

**S**<sub>1</sub>iento un picor insoportable, sobre todo por la noche y que aumenta con el calor. Además, me han salido unos granitos, que empezaron entre los dedos y en los costados.

**A**<sub>2</sub> qué puede deberse?

Parece **SARNA** (escabiosis), enfermedad de la piel causada por un ácaro.

**R**<sub>3</sub>epámpanos! Sarna? Cómo es posible?

Este ácaro ni salta ni vuela. Cualquiera puede contagiarse, sea por contacto directo y prolongado con la piel de una persona que tiene sarna, o por contacto indirecto con sus ropas. Tras el contacto, los síntomas pueden tardar en aparecer entre 2 y 6 semanas.

**N**<sub>4</sub>ecesito tratamiento?

- Acude al médico para confirmar el diagnóstico.
- El tratamiento habitual es una **crema con permetrina al 5%** que debe aplicarse por la noche para que actúe durante al menos 8 horas. Conviene ducharse antes de darse una fina capa de la crema, desde la base del cuello hasta la planta de los pies (sobre todo en pliegues, entre los dedos y hasta debajo de las uñas). A la mañana siguiente, vuelve a ducharte.
- Una semana más tarde, repite el tratamiento.
- Es probable que las personas que viven contigo también necesiten tratamiento.

**A**<sub>5</sub>lgún consejo más:

- **No te automediques.**
- La permetrina puede producir irritación de la piel hasta 2 y 4 semanas después de utilizarla, que mejora con crema hidratante. Si pasado ese tiempo persiste el picor, vuelve al médico.
- Conviene que te cortes las uñas y que evites rascarte.
- Lava a más de 60°C toda la ropa que haya estado en contacto con tu piel y, la que no puedas, métela en una bolsa cerrada al menos 3 días.
- Es recomendable pasar la aspiradora en sofás, alfombras...

Texto basado en: 1. "Escabiosis" Manual Terapéutica Atención Primaria Osakidetza; 2. "Scabies Frequently Asked Questions" (Centers for Disease Control and Prevention); "Educación para el paciente: Sarna (Conceptos Básicos)" UpToDate.

**S**<sub>1</sub> ekulako azkura daukat. Jasangaitza da. Gaez, batez ere, eta bero egiten duenean, are okerragoa da. Gainera, granotxo batzuk agertu zaizkit; hatzen artean eta alboetan hasi ziren.

**A**<sub>2</sub> uskalo zer den...  
Badirudi **SARNA** dela (**escabiosia**): akaro batek larruazalean sortzen duen gaixotasun bat.

**R**<sub>3</sub> ekontxo! Sarna? Nola liteke?  
Akaro horrek ez du salto egiten, ezta hegan ere. Edonor kutsa daiteke, hala zuzenean, sarna duen pertsona baten larrua luzaroan ukitzeagatik, nola zeharka, haren arropak ukitzeagatik. Bi eta sei aste bitarteko tarte egon daiteke sarna duen pertsona bat ukitu eta sintomak agertu arte.

**N**<sub>4</sub> ora joko dut?

- Joan medikuarenera diagnostikoa egiaztatzeko.
- Ohiko tratamendua da **permetrina (% 5) duen krema bat** ematea gaez, gutxienez 8 orduz eragin dezan. Dutxa bat hartzea komeni da kremaren geruza fin bat eman aurretik, lepoaren oinarritik oinazpiraino (tolesduretan batez ere, hatzen artean, bai eta azkazalen azpian ere). Biharamunean, dutxatu berriz.
- Astebete igaro ondoren, errepikatu tratamendua.
- Baliteke zurekin bizi direnek ere tratamendua behar izatea.

**A**<sub>5</sub> holku gehiagorik?

- **Ez hartu botikarik zure kabuz.**
- Permetrinak narritadura eragin dezake larruazalean, erabili eta hiru eta lau aste igaro arte ere; krema hidratatzailez hobetzen da. Denboraldi hori igaro ondoren jarraitzen baduzu azkura izaten, joan berriz medikuarenera.
- Komeni da azazkalak moztea eta ez ibiltzea hazka egiten.
- Garbitu 60° C-tik gorako tenperaturaz zure larrua ukitu duen arropa guztia. Ezin baduzu baten bat garbitu, sartu ezazu poltsa itxi batean, 3 egunez gutxienez.
- Komeni da xurgagailua pasatzea sofetatik, alfonbretatik...

Testu hau, honako hauetan oinarritzen da: 1. "Escabiosis" Manual Terapéutica Atención Primaria Osakidetza; 2. "Scabies Frequently Asked Questions" (Centers for Disease Control and Prevention); 3. "Educación para el paciente: Sarna (Conceptos Básicos)" UpToDate.