e semitrasparente.