

# Fenomeno di Raynaud

Il fenomeno di Raynaud è uno spasmo eccessivo dei [vasi sanguigni](#) periferici, che provoca una riduzione del flusso di sangue alle regioni coinvolte. La reazione può essere innescata dal freddo e/o dallo stress emotivo.

Il fenomeno di Raynaud si manifesta soprattutto nelle dita delle mani e dei piedi, ma può coinvolgere anche la punta del naso, i lobi delle orecchie e altre parti del corpo, dove i piccoli vasi sanguigni sono più sensibili alle variazioni di temperatura. Durante un episodio può manifestarsi un [dolore](#) considerevole, associato ad una sensazione di bruciore, intorpidimento o formicolio. Il fenomeno di Raynaud è reso evidente dal cambiamento del [colore della pelle](#) nella zona colpita, che può diventare da pallida a cianotica e, infine, rossa, quando è ripristinata la normale circolazione. Nei casi più gravi, nell'area possono insorgere ulcere ed infezioni. Il fenomeno di Raynaud può essere primario (senza alcun disturbo associato) o causato da altre condizioni di base, come la [sclerodermia](#), l'[artrite reumatoide](#) o il [lupus eritematoso sistemico](#) (fenomeno di Raynaud secondario).

## Cause

Il fenomeno di Raynaud, di solito, viene innescato dall'esposizione al freddo. In circostanze normali, la reazione del corpo alle basse temperature consiste nel limitare il più possibile la perdita del calore. Per conseguire questo risultato, i vasi sanguigni sotto la superficie della [pelle](#) iniziano a restringersi ed il sangue è deviato dalle estremità agli organi vitali. Il fenomeno di Raynaud potrebbe, quindi, essere considerato come un'esagerazione della risposta naturale del corpo allo stress (ip)termico.

Il risultato dell'estrema [vasocostrizione](#) è una forte diminuzione dell'afflusso di sangue alle rispettive regioni, che porta il tessuto all'[ipossia](#) (grave carenza di ossigeno, gas indispensabile per il [metabolismo cellulare](#)). Episodi ricorrenti possono causare atrofia della pelle e dei tessuti sottocutanei e [muscolari](#). In rari casi, possono conseguire ulcerazioni e [cancrena](#) ischemica. Probabilmente, il fenomeno di Raynaud è causato da alterazioni complesse nel bilancio tra le sostanze chimiche che provocano vasocostrizione e quelle che dilatano o rilassano le pareti dei [capillari](#). Altri meccanismi possono comprendere l'iperattività del [sistema nervoso simpatico](#) o un danno vascolare. Anche turbamenti emotivi o psicologici improvvisi possono indurre un attacco.

## Fenomeno di Raynaud: segni e sintomi

Nel corso dell'attacco, un paziente può manifestare tipicamente tre fasi:

- [Pallore](#): in presenza di basse temperature, l'afflusso di sangue alle dita delle mani o dei piedi è marcatamente ridotto, la pelle diventa pallida o bianca, fredda e insensibile;
- [Cianosi](#): quando l'ossigeno è carente o esaurito, l'area colpita inizia a diventare bluastra;
- [Arrossamento](#): quando l'episodio si placa o la zona è riscaldata, la pelle assume un colore rosso brillante, per l'aumento compensativo del flusso di sangue. Il ritorno della normale irrorazione può causare formicolio, intorpidimento e dolore.

Nella maggior parte dei casi, il fenomeno di Raynaud può interferire con le attività quotidiane dei pazienti, ma non causa alcun danno a lungo termine per le estremità. Gli attacchi possono durare da meno di un minuto a diverse ore. Dopo il riscaldamento, di solito, sono necessari 15 minuti per ripristinare il normale flusso di sangue nella zona coinvolta.

## Fenomeno di Raynaud primario

Il fenomeno di Raynaud primario, noto anche come malattia di Raynaud, non dipende da qualsiasi altra patologia o problema medico. La condizione può persistere per un lungo periodo o migliorare spontaneamente. Il fumo peggiora la frequenza e l'intensità degli attacchi vasospastici.

## Fenomeno di Raynaud secondario

Nel fenomeno di Raynaud secondario è possibile identificare una causa od una patologia sottostante. In particolare, la condizione si verifica in circa l'85-95% dei pazienti con sclerodermia ed è presente in circa un terzo dei pazienti con [lupus eritematoso](#) sistemico.

## Fenomeno di Raynaud secondario: cause

Le cause più comuni del fenomeno di Raynaud secondario sono:

**Malattie del [tessuto connettivo](#).** Il fenomeno di Raynaud secondario è particolarmente comune nelle persone affette da malattie del tessuto [connettivo](#). La patologia che causa con più probabilità il fenomeno di Raynaud è la sclerosi sistemica (nota anche come sclerodermia), che può verificarsi anche in una forma localizzata, chiamata [sindrome](#) CREST. Il segno distintivo della condizione è l'ispessimento della pelle, soprattutto su mani e viso. In queste aree, possono apparire dilatazioni dei vasi sanguigni ([teleangectasie](#)) e depositi di sali di [calcio](#) sotto la pelle ([calcinosi](#)). Nelle forme gravi di sclerodermia, i pazienti possono sviluppare ulcere persistenti sulla punta delle dita e infezioni, che in casi estremi possono evolvere in cancrena.

Il fenomeno di Raynaud può verificarsi anche in pazienti con altre malattie del tessuto connettivo, tra cui la [sindrome di Sjögren](#), la [dermatomiosite](#), la [polimiosite](#) e la [granulomatosi di Wegener](#). È importante sottolineare che la malattia del tessuto connettivo sottostante può non essere evidente fino alla manifestazione del fenomeno di Raynaud.

**Farmaci.** Il fenomeno di Raynaud può rappresentare un effetto collaterale di alcuni farmaci, come:

- [Anfetamine](#);
- Alcuni tipi di [beta-bloccanti](#) (utilizzati soprattutto per [angina](#) e [ipertensione](#));
- Alcuni agenti chemioterapici (vinblastina, [bleomicina](#) ecc.);
- Alcuni farmaci contro l'[emicrania](#), contenenti ergotamina;
- [Clonidina](#) (per [pressione alta](#), emicrania o [vampate di calore](#));
- [Bromocriptina](#) (impiegata nella gestione della [malattia di Parkinson](#) e di alcune altre condizioni);
- [Imipramina](#) (per la [depressione](#));
- [Pillola contraccettiva orale](#).

Una volta eliminato e sostituito il farmaco responsabile, il fenomeno di Raynaud può risolversi abbastanza rapidamente.

**Arteriopatia.** Il fenomeno di Raynaud può, talvolta, indicare l'[aterosclerosi](#) sottostante, soprattutto nei [fumatori](#). Anche la malattia di Buerger può determinare l'insorgenza del disturbo.

**Disturbi nervosi.** Il fenomeno di Raynaud può svilupparsi in un arto colpito da un [ictuso](#) può verificarsi in associazione con [sclerosi multipla](#) e [poliomielite](#).

**Varie.** Altre possibili cause del fenomeno di Raynaud secondario sono:

- **Occupazione:** l'uso professionale di strumenti vibranti, come martelli pneumatici o motoseghe, similmente ai colpi ripetitivi con utensili manuali pesanti, può provocare un vasospasmo traumatico (noto come sindrome da vibrazioni mano-braccio); anche l'esposizione **chimica** a processi industriali di polimerizzazione del cloruro di vinile (materie plastiche) può indurre una malattia simile alla sclerodermia, di cui il fenomeno Raynaud può essere una manifestazione.
- **Sindrome del tunnel carpale:** la mano in questione può diventare più sensibile alle basse temperature e manifestare il fenomeno di Raynaud.
- **Sindrome dello stretto toracico superiore (TOS).**
- **Alcuni disturbi della ghiandola tiroidea:** alcune patologie aumentano la [viscosità del sangue](#) e possono causare il fenomeno di Raynaud.
- **Lesioni:** infortuni precedenti alle mani o ai piedi, come [fratture](#), interventi chirurgici o [congelamento](#), possono portare al fenomeno di Raynaud.

### Come distinguere il fenomeno di Raynaud primario dal secondario?

Il **fenomeno di Raynaud primario** è più comune della forma secondaria. Di solito, la malattia di Raynaud in forma idiopatica esordisce sotto i 25 anni di [età](#) e colpisce soprattutto le donne. I pazienti spesso ricordano un'intolleranza al freddo che risale all'infanzia. Le persone con **fenomeno di Raynaud secondario**, invece, presentano spesso i sintomi di una condizione associata, come [dolori articolari](#), eruzioni cutanee, [debolezza muscolare](#), ecc. Se l'insorgenza dei sintomi avviene dopo i 25 anni di età, è importante consultare un medico per escludere eventuali cause sottostanti.

### Diagnosi del fenomeno di Raynaud

Il paziente dovrebbe consultare un medico per le seguenti ragioni:

- Il fenomeno di Raynaud, anche se praticamente innocuo nella forma primaria, può provocare disagio e dolore; vari trattamenti sono disponibili per aiutare a gestire l'entità e la frequenza degli attacchi.
- È importante diagnosticare un eventuale patologia responsabile del fenomeno di Raynaud già nelle fasi iniziali. Un [esame emocromocitometrico](#), lo screening della coagulazione, la ricerca degli [anticorpi anti-nucleo \(ANA\)](#) ed ENA e la determinazione della [velocità di eritrosedimentazione \(VES\)](#) e della proteina C reattiva (PCR) completo possono contribuire a confermare le condizioni autoimmuni ed indicare se il paziente ha già, o è a rischio di sviluppare, una malattia del tessuto connettivo.
- Se il fenomeno di Raynaud è molto grave e trascurato, può causare danni permanenti agli arti colpiti. Va sottolineato, tuttavia, che questa complicazione è rara.

I test che possono essere effettuati per confermare la diagnosi sono:

- **Capillaroscopia periungueale:** consiste in un semplice esame al microscopio dei piccoli vasi sanguigni alla base dell'[unghia](#). In caso di fenomeno di Raynaud primario, i risultati di questo test sono normali, mentre sono alterati nei pazienti con la forma secondaria. In particolare, se i capillari sono dilatati o anormali, l'indagine può indicare che il paziente potrebbe avere una malattia del tessuto connettivo sottostante.
- **Test di stimolazione al freddo:** prevede l'immersione della mano del paziente in acqua ghiacciata, per provocare un episodio. Tuttavia, questo esame non sempre funziona, in

quanto tutto il corpo ha bisogno di essere esposto al freddo prima di manifestare il fenomeno di Raynaud.

Sulla base di queste indagini, il medico reumatologo sarà in grado di definire se il fenomeno di Raynaud è primario o secondario e saprà consigliare un trattamento per il disturbo associato.