



## Artroscopia del ginocchio

L'artroscopia del ginocchio è una procedura chirurgica che consente ai medici di visualizzare l'articolazione del ginocchio senza praticare un'ampia incisione attraverso la pelle e altri tessuti molli. L'artroscopia viene utilizzata per diagnosticare e trattare una vasta gamma di problemi al ginocchio.

Durante l'artroscopia del ginocchio, il chirurgo inserisce una piccola telecamera, chiamata artroscopio, nell'articolazione del ginocchio. La telecamera visualizza le immagini su un monitor video e il chirurgo utilizza queste immagini per guidare gli strumenti chirurgici.

Poiché l'artroscopio e gli strumenti chirurgici sono sottili, il chirurgo può utilizzare incisioni molto piccole, piuttosto che l'incisione più grande necessaria per la chirurgia a cielo aperto. Ciò si traduce in meno dolore e rigidità articolare per i pazienti e spesso accorcia il tempo necessario per recuperare e tornare alle attività preferite.



Durante l'artroscopia, il chirurgo può vedere l'interno del ginocchio in un monitor video.

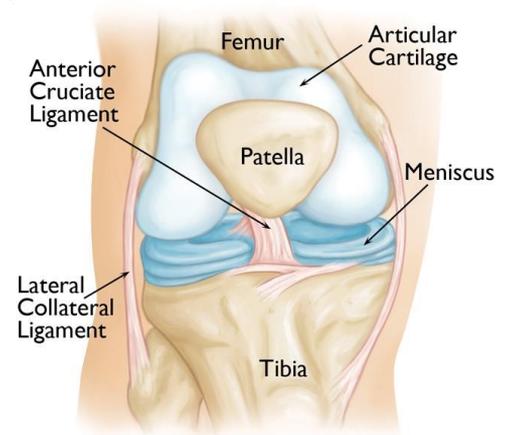
## Anatomia

Il ginocchio è l'articolazione più grande del tuo corpo e una delle più complesse. Le ossa che compongono il ginocchio comprendono l'estremità inferiore del femore (femore), l'estremità superiore della tibia (tibia) e la rotula (rotula).

Altre strutture importanti che compongono l'articolazione del ginocchio includono:

- ◆ **Cartilagine articolare.** Le estremità del femore e della tibia e la parte posteriore della rotula sono ricoperte di cartilagine articolare. Questa sostanza scivolosa aiuta le ossa del ginocchio a scivolare dolcemente l'una sull'altra mentre pieghi o raddrizzi la gamba.
- ◆ **sinovia.** L'articolazione del ginocchio è circondata da un sottile rivestimento chiamato sinovia. Questo rivestimento rilascia un fluido che lubrifica la cartilagine e riduce l'attrito durante il movimento.
- ◆ **Menisco.** Due inserti di cartilagine meniscale a forma di cuneo tra il femore e la tibia fungono da ammortizzatori. Diverso dalla cartilagine articolare, il menisco è duro e gommoso per aiutare a proteggere e stabilizzare l'articolazione.
- ◆ **legamenti.** Le ossa sono collegate ad altre ossa da legamenti. I quattro legamenti principali del ginocchio agiscono come robuste corde per tenere insieme le ossa e mantenere stabile il ginocchio.
  - I due legamenti collaterali si trovano su entrambi i lati del ginocchio.
  - I due legamenti crociati si trovano all'interno dell'articolazione del ginocchio. Si incrociano per formare una X con il legamento crociato anteriore davanti e il legamento crociato posteriore dietro.

Anatomia normale del ginocchio. L'artroscopia è comunemente usata per diagnosticare e trattare problemi che danneggiano la cartilagine articolare, i legamenti e altre strutture attorno all'articolazione.



## Quando è raccomandata l'artroscopia del ginocchio

Il medico può raccomandare l'artroscopia del ginocchio se si dispone di una condizione dolorosa che non risponde al trattamento non chirurgico. Il trattamento non chirurgico comprende riposo, terapia fisica e farmaci o iniezioni che possono ridurre l'infiammazione.

L'artroscopia del ginocchio può alleviare i sintomi dolorosi di molti problemi che danneggiano le superfici della cartilagine e altri tessuti molli che circondano l'articolazione.

Le procedure artroscopiche comuni per il ginocchio includono:

- ◆ Meniscectomia parziale (rimozione del menisco), riparazione di un menisco lesionato o trapianto di menisco

- Ricostruzione di un legamento crociato anteriore lesionato o di un legamento crociato posteriore
- Rimozione del tessuto sinoviale infiammato
- Rimozione della cartilagine articolare danneggiata
- Rimozione di frammenti sciolti di osso o cartilagine, come quelli causati dalla condromatosi sinoviale
- Trattamento dei problemi della rotula (rotula)
- Trattamento della sepsi del ginocchio (infezione)



**(Sinistra)** Una grande lesione meniscale chiamata flap.

**(Destra)** Rimozione artroscopica del tessuto meniscale danneggiato.

## Preparazione per la chirurgia

### *Valutazioni e test*

Il tuo chirurgo ortopedico può consigliarti di consultare il tuo medico di base per valutare la tua salute generale prima dell'intervento. Identificheranno eventuali problemi che potrebbero interferire con la procedura. Se hai determinati rischi per la salute, potrebbe essere necessaria una valutazione più approfondita prima dell'intervento.

Per aiutare a pianificare la procedura, il chirurgo ortopedico può ordinare test preoperatori. Questi possono includere esami del sangue e un elettrocardiogramma (ECG).

### *Istruzioni per l'ammissione*

Se sei in buone condizioni di salute, molto probabilmente la tua artroscopia del ginocchio verrà eseguita come procedura day hospital. Ciò significa che non sarà necessario pernottare in ospedale.

Assicurati di informare il tuo chirurgo ortopedico di eventuali farmaci o integratori che prendi. Potrebbe essere necessario interrompere l'assunzione di alcuni di questi prima dell'intervento chirurgico.

La clinica ti contatterà in anticipo per fornire dettagli specifici sulla tua procedura. Assicurati di seguire le istruzioni su quando arrivare e soprattutto su quando smettere di mangiare o bere prima della procedura.

## **Anestesia**

Prima dell'intervento, un membro del team di anestesia parlerà con te. L'artroscopia del ginocchio può essere eseguita in anestesia locale, regionale o generale:

- ◆ L'anestesia locale addormenta solo il ginocchio
- ◆ L'anestesia regionale addormenta tutta la gamba
- ◆ L'anestesia generale ti fa addormentare

Il tuo chirurgo ortopedico e il tuo anestesista ti parleranno del metodo migliore per te.

## **Operazione chirurgica**

### ***Posizionamento***

Una volta trasferito in sala operatoria, ti verrà somministrata l'anestesia. Per aiutare a prevenire l'infezione del sito chirurgico, la cute del ginocchio verrà disinfettata. La tua gamba sarà coperta con un drappo chirurgico che espone solo il sito di incisione preparato.

A questo punto, a volte viene posizionato un dispositivo di posizionamento sulla gamba per aiutare a stabilizzare il ginocchio mentre si svolge la procedura artroscopica.

### ***Procedura***

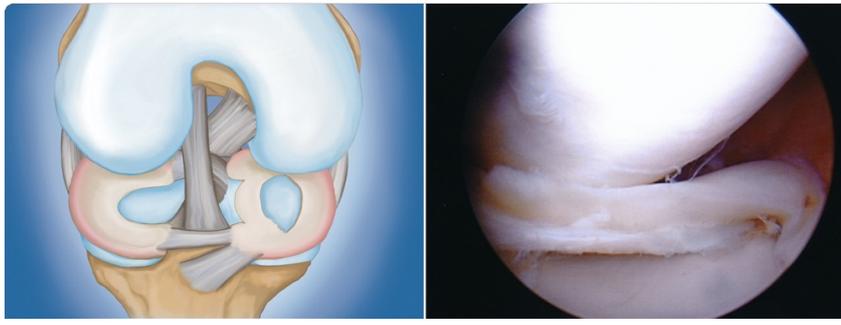
Per iniziare la procedura, il chirurgo eseguirà alcune piccole incisioni, chiamate portali, nel ginocchio. Verrà utilizzata una soluzione sterile per riempire l'articolazione del ginocchio e sciacquare via qualsiasi liquido. Questo aiuta il chirurgo ortopedico a vedere le strutture all'interno del ginocchio in modo chiaro e dettagliato.

Il tuo chirurgo inserirà l'artroscopio e gli strumenti chirurgici attraverso piccole incisioni chiamate portali.



Il primo compito del tuo chirurgo è diagnosticare correttamente il tuo problema. Inseriranno l'artroscopio e utilizzeranno l'immagine proiettata sullo schermo per guidarlo.

Strumenti dedicati vengono utilizzati per attività come la regolarizzazione, il taglio, la presa e la riparazione del menisco.



**(Sinistra)** Un tipo comune di lesione meniscale è una lesione a manico di secchia.

**(A destra)** Una foto di una lesione a manico di un secchia scattata attraverso l'artroscopio.

## ***Chiusura***

La maggior parte delle procedure di artroscopia del ginocchio dura meno di mezz'ora.

Il tuo chirurgo può chiudere le incisioni con un punto o steri-strip o lasciarli libero, quindi con una fasciatura morbida viene coperto il ginocchio.

## **Complicazioni**

Il tasso di complicanze dopo la chirurgia artroscopica è molto basso. Se si verificano complicazioni, di solito sono minori e vengono trattate facilmente. Possibili problemi postoperatori con l'artroscopia del ginocchio includono:

- Infezione
- Trombosi
- Rigidità del ginocchio
- Accumulo di sangue nel ginocchio Lividi o gonfiore

## **Recupero**

Dopo l'intervento, verrai trasferito nella sala di risveglio e dovresti essere in grado di tornare a casa entro 1 o 2 ore. Assicurati di avere qualcuno con te che ti accompagni a casa e ti controlli la prima sera.

Mentre il recupero dall'artroscopia del ginocchio è più veloce del recupero dalla tradizionale chirurgia del ginocchio aperto, è importante seguire attentamente le istruzioni del medico dopo il ritorno a casa.

## ***Gestione del dolore***

Dopo l'intervento, sentirai un po' di dolore. Questa è una parte naturale del processo di guarigione. Il tuo medico e le infermiere lavoreranno per ridurre il dolore, il che può aiutarti a recuperare più velocemente dall'intervento chirurgico.



Una benda morbida proteggerà le tue incisioni mentre guariscono.

I farmaci sono spesso prescritti per alleviare il dolore a breve termine dopo l'intervento chirurgico. Sono disponibili molti tipi di medicinali per aiutare a gestire il dolore, compresi gli oppioidi, i farmaci antinfiammatori non steroidei (FANS) e gli anestetici locali. Il medico può utilizzare una combinazione di questi farmaci per migliorare il sollievo dal dolore, nonché ridurre al minimo la necessità di oppioidi.

Tieni presente che sebbene gli oppioidi aiutino ad alleviare il dolore dopo l'intervento chirurgico, sono un narcotico e possono creare dipendenza. La dipendenza da oppioidi e il sovradosaggio sono diventati un problema critico di salute pubblica negli Stati Uniti. È importante usare gli oppioidi solo come indicato dal medico e interrompere l'assunzione non appena il dolore inizia a migliorare. Parli con il medico se il dolore non ha iniziato a migliorare entro pochi giorni dall'intervento.

## ***Farmaci***

Oltre ai medicinali per alleviare il dolore, il medico può raccomandare farmaci come l'aspirina o l'eparina per ridurre il rischio di coaguli di sangue.

## ***Rigonfiamento***

Tieni la gamba sollevata il più possibile per i primi giorni dopo l'intervento. Applicare il ghiaccio come raccomandato dal medico per alleviare il gonfiore e il dolore. Il tuo stato di carico dopo l'intervento chirurgico sarà dettato da ciò che viene eseguito durante l'intervento.

## ***Cura della medicazione***

Lascera la struttura chirurgica con una medicazione che copre il ginocchio. Mantieni le tue incisioni pulite e asciutte. Il tuo chirurgo ti dirà quando puoi fare la doccia o il bagno e quando dovresti cambiare la medicazione.

Il tuo chirurgo ti vedrà in studio dopo l'intervento chirurgico per controllare i tuoi progressi, rivedere i risultati chirurgici e iniziare il tuo programma di trattamento postoperatorio.

## ***Controllo del carico***

La maggior parte dei pazienti necessita di stampelle o altra assistenza dopo l'intervento in artroscopia. Il tuo chirurgo ti dirà quando è sicuro caricare il peso sul piede e sulla gamba. Se hai domande sul carico, chiama il tuo chirurgo.

## ***Esercizio di riabilitazione***

Dovresti esercitare regolarmente il ginocchio per diverse settimane dopo l'intervento. Ciò ripristinerà il movimento e rafforzerà i muscoli della gamba e del ginocchio.

L'esercizio terapeutico svolgerà un ruolo importante nel recupero. Un programma di terapia fisica formale può migliorare il risultato finale.

## Guida

Il tuo medico discuterà con te quando puoi guidare. In genere, i pazienti sono in grado di guidare da 1 a 3 settimane dopo l'intervento se la procedura è stata minore. Potrebbe essere necessario più tempo per riparazioni o ricostruzioni più estese.

## Risultato

Molte persone tornano ad attività complete e senza restrizioni dopo l'artroscopia. Il tuo recupero dipenderà dal tipo di danno che era presente nel tuo ginocchio.

A meno che tu non abbia avuto una ricostruzione del legamento, una riparazione del menisco o un ripristino della cartilagine, dovresti essere in grado di tornare alla maggior parte delle attività fisiche dopo 6-8 settimane, o talvolta molto prima. Potrebbe, tuttavia, essere necessario evitare attività ad alto impatto per un periodo di tempo più lungo.

Se il tuo lavoro comporta un lavoro pesante, potrebbe essere necessario più tempo prima che tu possa tornare al tuo lavoro. Discuti con il tuo medico quando puoi tornare al lavoro in sicurezza.

Per alcune persone, sono necessari cambiamenti nello stile di vita per proteggere l'articolazione. Un esempio potrebbe essere il passaggio da un esercizio ad alto impatto (come la corsa) ad attività a basso impatto (come il nuoto o il ciclismo). Queste sono decisioni che prenderai con la guida del tuo chirurgo.

A volte, il danno al ginocchio può essere abbastanza significativo da non poter essere completamente invertito con la chirurgia artroscopica. In futuro potrebbero essere necessarie operazioni più estese per queste condizioni più gravi.



Lavorare con un fisioterapista può aiutarti a ottenere il miglior recupero.

*Dr. Daniele Mazza*

ORTHOPEDIC SURGEON

*Scannerizza il qr code per aver accesso a tutti i miei social*



*Tutti i miei social*