


 LASONIL
 ANTIDOLORE

 CONTRO INFIAMMAZIONE E DOLORE
 IBUPROFENE SALE DI LISINA **GEL 10%**

CORRIERE DELLA SERA / REUMATOLOGIA

CONTRO INFIAMMAZIONE E DOLORE

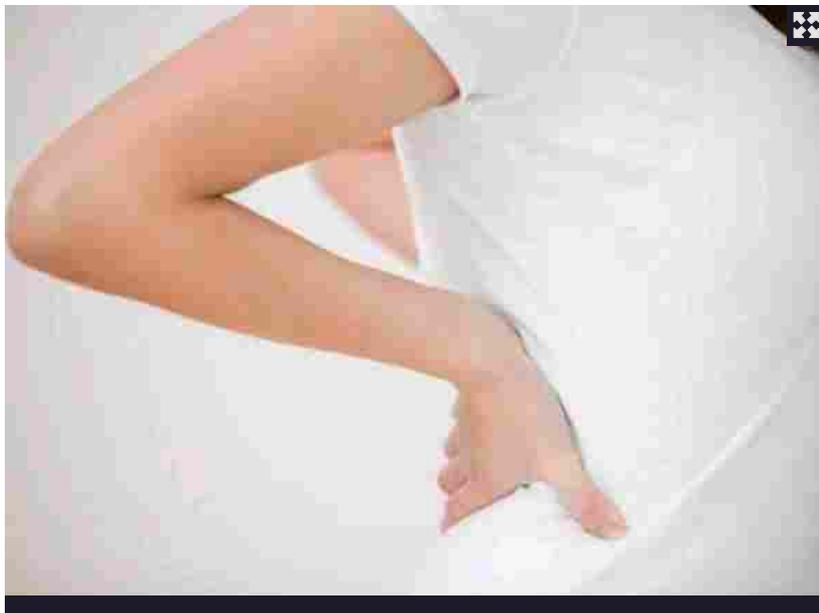


MEDICINA

Quando lo spazio in cui passa il midollo spinale si restringe: esercizi utili per la stenosi vertebrale

Ora uno studio dice che può essere curato bene anche senza operarsi. Stretching, flessione ed estensione della schiena devono essere personalizzati
 La laminectomia è l'intervento classico e la sua indicazione va valutata caso per caso

di Alice Vigna



Camminare diventa una sofferenza e per avere un po' di sollievo bisogna stare con il tronco leggermente piegato in avanti altrimenti il dolore, che parte dalla schiena e si irradia a tutte e due le gambe, diventa insostenibile. È la stenosi del canale vertebrale, un problema di cui si parla poco ma che riguarda moltissimi ultrasessantenni ed è una delle cause principali di intervento chirurgico dopo i 65 anni.

I trattamenti

Ora una revisione italiana degli studi sull'argomento dimostra che il bistruri

 CONTRO
 INFIAMMAZIONE
 E DOLORE

CORRIERE DELLA SERA

I RITRATTI



Nadia, Simona, Cristian: gli italiani morti a Dacca
'Cucinavo: poi quegli spari..'

di Arachi, Bardesono, Berbenni,
 Bruno, Fasano, Frequente,
 Frignani

Nomi e storie delle vittime. La nipote di una di loro: mia zia uccisa da bestie

BANGLADESH, IL MASSACRO NEL RISTORANTE DEGLI STRANIERI

Dacca, blitz delle forze speciali: 18 ostaggi liberati foto
Uccisi sei terroristi. Ansia per i sette italiani video

di Fabrizio Caccia, Lorenzo Cremonesi, Viviana Mazza



non è per forza meglio di trattamenti conservativi di riabilitazione: l'indagine, pubblicata di recente sulla Cochrane Library, sottolinea infatti che non ci sono differenze sostanziali di efficacia fra la chirurgia e gli esercizi per liberarsi dal malessere provocato dalla stenosi, che in pratica consiste nel restringimento del canale dove passa il midollo spinale e nella conseguente (dolorosa) compressione dei nervi.

«Tuttora non ci sono molte ricerche sul tema, inoltre gli interventi chirurgici in genere sono ben descritti mentre i protocolli dei trattamenti conservativi sono meno precisi - afferma Fabio Zaina fisiatra di **ISICO (Istituto Scientifico Italiano Colonna Vertebrale)** e autore dello studio -. Dai dati disponibili a oggi, tuttavia, si può affermare che non ci sia una netta superiorità della chirurgia per risolvere la stenosi. Dovremo capire meglio che cosa funziona di più perché la ricerca è ancora agli inizi, ma certo si tratta di un messaggio che può tranquillizzare i pazienti».

Terapia farmacologica

Non molti infatti vanno in sala operatoria volentieri e sapere che anche con farmaci, corsetti e soprattutto esercizi si possono ottenere buoni risultati è un sollievo.

«Per la terapia farmacologica si usano cicli brevi di cortisonici per via epidurale, ma pochi pazienti rispondono e non sempre bene: ciò che invece di sicuro funziona sono gli esercizi per migliorare l'elasticità della colonna - dice Zaina -. Il fisioterapista, dopo aver valutato le caratteristiche di ciascun caso, indica un piano personalizzato di attività con esercizi di stretching, flessione ed estensione della schiena che ognuno può fare da solo a casa propria. Una buona regolarità e l'impegno garantiscono ottimi risultati: la qualità della vita e l'autonomia migliorano, senza esporsi a effetti collaterali».

La laminectomia

La sicurezza dei programmi di esercizi è uno dei motivi che li rende la prima scelta, oltre all'efficacia analoga al bisturi appena dimostrata dai ricercatori di **ISICO**: con l'intervento chirurgico infatti sono possibili eventi avversi che interessano dal 10 al 24% dei casi e vanno dai danni neurologici alle infezioni, dalla necessità di ulteriori operazioni agli ematomi, fino a eventi molto rari come l'edema polmonare.

«L'intervento classico è la laminectomia, con cui si toglie una parte dell'arco posteriore della vertebra a livello della stenosi per decomprimere il midollo spinale - spiega Zaina -. In alcuni casi ciò comporta un'instabilità eccessiva delle vertebre, che quindi possono essere fuse per venire bloccate e stabilizzate durante l'intervento stesso o con un'operazione successiva. Alcune patologie cardiovascolari o l'osteoporosi, sono controindicazioni per la laminectomia; in tutti gli altri casi la scelta va condivisa valutando costi e benefici, perché la stenosi non è una malattia con conseguenze gravi ed è quindi necessario avviare al bisturi solo chi può trarne i massimi vantaggi coi minimi rischi. Sapere che anche con gli esercizi si possono avere validi risultati conferma come la chirurgia sia un'opzione quando i trattamenti conservativi hanno fallito».

3 luglio 2016 (modifica il 3 luglio 2016 | 13:41)
 © RIPRODUZIONE RISERVATA

DOPO AVER LETTO QUESTO ARTICOLO MI SENTO...



Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

Tre su cinque dei jihadisti apparsi nelle foto di propaganda dell'Isis sono stati riconosciuti da ex compagni di classe e amici. Erano scomparsi da casa da mesi. Il racconto di Gianni Boschetti, l'unico italiano che è salvato perché aveva ricevuto una telefonata e che nella strage ha perso la moglie: «Adesso mi sento in colpa»

I PRECEDENTI

Da Bruxelles a Tunisi fino a New York Gli italiani morti in attacchi terroristici

di Salvatore Frequento



Sono tanti gli italiani rimasti vittime di attentati di matrice jihadista. Quello in Dacca è il secondo attacco terroristico con il maggior numero di vittime civili italiane dopo l'11 settembre



IL COMMENTO

Se teniamo gli occhi chiusi sulla guerra santa (globale)

di Pierluigi Battista

Siamo costretti a ricordare che la guerra dei fanatici jihadisti non finisce mai



IL RETROSCENA DOPO DACCA

In una notte cambia la strategia per le alleanze

di Fiorenza Sarzanini e
Alessandro Trocino

Massima allerta per gli italiani all'estero e per gli obiettivi strategici anche nella Penisola



TERRORE IN BANGLADESH

Riti e simboli dei giovani terroristi pronti al martirio Le nuove strategie dell'Isis

di Guido Olimpio

La scenografia e la teatralità dello Stato Islamico non trascura nessun dettaglio



LA GRANDE DELUSIONE DEGLI AZZURRI

«Oggi è peggio di ieri» E Conte si commuove Le lacrime di Buffon

di Matteo Crucci

Addio del CT a Montpellier dopo la sconfitta contro la Germania e l'eliminazione

LA PARTITA CON LA GERMANIA