

Abstract

Rigidità della mano: prevenzione e trattamento

- pubblicato nel Gennaio-Febbraio 2005 nella rivista Ortho2000 - fascicolo n. 1

- autore/i Michela Ramella, Monica Seves

La maggior parte delle rigidità post-traumatiche e post-chirurgiche è causata da immobilizzazione scorretta o prolungata eccessivamente. Fare prevenzione significa rispondere tempestivamente alla caratteristica risposta fisiologica ai traumi, ovvero alla comparsa di dolore e edema.

Un buon programma riabilitativo inizia con la valutazione della rigidità e con le misurazioni goniometriche attive e passive; quindi, in accordo con le indicazioni del chirurgo della mano, viene stabilita e incomincia la riabilitazione, tappa che necessariamente richiede la collaborazione attiva del paziente. La riabilitazione comprende diversi protocolli quali: esercizi di mobilizzazione (attiva, attiva-assistita e passiva); *splinting*, ovvero uso di tutori statici progressivi o dinamici; terapie fisiche a effetto miorelassante (paraffinoterapia); terapie analgesiche (TENS); terapie facilitanti il reclutamento muscolotendineo (elettrostimolazioni); trattamento delle cicatrici cutanee.