

Medicina

Mi spieghi dottore

Origini lontane

A volte il dolore non prende avvio dall'articolazione

Tra le numerose cause che possono determinare dolore nella parte anteriore del ginocchio, ve ne sono alcune che nulla hanno a che fare con questa articolazione. È il caso, per esempio, della cruralgia. «La cruralgia è il dolore localizzato lungo il percorso del nervo crurale, di solito conseguenza della compressione di una delle radici di questo nervo a livello lombare. Nella maggior parte dei casi, si avverte dolore nella parte anteriore e interna della coscia.

Ma a volte, la sensazione può estendersi e raggiungere il ginocchio. Sintomi analoghi possono essere conseguenza anche dell'artrosi dell'anca. In questi casi, spesso basta indagare bene con il paziente per capire che non c'è un coinvolgimento diretto delle strutture del ginocchio. Anche le patologie meniscali possono dare, in alcuni casi, dolore anteriore così come la borsite prerotulea ed esiti della malattia di Osgood Schlatter» conclude D'Anchise.

Quando il **ginocchio** fa male «davanti»

Lo specialista

I motivi (e i rimedi) possono essere molti. È sempre necessaria una valutazione attenta



Roberto D'Anchise
Responsabile U.O. Chirurgia del Ginocchio, Istituto Ortopedico Galeazzi Irccs, Milano

Uno dei sintomi più spesso lamentati da chi ha problemi alle ginocchia è il dolore nella sua parte anteriore. Sarà colpa della rotula o di qualche tendine? «A volte è così, ma spesso il dolore anteriore può avere origine anche da altre anomalie, che possono essere individuate solo con un'attenta valutazione del paziente e della sua storia — spiega Roberto D'Anchise, responsabile dell'Unità Operativa di Chirurgia del Ginocchio, Istituto Ortopedico Galeazzi di Milano —. Quella del ginocchio è un'articolazione complessa che non ha un'intrinseca stabilità: le superfici articolari del femore (condili) si devono articolare con una superficie piatta (piatto tibiale). Non solo, il ginocchio deve essere in grado di flettersi e ruotare. Per rendere possibile tutto ciò, "madre natura" lo ha dotato di numerose strutture stabilizzanti: dai menischi ai legamenti, dalla rotula alla cartilagine, dai muscoli ai tendini. Basta che una piccola parte di questo ingranaggio non funzioni a dovere, per creare fastidi e dolori».

A che cosa può essere dovuto il dolore nella parte anteriore dell'articolazione?

«In questa parte del ginocchio si trova la rotula, un osso che si articola con la parte finale del femore attraverso una sorta di chiavella ossea: se, per vari motivi, lo scorrimento non è perfetto, la rotula tende a spostarsi, per lo più verso l'esterno, causando un dolore a livello di questa struttura osseo-cartilaginea o poco sotto. Tipico è il cosiddetto "segno del cinema": un aumento del dolore anteriore dopo aver mantenuto la posizione seduta per lungo tempo (come quando si sta seduti al cinema, in macchina o in treno per diverse ore di seguito). In questi casi si sente la necessità di estendere il ginocchio. Altra causa frequente di dolore anteriore, soprattutto negli sportivi, sono le tendinopatie del tendine rotuleo o di quello del quadricipite. In questi casi il dolore è localizzato a livello del tendine interessato o dell'inserzione sull'osso e si acutizza in seguito alle sollecitazioni. Negli adolescenti, poi, può capitare che questo dolore sia conseguenza dell'apofisite anteriore o malattia di Osgood Schlatter. Questa patologia causa un'infiammazione della tuberosità tibiale, il punto in cui il tendine rotuleo si inserisce sulla tibia».

Occorre qualche esame specifico?

«Risalire alla causa di un dolore nella parte anteriore del ginocchio può essere più complicato di quanto si pensi. Oltre a un'attenta valutazione clinica, di solito occorre prescrivere indagini di approfondimento diverse, a seconda dei sospetti. Per le tendinopatie può bastare l'ecografia e talvolta la risonanza magnetica. La radiografia serve per escludere problematiche ossee, mentre se si sospetta la sindrome femoro-rotulea o patologie meniscali occorre eseguire la risonanza magnetica. La Tac è indicata solo in rari casi».

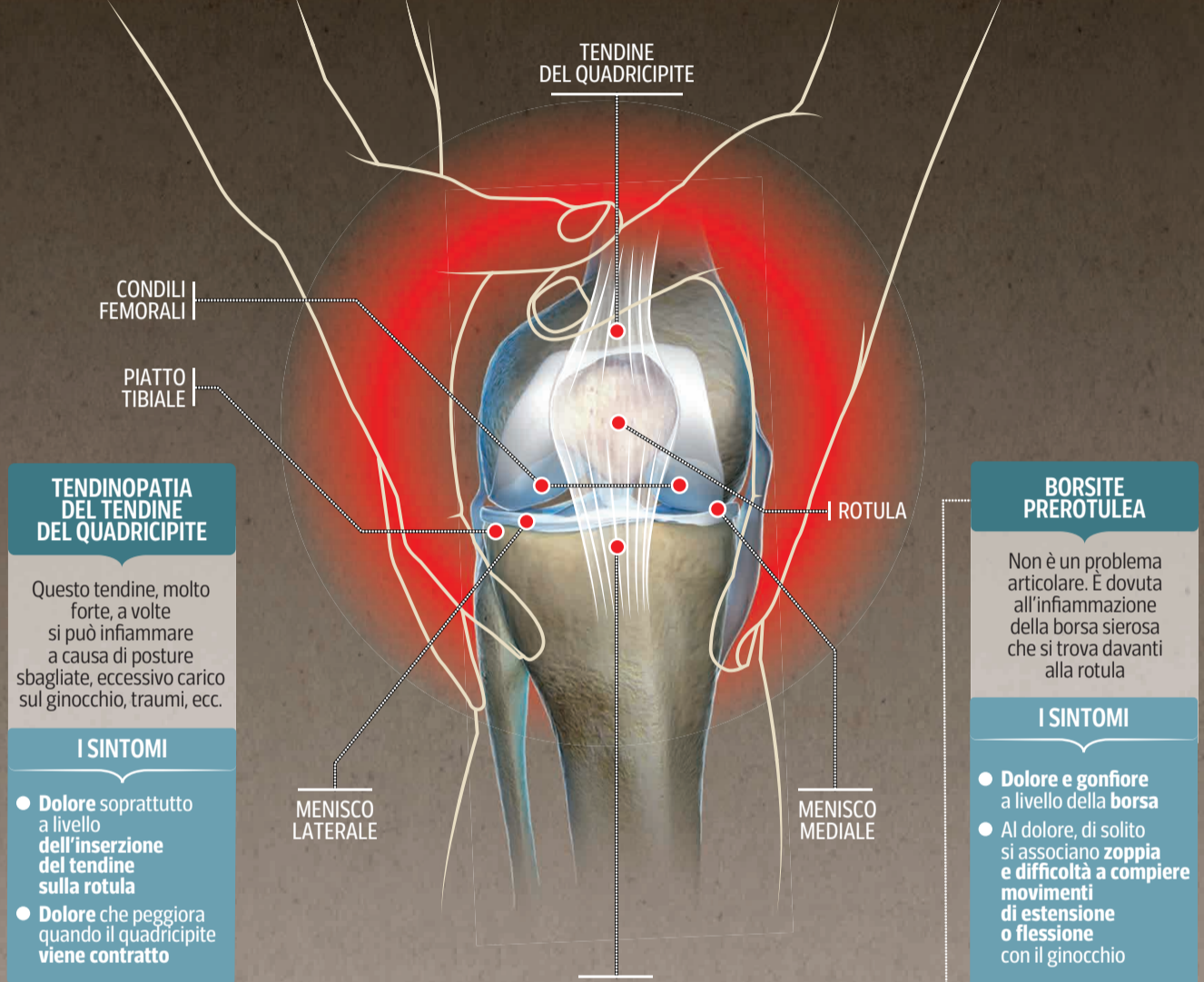
Che cosa si può fare per contrastare almeno il fastidio? È sempre necessario un intervento chirurgico?

«Durante la fase acuta, si consigliano sempre impacchi con il ghiaccio e l'eventuale ricorso a farmaci antidolorifici. Bisogna inoltre evitare gli sforzi. In particolare nel caso delle tendinopatie è importante astenersi dall'attività sportiva. Una volta individuata la causa si interviene in modo mirato. Quando possibile, si inizia sempre con un approccio conservativo (con terapie fisiche, riabilitazione, ecc.), a volte però può essere necessario intervenire chirurgicamente».

Antonella Sparvoli

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Il dolore nella parte anteriore del ginocchio è un sintomo comune. Le cause possono essere diverse e coinvolgere le strutture anteriori di questa complessa articolazione (rotula, tendine rotuleo, tendine del quadricipite, borse, ecc.), ma non solo



TENDINOPATIA DEL TENDINE DEL QUADRICIPITE

Questo tendine, molto forte, a volte si può infiammare a causa di posture sbagliate, eccessivo carico sul ginocchio, traumi, ecc.

I SINTOMI

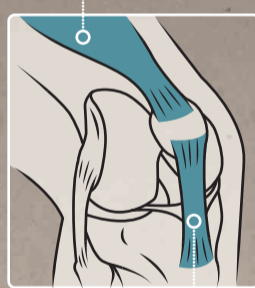
- Dolore soprattutto a livello dell'inserzione del tendine sulla rotula
- Dolore che peggiora quando il quadricipite viene contratto

BORSITE PREROTULEA

Non è un problema articolare. È dovuta all'infiammazione della borsa sierosa che si trova davanti alla rotula

I SINTOMI

- Dolore e gonfiore a livello della borsa
- Al dolore, di solito si associano zoppia e difficoltà a compiere movimenti di estensione o flessione con il ginocchio

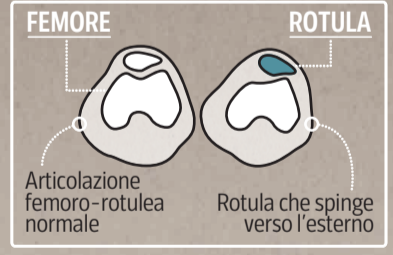


SINDROME FEMORO-ROTULEA

Ha origine dal difettoso scorrimento della rotula nella sua sede. A lungo andare, l'aumento dell'attrito tra femore e rotula può usurare la cartilagine che li ricopre (condropatia)

I SINTOMI

- Dolore a livello della rotula o poco al di sotto
- Dolore che peggiora se si sta a lungo seduti con le gambe flesse («segno del cinema») o quando si cammina in discesa



TENDINOPATIA DEL ROTULEO

I soggetti più a rischio di svilupparla sono gli sportivi che eseguono in modo intenso e ripetitivo, movimenti di corsa e salto («ginocchio del saltatore»)

I SINTOMI

- Dolore a livello del tendine rotuleo, in particolare nei punti in cui si attacca alla rotula o alla tibia

APOFISITE (MALATTIA DI OSGOOD-SCHLATTER)

Colpisce gli adolescenti in fase di sviluppo. È caratterizzata da una degenerazione della tuberosità tibiale (dove si inserisce il tendine rotuleo)

I SINTOMI

- Dolore elettivo nel punto in cui il tendine rotuleo si attacca alla tibia
- A volte gonfiore

ALTRE CAUSE

- **Patologie meniscali**, nelle quali, a volte, il dolore può essere anteriore
- **Cruralgia e artrosi dell'anca**, che possono causare dolore all'interno della coscia e nella sua parte anteriore fino al ginocchio
- **Sindrome di Hoffa**, in cui il dolore è conseguenza dell'infiammazione del cuscinetto adiposo interposto tra il tendine rotuleo e l'articolazione

LA DIAGNOSI

- Un dolore passeggero non deve preoccupare
- Per risalire alla possibile causa del dolore anteriore, occorre fare molta attenzione alla storia clinica e al decorso della malattia
- A seconda dei sospetti, si indirizza il paziente verso le indagini diagnostiche più adatte, come l'ecografia (tendinopatie, borsite), la risonanza magnetica (sindrome femoro-rotulea, tendinopatie, lesioni meniscali, ecc.) e la radiografia
- La Tac viene riservata a casi particolari

LE CURE

- In fase acuta si consiglia l'applicazione di ghiaccio e il ricorso ad antidolorifici al bisogno
- Il trattamento dipende dalla causa. Nel caso, per esempio, delle tendinopatie è molto importante il riposo dalle attività sportive, a cui si possono associare trattamenti fisici, come la tecarterapia e la laserterapia; riabilitazione; infiltrazioni e procedure chirurgiche
- Nel caso della sindrome femoro-rotulea si può intervenire in prima battuta con esercizi mirati di rinforzo della muscolatura. In questo modo spesso il dolore si risolve. In presenza di un notevole spostamento della rotula, può rendersi necessaria la stabilizzazione chirurgica

C I video di Corriere.it sull'ortopedia all'indirizzo <http://www.corriere.it/salute/video>