

”

DR. FLORIAN PERWANGER
Specialista in ortopedia e traumatologia

I legamenti, punti cruciali del corpo

La prima causa di traumi alle articolazioni è l'attività sportiva seguita dagli infortuni sul lavoro. Tra le lesioni a carico dei legamenti prevalgono gli stiramenti che colpiscono in particolare la donna.

I legamenti sono robuste strutture fibrose che collegano tra loro due ossa. Di norma è possibile distinguere fra due tipologie di traumi: lo stiramento e lo strappo.

LO STIRAMENTO E LO STRAPPO

Ne sono interessati in particolare il legamento interno dell'articolazione del ginocchio e l'apparato legamentoso esterno dell'articolazione tibio-tarsica superiore (caviglia).

Nello stiramento le fibre del tessuto legamentoso si allungano senza strapparsi. In tal caso si parla anche di distorsione o "distrazione" legamentosa.

Meno interessati da questo problema sono i legamenti dell'articolazione del gomito, della spalla o del rachide cervicale. Tra le cause più frequenti vi sono un insufficiente riscaldamento prima dell'attività fisica, la stanchezza e una dispercezione della propria forma fisica.

Rispetto al maschio, la donna è interessata sei volte più spesso da traumi al legamento crociato.

Il Dr. Florian Perwanger, specialista in ortopedia e traumatologia, fa parte del team di specialisti dello studio medico Ortho+ e opera presso la

CityClinic di Bolzano. Nel suo ambito di specializzazione rientrano il trattamento delle lesioni complesse dei legamenti, del menisco e delle instabilità della rotula.

Come si interviene chirurgicamente negli strappi ai legamenti?

Quando la lesione è recente, gli strappi ai legamenti si possono ricucire.

È bene sapere tuttavia che le tecniche di sutura danno spesso risultati poco soddisfacenti e non si addicono a tutti i tipi di legamenti, come ad esempio il legamento crociato. Una delle prime regole per prevenire danni funzionali in seguito ad un'articolazione lesionata o sottoposta a intervento chirurgico, è la mobilizzazione precoce dell'arto. Per tale ragione sono sicuramente più idonee le tecniche ricostruttive con trapianti tendinei.

Qual è la migliore cura post-intervento?

Le moderne tecniche chirurgiche consentono quasi sempre un approccio funzionale: evitando di immobilizzare o steccare l'arto lesionato e quindi di limitarlo nei



movimenti, è più facile ripristinarne rapidamente la funzionalità articolare. Ciò non toglie che la guarigione dei legamenti richiede tempo.

Possano rimanere danni permanenti?

Purtroppo le lesioni gravi a carico dei legamenti hanno sempre un impatto sui processi degenerativi dell'articolazione. Fortunatamente oggi molti danni si possono contrastare con successo riducendo in modo significativo il rischio di artrosi.

Si riesce a capire da soli se si tratta di uno strappo o di uno stiramento?

Valutare la gravità di una lesione ai legamenti richiede molta esperienza e l'ausilio di speciali strumenti diagnostici. Si consiglia pertanto di rivolgersi sempre allo specialista.

Cosa fare se si sospetta uno stiramento o uno strappo dei legamenti?

Fare delle applicazioni fredde sulla regione interessata, tenere l'arto a riposo, assumere un farmaco antinfiammatorio e consultare al più presto uno specialista.