

Artrosi

La più diffusa quella che colpisce il ginocchio, è causa del 27% delle pensioni d'invalidità. E con l'invecchiamento della popolazione mondiale, questa patologia aumenta, è una vera emergenza.

L'allarme artrosi è stato lanciato dall'European Workshop for Rheumatology Research, e dalla Lega Italiana per la lotta alle malattie reumatiche.

Negli ultimi 10-15 anni si è scoperto che l'artrosi è una malattia legata ad alterazioni del metabolismo della cartilagine, L'artrosi può cominciare nientemeno che a 30 anni.

Ma la causa non è solo l'invecchiamento, ma anche altri fattori, come il diabete, che può provocare alterazioni nella struttura stessa dell'osso e della cartilagine; traumi e fratture che, se non vengono curate nel modo giusto, possono originare alterazioni a carico della struttura ossea; la formazione di cristalli: quando alcune sostanze come il pirofosfato di calcio o l'acido urico sono presenti in quantità eccessive nell'organismo, si aggregano e si depositano a livello delle articolazioni. Irritando così le strutture nervose e articolari.

Forme ereditarie di artrosi, nelle quali la struttura chimica del collagene risulta alterata.

Un insieme svariato di disturbi che, colpisce in media più le **donne**, soprattutto dopo i 55 anni, quando le modificazioni ormonali legate alla menopausa causano con grande probabilità alterazioni del metabolismo osseo e cartilagineo.

I problemi legati all'artrosi almeno in nove casi, i casi più gravi, dovrebbe essere indirizzato verso lo specialista di queste patologie: Lo specialista giusto è il reumatologo, e non l'ortopedico o il fisiatra.

Ricorre a un analgesico o un antinfiammatorio il risultato è solamente passeggero: il sintomo passa, la malattia **progredisce**. E qui sta la novità della glucosamina solfato.

Nei 106 pazienti a cui è stata somministrata la sostanza per tre anni si è registrata una riduzione del 24.3 % dei sintomi dolorosi (calcolati con un indice internazionale) contro l'aumento degli stessi lamentato da chi invece ha ricevuto un placebo. Nello stesso tempo l'amminozucchero si è dimostrato capace di limitare e il progredire della malattia: attraverso radiografie e risonanze magnetiche periodiche si è potuto calcolare la riduzione dello spazio articolare, la fessura fra le ossa dove risiede la cartilagine.

Alla fine dello studio il gruppo trattato con glucosamina non ha mostrato alcuna riduzione dello spazio articolare. contro gli 0.3 1 millimetri del gruppo di controllo.

La terapia dell'artrosi ha avuto finora solo lo scopo di ridurre il dolore. I pazienti possono curare i sintomi della malattia con farmaci antinfiammatori non steroidei (FANS), soprattutto quelli di nuova generazione, i cosiddetti anti-Cox-2 che non hanno gli stessi pesanti effetti collaterali sullo stomaco, assai gravi soprattutto sul lungo periodo, dei farmaci usati in precedenza. Nei casi di infiammazione acuta si può procedere con iniezioni intra-articolari di corticosteroidi, come il cortisone. Il trattamento però non può essere ripetuto troppo di frequente si rischia di provocare la distruzione indolore dell'articolazione.

Per non soffrire

NON RIMANE INATTIVO

Il movimento mantiene le articolazioni stabili ed elastiche a qualsiasi età, rafforza la muscolatura e protegge la cartilagine articolare.

Svolgere attività fisica (fisioterapia)

Senza strafare, l'attività fisica va eseguita in maniera graduale. No a sforzi fisici esagerati, si a nuoto e bicicletta, dove il peso del corpo non grava sulle grandi articolazioni.

Non ignorare il dolore.

La comparsa di questo sintomo dopo l'attività fisica è un campanello d'allarme da non sottovalutare. Le articolazioni soffrono dei rapidi cambiamenti di temperatura e, di conseguenza, si acutizza il dolore.