

Data: 30.04.2023 Pag.: 53
Size: 176 cm2 AVE: € 39600.00
Tiratura: 332423
Diffusione: 258991
Lettori: 1948000



Riabilitazione

Come effettuare fisioterapia a domicilio dopo un intervento di artroprotesi totale all'anca?

Ho 68 anni, soffro di grave coxartrosi e dovrò sottopormi a un intervento di artroprotesi totale all'anca. Dopo le dimissioni dovrò proseguire la fisioterapia, ma abito in un paesino in collina, non ho l'auto e ho molta difficoltà negli spostamenti. Che cosa posso fare?

La coxartrosi primaria è un processo degenerativo che colpisce l'articolazione coxo-femorale e si manifesta con dolore irradiato fino al ginocchio omolaterale. Si tratta di una delle forme di osteoartrosi più importanti, sia per la frequenza con cui si manifesta (7,7% della popolazione generale ultra-sessantacinquenne), sia per la grave invalidità che ne consegue.

Come tutte le forme di artrosi, anche quella dell'anca ha un'evoluzione cronica degenerativa che consuma le cartilagini che rivestono la testa del femore e l'acetabolo, la cavità ossea circolare dell'anca in



Luca Marin
Coordinatore
Area riabilitativa
Istituto di Cura
Città di Pavia
e Lab. Attività
Motoria Adattata,
Università di Pavia

cui è inserita la testa femorale. L'artroprotesi totale dell'anca è una delle procedure chirurgiche più efficaci e utilizzate per le persone con severa artrosi dell'anca; a un anno dall'operazione il 90% degli operati è soddisfatto.

Tuttavia i pazienti tendono a mantenere schemi di movimento scorretti, precedentemente adottati per sopperire all'ipostenia e al dolore causati dalla patologia. Per questo la fisioterapia deve iniziare precocemente, dalla prima giornata post intervento, e proseguire sino alla completa ripresa della funzionalità e dei corretti schemi motori, necessari per la deambulazione e lo svolgimento delle attività della vita quotidiana.

Per quanto la riguarda, supponendo che non vi siano fisioterapisti che possano venire direttamente a casa sua, sappia che esistono strumenti tecnologici che consentono di svolgere la fisioterapia a domici-

lio, mantenendo il fondamentale e insostituibile contatto con l'equipe che la seguirà nel suo percorso di cura.

Può informarsi sull'offerta di servizi di teleriabilitazione che, utilizzando una piattaforma web, consentono di collegarsi da casa con il fisioterapista e svolgere gli esercizi sotto la sua supervisione. In alternativa, può noleggiare uno dei sistemi dedicati che utilizzano sensori inerziali o la videocamera del suo pc/tablet/cellulare. Per esempio, indossando un piccolo sensore e utilizzando un tablet dedicato, sarà guidato nell'esecuzione degli esercizi programmati dal fisioterapista. Nel caso necessiti di svolgere sedute di elettrostimolazione dei muscoli ipotonici, esistono app che consentono al fisioterapista di programmare i parametri del trattamento e monitorare l'andamento delle sedute.