

# MEDICINA

SALUTE, BENESSERE, RICERCA, BELLEZZA

## Magazine

12

ORTOPEDIA  
Lesioni  
Tendinee

34

ODONTOIATRIA  
Ricostruzioni  
Conservative

Ci prendiamo Cura del Futuro!

IL GASLINI DI GENOVA ARRIVA AL

**MARRELLI  
HOSPITAL**

# Patologie della Mano

## DALL'AMBULATORIO DEL MEDICO DI BASE AL PARERE DELLO SPECIALISTA

La mano è una struttura complessa e nello stesso tempo delicata, composta da 27 ossa, muscoli, tendini, legamenti, vasi e nervi. È così riccamente innervata e dotata di precisione e finezza nel movimento da occupare gran parte dell'area corticale del cervello sia dal punto di vista motorio che sensoriale (Fig.1).

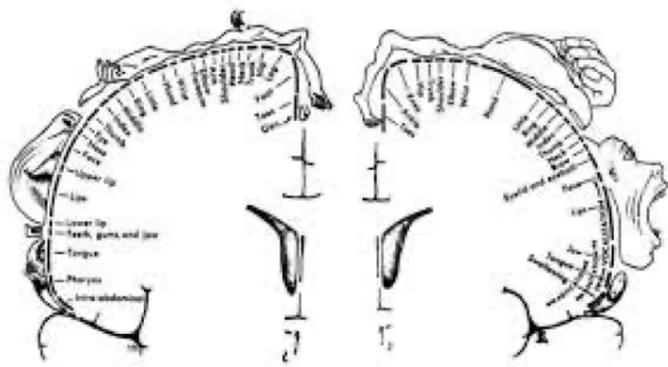


Fig 1 : Homunculus sensitivo (a sinistra) e motorio (a destra): rappresenta la mappa che riproduce lo schema dell'uomo a livello della corteccia corticale.

Insieme allo sviluppo del cervello la mano ha permesso all'uomo di distinguersi dai primati, lavorando la pietra per creare utensili ed evolversi in Homo sapiens. È inoltre la parte del corpo che usiamo di più anche quando non ce ne accorgiamo.

Se state leggendo questo articolo state utilizzando la vostra mano per tenere la rivista, sfogliare le pagine oppure se utilizzate un tablet o un telefono scorrere le pagine con le vostre dita.

Dal giornale al tablet anche i movimenti della nostra mano stanno cambiando: quante volte utilizzate l'articolazione del pollice per far scorrere le pagine o digitare qualche messaggio sul vostro telefono?! Fate una prova e contatele!

Consideriamo inoltre tutti quei lavori (e l'elenco è vastissimo) che utilizzano la mano in movimenti ripetitivi sovrasollecitando per tempi prolungati le strutture di dita, mano e polso.

Abbiamo capito dunque che la mano è esposta al rischio di essere usata impropriamente e se questo

succede in modo continuativo il primo segno avvertito è il dolore di natura infiammatoria.



**Cosa fare quindi?** Cerchiamo di limitare innanzitutto lo stimolo infiammatorio mettendo a riposo per quanto possibile la mano ed utilizzando l'antinfiammatorio naturale che tutti abbiamo a disposizione: il ghiaccio! Se il problema persiste è utile contattare il medico di base che vi consiglierà anche una terapia farmacologica. Il medico valuterà inoltre se è necessaria una valutazione specialistica.

**E lo specialista, che compito ha?** Innanzitutto fare una diagnosi precisa e per questo può avvalersi di alcuni esami. In genere quelli più utili nelle patologie della mano, soprattutto come primo approccio, sono



l'ecografia la radiografia e l'elettromiografia. Tac e risonanza sono esami di secondo livello utilizzati se ci sono quesiti specifici o casi particolarmente complessi. Lo specialista saprà inoltre integrare eventualmente le prescrizioni del vostro medico di base e indicarvi fisioterapia se necessario o proporvi un intervento chirurgico.

### **Quali sono quindi le patologie più frequenti?**

Per fare chiarezza le possiamo dividere a seconda delle principali strutture interessate: tendini, ossa, nervi.

I tendini più frequentemente colpiti dall'infiammazione sono i tendini flessori delle dita e i tendini abduzione lungo ed estensore breve del pollice. I primi sintomi accusati sono la difficoltà e il dolore a fare movimenti di flessione estensione del dito che a volte fa uno scatto mentre si raddrizza oppure abbiamo difficoltà a svitare una bottiglia o tenere in braccio il nostro bambino. Ecco la diagnosi: nel primo caso dito a scatto e nel secondo morbo di Dequervain.

**E se abbiamo difficoltà a mantenere una penna in mano e sentiamo addormentate le dita?** In questo caso sono i nervi a soffrire, compressi dai tessuti sovrastanti che nel tempo si sono ispessiti. A seconda del nervo interessato parliamo di sindrome del tunnel carpale, in cui viene compresso il nervo mediano, o sindrome del canale di Guyon, in cui viene compresso il nervo ulnare.

Le ossa infine subiscono gli stessi processi di danneggiamento della cartilagine che sono più noti a livello di anca e ginocchio. La più frequente artrosi della mano si chiama rizoartrosi e colpisce l'articolazione tra trapezio e primo metacarpo, determinando anche un'alterazione del profilo articolare.

Esiste un'altra struttura nella mano che può dare origine a una patologia invalidante: si tratta dell'aponeurosi

palmare, un tessuto fibroso localizzato al palmo della mano che con il tempo e con le sollecitazioni di cui parlavamo prima si può ispessire formando dapprima noduli e poi cordoni che tendono a retrarre il dito fino a chiuderlo completamente sul palmo: si tratta della malattia di Dupuytren.

Ho elencato solo parte delle patologie della mano, le più frequenti, e ho volontariamente tralasciato tutta la patologia traumatica che occupa un capitolo a parte. Se vi siete riconosciuti in qualche sintomo non esitate a rivolgervi al medico di base e aspettate ad eseguire degli esami che spesso sono inutili. La diagnosi di queste malattie è prevalentemente clinica e gli esami strumentali servono per avere la certezza diagnostica o per stadiare la malattia, magari prima dell'intervento chirurgico.

### **Ma quando è il momento di operare?**

Alla domanda non c'è ovviamente una risposta univoca per tutti i casi. In generale però si può dire che il primo approccio terapeutico è conservativo ovvero ci si prende uno spazio di tempo che varia in base all'epoca di esordio dei sintomi e alla loro gravità, in cui si associano terapie antinfiammatorie e riposo funzionale, magari con l'utilizzo di tutori. Se tutto questo non è sufficiente si valuta l'opzione chirurgica che nelle patologie sopra elencate ha lo scopo di liberare tendini e nervi dai tessuti che li sovrastano o li intrappolano, mentre nella patologia artrosica lo scopo è quello, con varie tecniche, di eliminare l'attrito tra le cartilagini.

**E dopo l'intervento?** Qualche consiglio pratico che non sostituisce le indicazioni del vostro specialista a cui vi dovete attenere scrupolosamente: la mano va mantenuta alta, soprattutto se avete un tutore o un gesso, perché le dita tenderanno a gonfiarsi e potrebbero determinare problemi di tipo vascolare o nervosi. Per contrastare il gonfiore tutte le dita che sono libere vanno mosse. Attenzione alla ferita, non bagnatela e non indossate guanti di lattice che rendono l'ambiente della ferita umido e favorevole alla proliferazione batterica. Anche se la ferita è piccola può infiammarsi, provocare dolore, infettarsi e richiedere specifiche terapie.



**Dott. ssa Patrizia Mantelli**  
**Chirurgo Ortopedico Marrelli Hospital**