

SaronnoNews

Occhio di pernice, i rimedi efficaci per eliminarlo

divisionebusiness · Tuesday, July 13th, 2021

L'occhio di pernice compare sul piede e provoca dolore e difficoltà a camminare. Si tratta di un **ispessimento cutaneo** molto simile a un callo o alla verruca plantare. Per **curare l'occhio di pernice** possiamo ricorrere a numerosi rimedi naturali in grado di alleviare i sintomi e ritrovare il **benessere del piede**.

Quali sono le cause

Può capitare a tutti di notare una zona del piede in cui la pelle è più spessa, solitamente **tra le dita dei piedi** oppure sulla **pianta**. In questi casi potrebbe trattarsi dell'occhio di pernice, solitamente di dimensioni più piccole rispetto ai calli e alle verruche. Questo ispessimento è dovuto a uno sfregamento o a continue pressioni a carico di questa zona, in genere causata da **calzature non adatte** al proprio piede. Soprattutto quando si hanno articolazioni prominenti oppure deformate, che possono fare attrito con la scarpa, occorre scegliere una soluzione comoda che non danneggi il piede.

Un **fattore di rischio** è rappresentato dall'uso frequente delle scarpe con il tacco. Le scarpe di questo tipo inducono lo sfregamento delle ed esercitano una pressione ripetuta in specifici punti del piede. Allo stesso modo le **scarpe di cattiva fattura**, troppo strette o troppo larghe, oppure ancora non allacciate, possono **causare l'occhio di pernice**.

I sintomi dell'occhio di pernice

Come fare a capire che si è davanti a questo genere di disturbo? I **sintomi** più comuni sono:

- difficoltà a stare in piedi per molto tempo
- difficoltà a indossare le calzature di qualunque genere
- dolore in corrispondenza della cute spessa e dura
- difficoltà a camminare bene

In base alla tipologia dell'occhio di pernice possiamo avere dunque diversi sintomi. Ad esempio, se si ha l'**occhio di pernice duro**, quello più comune, il dolore e il gonfiore interessano prevalentemente il quinto dito del piede. Quando invece siamo davanti all'**occhio di pernice molle**, in genere bianco e ruvido al tatto, oltre al dolore possiamo notare infezioni batteriche e fungine. Questo accade poiché, tra le dita del piede troviamo le zone più umide e con una maggiore tendenza a sudare.

Ci possono essere complicazioni?

L'occhio di pernice è un problema **privo di complicazioni** nei pazienti in buona salute. Potrebbe invece rappresentare un pericolo per alcune persone, come ad esempio coloro che soffrono di **diabete**. In questo caso infatti, potrebbero sopraggiungere ulcere profonde e infezioni particolarmente aggressive per questi pazienti.

Come combattere l'occhio di pernice

La prima cosa da fare è eliminare l'elemento che causa lo sfregamento continuo e la pressione sul piede. Dopo aver rimosso la **causa principale dell'occhio di pernice** si consiglia di rimuovere, affidandosi a un podiatra, l'area cutanea spessa e dolente.

A questo punto è indispensabile ricorrere a prodotti che aiutano a **ridurre l'ispessimento** e prevengono la formazione di nuovi occhi di pernice. Solitamente si consiglia l'**uso di gel e liquidi all'acido salicilico**, un elemento utile non solo per la sua azione esfoliante e ammorbidente ma anche come antinfiammatorio.

È possibile inoltre sfruttare i **cerotti protettivi**, per isolare la parte dal contatto con le calzature, e avvalersi di **solette morbide** e imbottiture da applicare sull'area interessata. In questi casi la pelle ha bisogno di una maggiore idratazione, quindi è consigliato l'uso di soluzioni con alto potere idratante così da facilitare la guarigione. In alcuni casi potrebbe essere necessario l'uso di **ortesi** che proteggono il piede e ridistribuiscono la pressione in modo uniforme.

In linea generale, prima di affidarsi a qualunque cura fai da te è sempre bene **consultare il proprio medico** per individuare insieme a lui la terapia più adatta per combattere l'occhio di pernice.

This entry was posted on Tuesday, July 13th, 2021 at 3:39 pm and is filed under [Varesotto](#). You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a response, or [trackback](#) from your own site.