

Dr. Daniele Mozza

ORTHOPEDIC SURGEON

Specialista in Ortopedia e Traumatologia

Azienda Ospedaliero-Universitaria Sant'Andrea

Medico Nazionale U21 di calcio



Artrosi dell'anca

L'osteoartrosi è una condizione comune che molte persone sviluppano con l'avanzare dell'età. Può verificarsi in qualsiasi articolazione del corpo, ma il più delle volte colpisce le articolazioni da carico, come l'anca.

L'artrosi dell'anca provoca dolore e rigidità. Può rendere difficile alcune attività quotidiane come chinarsi per allacciarsi una scarpa, alzarsi da una sedia o fare una breve passeggiata.

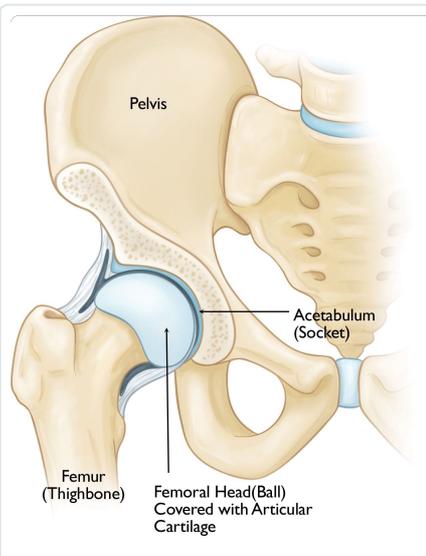
Poiché l'artrosi peggiora gradualmente nel tempo, prima inizi il trattamento, più è probabile che tu possa ridurre l'impatto sulla tua vita. Sebbene non esista una cura per l'artrosi, ci sono molte opzioni terapeutiche per aiutarti a gestire il dolore e rimanere attivo.

Anatomia

L'anca è una delle articolazioni più grandi del corpo. E' costituita da una parte cava, l'acetabolo, che fa parte del grande osso pelvico. La parte sferica è la testa del femore, che è l'estremità superiore del femore.

Le superfici sono ricoperte di cartilagine, una sostanza liscia e scivolosa che protegge e attutisce le ossa e consente loro di muoversi facilmente.

La superficie dell'articolazione è ricoperta da un sottile rivestimento chiamato sinovia. In un'anca sana, la sinovia produce una piccola quantità di fluido che lubrifica la cartilagine e favorisce il movimento.



La normale anatomia dell'anca.

Descrizione

L'artrosi è una malattia di tipo degenerativo, che si verifica più spesso nelle persone di età pari o superiore a 50 anni, sebbene possa verificarsi anche nelle persone più giovani.



Nell'osteoartrosi, la cartilagine dell'articolazione dell'anca si consuma gradualmente nel tempo. Man mano che la cartilagine si consuma, diventa sfilacciata e ruvida e lo spazio articolare protettivo tra le ossa diminuisce. Ciò può provocare lo sfregamento dell'osso sull'osso. Per compensare la perdita di cartilagine, le ossa danneggiate possono iniziare a crescere verso l'esterno e formare speroni ossei (osteofiti).

L'artrosi si sviluppa lentamente e il dolore che provoca peggiora nel tempo.

Causa

L'artrosi non ha una singola causa specifica, ma ci sono alcuni fattori che possono aumentare le probabilità di sviluppare la malattia, tra cui:

- Età in aumento
- Storia familiare di artrosi
- Precedente lesione all'articolazione dell'anca
- Obesità
- Formazione impropria dell'articolazione dell'anca alla nascita, una condizione nota come displasia congenita dell'anca

Sintomi

Il sintomo più comune dell'artrosi dell'anca è il dolore. Questo dolore all'anca si sviluppa lentamente e peggiora nel tempo, sebbene sia possibile anche un'insorgenza improvvisa. Il dolore e la rigidità possono peggiorare al mattino o dopo essere stati seduti o a riposo per un po'. Nel corso del tempo, i sintomi dolorosi possono manifestarsi più frequentemente, anche durante il riposo o la notte. Ulteriori sintomi possono includere:

- Dolore all'inguine o alla coscia che si irradia ai glutei o al ginocchio Dolore che compare con un'attività vigorosa
- Rigidità dell'articolazione dell'anca che rende difficile camminare o piegarsi
- "Blocco" dell'articolazione e rumore (crepitio) durante il movimento causato da frammenti liberi di cartilagine e altri tessuti che interferiscono con il movimento fluido dell'anca
- Diminuzione del raggio di movimento dell'anca che influisce sulla capacità di camminare e può causare zoppia
- Aumento del dolore con il tempo piovoso

Esame medico

Durante la visita, il medico parlerà con te dei tuoi sintomi e della tua storia medica, effettuerà un esame fisico e possibilmente prescriverà test diagnostici, come i raggi X.

Esame fisico

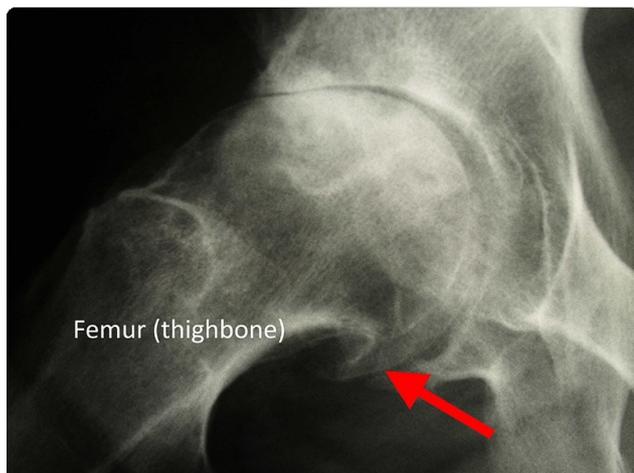
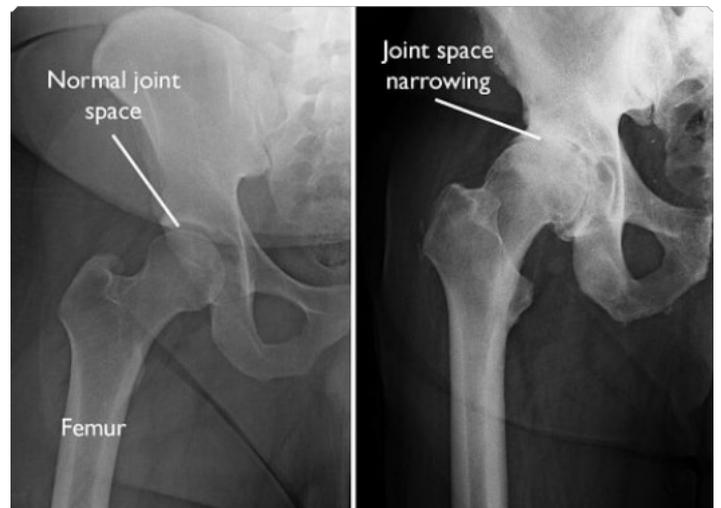
Durante l'esame obiettivo, il medico cercherà:

- Range di movimento passivo (assistito) e attivo (auto-diretto).
- Crepitio (una sensazione di sfregamento all'interno dell'articolazione)
- Dolore quando si esercita pressione sull'anca
- Problemi con la tua andatura (il modo in cui cammini)
- Qualsiasi segno di lesione ai muscoli, ai tendini e ai legamenti che circondano l'anca

Test di imaging

Raggi X. I raggi X forniscono immagini dettagliate di strutture dense, come le ossa. I raggi X di un'anca artrosica possono mostrare un restringimento dello spazio articolare, cambiamenti nell'osso e la formazione di speroni ossei (osteofiti).

(**Sinistra**) In questa radiografia di un'anca normale, lo spazio tra la sfera e l'incavo indica una cartilagine sana. (**Destra**) Questa radiografia di un'anca artrosica mostra una grave perdita di spazio articolare.



In questa radiografia di un'anca artrosica, la freccia indica un grosso sperone osseo (osteofita) nella parte inferiore della testa del femore.

Altri test di imaging. Occasionalmente, può essere necessaria una risonanza magnetica (MRI) o una tomografia computerizzata (TC) per determinare meglio la condizione dell'osso e dei tessuti molli dell'anca.

Trattamento

Sebbene non esista una cura per l'artrosi, esistono numerose opzioni terapeutiche che aiutano ad alleviare il dolore e migliorare la mobilità.

Trattamento non chirurgico

Come per altre condizioni artritiche, il trattamento precoce dell'artrosi dell'anca non è chirurgico. Il medico può raccomandare una serie di opzioni di trattamento non chirurgico.

Modifiche dello stile di vita. Alcuni cambiamenti nella tua vita quotidiana possono proteggere l'articolazione dell'anca e rallentare il progresso dell'osteoartrosi.

- ♦ Ridurre al minimo le attività che aggravano la condizione, come salire le scale.
- ♦ Passare da attività ad alto impatto (come il jogging o il tennis) ad attività a basso impatto (come il nuoto o il ciclismo) metterà meno stress sull'anca.
- ♦ Perdere peso può ridurre lo stress sull'articolazione dell'anca, con conseguente riduzione del dolore e aumento della funzionalità.

Fisioterapia. Esercizi specifici possono aiutare ad aumentare la mobilità e la flessibilità, oltre a rafforzare i muscoli dell'anca e della gamba. Il tuo medico o fisioterapista può aiutarti a sviluppare un programma di esercizi personalizzato che soddisfi le tue esigenze e il tuo stile di vita.

Farmaci. Se il tuo dolore influisce sulla tua routine quotidiana o non viene alleviato da altri metodi non chirurgici, il medico può aggiungere farmaci al tuo piano di trattamento.

Il paracetamolo (Tachipirina) è un antidolorifico da banco che può essere efficace nel ridurre il dolore da artrosi lieve. Come tutti i farmaci, tuttavia, gli antidolorifici da banco possono causare effetti collaterali e interagire con altri farmaci che stai assumendo. Assicurati di discutere i potenziali effetti collaterali con il tuo medico.

I farmaci antinfiammatori non steroidei (FANS) possono alleviare il dolore e ridurre l'infiammazione. I FANS da banco includono naprossene e ibuprofene. Altri FANS sono disponibili su prescrizione medica.

I corticosteroidi (noti anche come cortisone) sono potenti agenti antinfiammatori che possono essere assunti per via orale o iniettati nell'articolazione dolorante.

I coxib (Arcoxia) si affiancano ai più "vecchi" antinfiammatori non steroidei non selettivi (FANS) nel trattamento sintomatico della patologia cronica articolare (artrite/artrosi) vantando uguale efficacia, ma minore tossicità gastrointestinale grazie al loro peculiare meccanismo d'azione.

Trattamento chirurgico

Il medico può raccomandare un intervento chirurgico se il dolore da artrite causa disabilità e non viene alleviato con un trattamento non chirurgico.

Il medico rimuoverà sia l'acetabolo danneggiato che la testa del femore, quindi posizionerà nuove superfici articolari in metallo, plastica o ceramica per ripristinare la funzione dell'anca.



Nella sostituzione totale dell'anca, sia la testa del femore che l'acetabolo vengono sostituite con un dispositivo artificiale.

Complicazioni. Sebbene le complicazioni siano possibili con qualsiasi intervento chirurgico, il medico adotterà misure per ridurre al minimo i rischi. Le complicanze più comuni della chirurgia includono:

- Infezione
- Sanguinamento eccessivo
- Trombosi
- Lussazione dell'anca
- Diversa della lunghezza degli arti
- Danni ai vasi sanguigni o alle arterie

Recupero

Dopo qualsiasi tipo di intervento chirurgico per l'artrosi dell'anca, c'è un periodo di recupero. I tempi di recupero e la riabilitazione dipendono dal tipo di intervento eseguito.

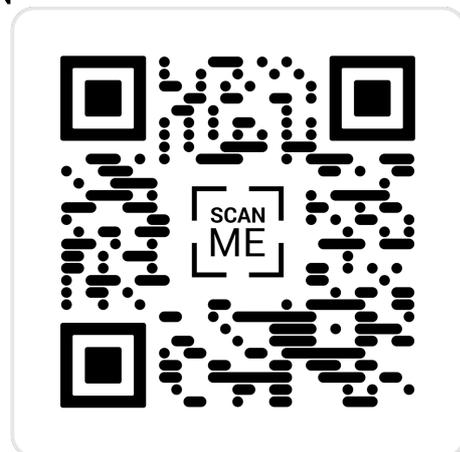
Il medico può raccomandare la terapia fisica per aiutarti a ritrovare forza nell'anca e ripristinare la mobilità. Dopo la procedura, potrebbe essere necessario utilizzare un bastone, stampelle o un deambulatore per un po' di tempo.

Nella maggior parte dei casi, la chirurgia allevia il dolore dell'artrosi e consente di svolgere più facilmente le attività quotidiane.

Dr. Daniele Mazza

ORTHOPEDIC SURGEON

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



Tutti i miei social