

# Le patologie di mano, piede e caviglia

**Medicina - Le risposte alle domande più frequenti sulle patologie degli arti: all'USI conferenza pubblica dei chirurghi della mano e ortopedici EOC**

/ 12.11.2018

di Maria Grazia Buletti

Giovedì 15 novembre, nell'Aula magna dell'Università della Svizzera italiana a partire dalle 18.00, si parlerà delle patologie della mano e del piede nell'ambito del Ciclo di conferenze aperte al pubblico proposte dall'Unità di Ortopedia e Traumatologia dell'Ospedale Regionale di Lugano. Chi non ha mai sentito parlare della sindrome del tunnel carpale? Dei problemi di artrosi o di tendiniti alle mani? E quanti si sono già confrontati con la distorsione dei legamenti di una caviglia, con qualche frattura o con quel fastidiosissimo alluce valgo?

Ma andiamo a conoscere un po' meglio le patologie più frequenti delle nostre estremità con cui spesso ci troviamo a dover fare i conti, e lo facciamo con il chirurgo specializzato in chirurgia della mano Daniele De Spirito e il chirurgo ortopedico Jochen Müller (entrambi caposervizio dell'Unità di Traumatologia e Ortopedia ORL) che ci parleranno delle patologie di mano, piede e caviglia.

Formicolii frequenti e disturbanti alle mani che spesso si manifestano la notte («ma pure di giorno») fino a ostacolare il sonno, accompagnati da una sensibilità alterata che compromette la funzionalità della mano interessata (al punto da creare problemi nel prendere in mano oggetti), pesantezza dell'arto interessato e dolore (sintomo aspecifico): questi sono i sintomi della sindrome del tunnel carpale che, insieme alle tendiniti e all'artrosi, sono fra le patologie più comuni che il dottor De Spirito si trova a diagnosticare ai suoi pazienti. «Le tendiniti sono molto frequenti e abbastanza diffuse fra uomo e donna, a qualsiasi età adulta, mentre nei bambini sono rare. Di norma può capitare che una richiesta straordinaria e insolita del movimento provochi un'inflammazione che non riesce a guarire spontaneamente per una condizione anatomica particolare», esordisce lo specialista che accenna pure all'artrosi: «Alquanto diffusa nella mano, per la quale però si possono intraprendere dei trattamenti conservativi (terapie antinfiammatorie), mentre si giunge ad eseguire interventi chirurgici solo quando i disturbi diventano invalidanti».

Ad ogni modo, fra le patologie più frequenti che affliggono la mano, la più comune rimane in assoluto proprio la sindrome del tunnel carpale, di cui abbiamo riferito i sintomi, che porta la persona a rivolgersi allo specialista. «Il nervo mediano passa attraverso il polso percorrendo il cosiddetto "tunnel carpale". Quando, per diverse ragioni, questo passaggio diviene un po' troppo stretto, allora il primo a soffrirne è proprio il nervo mediano che, in base al grado di sofferenza, provoca i disturbi che abbiamo elencato». Sindrome, quella del tunnel carpale, soggetta alle variazioni ormonali e perciò più frequente nelle donne, a partire dai 20 anni: «Non è solo ad appannaggio delle persone anziane, ma potrebbe presentarsi anche con le variazioni ormonali della gravidanza, ad esempio».

Comunque, quando questi sintomi si presentano, è opportuno recarsi dal medico senza perdere tempo. «Con il tempo, i disturbi potrebbero peggiorare e il nervo mediano potrebbe continuare a soffrire fino a far perdere progressivamente la sensibilità alle dita». Inoltre, se la diagnosi clinica del chirurgo della mano propende per un intervento chirurgico, «appurata la rilevanza dei sintomi, l'unico trattamento possibile è l'intervento chirurgico; il resto è palliazione e può peggiorare la sofferenza del nervo che, nel tempo, potrebbe perdere la sua funzionalità, compromettendo l'esito dell'intervento chirurgico tardivo», spiega il dottor De Spirito che durante la serata aperta al pubblico risponderà a tutte le ulteriori domande e le questioni inerenti questo tema molto sentito, a cominciare dall'intervento («dura una decina di minuti, si esegue in Day Hospital e la mobilità della mano va ripresa immediatamente»), fino alla prognosi («ottima se l'intervento è eseguito prima possibile»).

Dalla mano all'avampiede e alla caviglia, per cui le patologie elettivamente più frequenti sono l'alluce valgo e la distorsione della caviglia, ci spiega il dottor Jochen Müller. «L'alluce valgo è una patologia abbastanza frequente e non sempre sintomatica; l'80 per cento dei pazienti sono donne ed è perciò molto meno frequente nell'uomo». Ecco che proprio sull'alluce valgo «inciampano» i tacchi a spillo e le scarpe dell'universo femminile! Infatti, insieme alla genetica, la moda e la forma delle scarpe ne sono la causa principale. «Parliamo di una deformazione sintomatica dell'alluce verso laterale, la cui terapia interventistica dipende dalla sintomatologia: un alluce valgo che non ci causa dolore non deve assolutamente essere operato, mentre uno che fa male (e ci si rende conto soprattutto in primavera e in autunno col portare le scarpe chiuse), deve essere affrontato con un intervento individualizzato al problema del singolo paziente», afferma il dottor Müller che rende comunque attenti sul fatto che le donne che hanno la fortuna di avere un piede senza problemi dovrebbero evitare scarpe non idonee che nel tempo potrebbero causare proprio un alluce valgo.

E veniamo, infine, alla distorsione della caviglia, una delle maggiori affezioni di questa articolazione, seguita dalle fratture, dalle artrosi, dalle lesioni osteocondrali e dalle lesioni e tendinopatie al tendine d'Achille. «A quasi tutti è capitato di avere una "storta alla caviglia" per cui, statisticamente, l'80 per cento guarisce benissimo e il 20 per cento presenta ancora disturbi nel tempo. Problemi che si manifestano con dolori a livello laterale della caviglia, o come una certa insicurezza e instabilità per la quale non si riesce a riprendere l'attività consueta». Questi, secondo il dottor Müller, sono i pazienti che devono presentarsi dal medico specialista per una valutazione diagnostica della distorsione: «Valutiamo la postura del piede, eventuali danni cartilaginei o tendinei che, nel sospetto specifico, appuriamo non solo con la radiografia ma con esami più consoni che ci permettono di vedere bene anche le parti molli».

Anche in questo caso lo specialista ortopedico valuterà il paziente in modo individuale: «Tenendo conto dell'età, dell'attività fisica, dell'eventuale prestazione in caso si tratti di un atleta: tutto questo avrà un peso sulla scelta della terapia più adeguata, secondo le esigenze di stabilizzazione essenziale della caviglia interessata». Dalle 18.00 di giovedì 15 novembre, all'USI e nell'ambito della conferenza pubblica «Le domande più frequenti sulle patologie della mano e del piede», i medici dell'Unità di Ortopedia e Traumatologia dell'Ospedale Regionale di Lugano risponderanno ai quesiti che il pubblico vorrà porre non solo in relazione a quanto discusso, ma anche a proposito del famoso Achille, il cui punto debole era il tendine che ha preso il suo nome.