



OSTEOARTROSI, LA PATOLOGIA PIU' DIFFUSA DOVE SI STA MEGLIO Cresce nei paesi con maggiore aspettativa di vita

L'artrosi rappresenta senza dubbio la patologia più frequente nella popolazione: è diffusa in tutti i Paesi, con una maggiore prevalenza in quelli economicamente più evoluti e con una più lunga durata di vita [infatti è più frequente dopo i 65 anni]. In Italia ne sarebbe affetto il 20% della popolazione, con una prevalenza maggiore nel sesso femminile [22%] rispetto al maschile [14%], percentuale destinata ad aumentare nel futuro. Di cause e possibili rimedi ci parla la Dott.ssa Sabrina Frigelli Medico Chirurgo Specialista in Reumatologia, titolare di un Master in Osteoporosi e Malattie Metaboliche dell'osso. La Dott.ssa riceve presso il C.T.R. di Via Fratelli Cervi 59 a Reggio Emilia. L'artrosi è un processo patologico di natura degenerativa che trae origine dalla perdita dell'equilibrio fisiologico tra fenomeni catabolici [distruzione] e fenomeni riparativi a livello della cartilagine articolare. Un ruolo importante nel processo è quello dell'osso subcondrale e della membrana sinoviale. Dal punto di vista clinico si manifesta sotto forma di dolore muscolo-scheletrico, deformità e disabilità che può portare ad un peggioramento della qualità di vita. Il dolore si manifesta di più in autunno-inverno o in presenza di umidità perché queste condizioni provocano uno stato di tensione muscolare che contribuisce alla sintomatologia dolorosa. La malattia può coinvolgere, con caratteristiche variabili da soggetto a soggetto, tutte le articolazioni diartrodiali: anca [coxartrosi], ginocchio [gonartrosi], vertebre cervicali [artrosi cervicale], vertebre lombari [artrosi lombare], mani [rizoartrosi], spalle ecc.... .

COME RICONOSCERLA: i sintomi e le cause che la provocano

Classificazione dell'artrosi

- Artrosi primaria
- Artrosi secondaria [per traumi articolari, per dismetabolismi, per endocrinopatie, per flogosi articolari, per patologie neurologiche, per patologie ematologiche]
- Artrosi derivanti da malattie congenite
- Iperostosi idiopatica diffusa [Dish] che presenta incidenza maggiore nei maschi obesi [è associata a diabete, dislipidemia e iperuricemia]

Cause dell'artrosi

Può derivare da molteplici fattori: hanno un ruolo importante l'età, la razza, fattori genetici [studi epidemiologici hanno dimostrato un'ereditarietà che è stata stimata nell'ordine del 40% per il ginocchio, 60% per l'anca, 65% per l'artrosi primitiva delle mani], sesso, ormoni, obesità, alterazioni metaboliche [diabete, gotta], traumi, anomalie di sviluppo [bisogna ricordare che lo scheletro del feto è costituito da solo tessuto cartilagineo fino al terzo mese di gestazione], malattie articolari infiammatorie pregresse.

Sintomi

- Dolore: meccanico, flogistico, da immobilità, da mobilizzazione attiva e/o passiva, da carico. Il dolore può avere localizzazione anche diversa dalla sede interessata dell'artrosi: per esempio nell'artrosi di ginocchio il dolore può essere localizzato anche all'inguine, alla parte anteriore della coscia, alla regione glutea
- Rigidità mattutina di breve durata
- Limitazione funzionale dovuta al dolore
- Crepitii
- Ingrossamento e deformità del profilo osseo

- Artrite: in alcune condizioni l'articolazione si può infiammare, con presenza di tumefazione e arrossamento nella sede interessata; in questo caso il quadro clinico può essere simile a quello delle malattie infiammatorie croniche articolari, ma gli indici di infiammazione [Ves, Pcr] non sono aumentati.

LA CURA: UNA SANO STILE DI VITA MA ESISTONO ANCHE MEDICINE E TERAPIE

Le possibili terapie contro l'artrosi

- Modificazione dello stile di vita [ridurre il peso corporeo, il fumo di sigaretta]
- Terapia fisica [esercizio fisico, cyclette]
- Kinesiterapia i idrokinesiterapia
- Terapia occupazionale [il medico può fornire utili consigli sulla postura e i movimenti da compiere per limitare il danno e i sintomi]
- Terapia condroprotettiva [con farmaci che agiscono sulla cartilagine articolare come la glucosamina solfato, condroitin solfato, diacereina]
- Terapia sintomatica: [analgesici: paracetamolo associato o meno a codeina. Fans + gastroprotettori, Cox 2 inibitori]
- Farmaci per uso topico [creme, gel, cerotti]
- Infiltrazioni locali di acido ialuronico
- Infiltrazioni di steroidi quando c'è artrite
- Terapia mio-fasciale per eliminare le contratture muscolari [utile nell'artrosi cervicale e lombare]
- Miorilassanti da assumere per via orale
- Bisfosfanti [farmaci che vengono usati per curare l'osteoporosi] tra cui clodronato per uso intramuscolare, che oltre ad avere un'azione importante sul dolore, è efficace anche nel ridurre la progressione del danno articolare
- Idrossiclorichina [usata con successo in alcune forme di osteoartrosi primitiva delle mani]
- Terapia chirurgica quando necessario [protesi d'anca, di ginocchio, ecc...]