

ARTROPROTESI E COVID-19

Suggerimenti utili per persone in attesa di intervento di artroprotesi o operate di recente.



#IORESTOACASA

Durante questo periodo della pandemia di Coronavirus molti interventi chirurgici elettivi, come le protesi d'anca e di ginocchio, sono stati rinviati. Ciò si è reso necessario per garantire risorse adeguate per l'assistenza ai pazienti affetti da COVID-19, continuando ad assicurare la chirurgia d'urgenza. Alla popolazione viene chiesto di restare in casa e di evitare di recarsi in ospedali e cliniche a meno che non si tratti di gravi emergenze.

Rinviare gli interventi è una misura a tutela della vostra salute: da un lato si riduce il rischio di contagio legato agli inevitabili spostamenti, dall'altro si evita che la maggiore vulnerabilità in fase di convalescenza possa favorire il contagio o rendere più complicata la malattia.

Nel frattempo, cosa potete fare per prendervi cura delle vostre articolazioni?

Che stiate aspettando di sottoporvi a un intervento di protesi d'anca o di ginocchio o che abbiate appena subito un intervento chirurgico e vi stiate riprendendo a casa, ci sono modi per migliorare lo stato di salute delle articolazioni anche da soli.

L'intervento è stato rimandato? Ecco cosa potete fare in attesa di riprogrammare l'intervento chirurgico:

- Utilizzate i farmaci secondo le indicazioni del vostro medico curante. Di solito si tratta di antinfiammatori o di antidolorifici da banco, ma assicuratevi di consultare il vostro medico di medicina generale prima di assumere qualsiasi nuovo farmaco
- L'applicazione di ghiaccio o calore su un'articolazione sofferente può aiutarvi a limitare il dolore. In genere nelle fasi infiammatorie acute (con gonfiore, arrossamento e calore) è utile il ghiaccio, mentre il caldo può dare sollievo in caso di dolore cronico non infiammatorio
- Gli esercizi di stretching e quelli a basso impatto possono aiutare a mantenere attivi articolazioni e muscoli. Sul sito internet della [Società Italiana di Ortopedia e Traumatologia \(SIOT\)](#) potete trovare alcuni video e opuscoli informativi sugli esercizi consigliati
- Perdere peso (o evitare di ingrassare). Ogni chilo di peso in meno riduce il carico sulle vostre anche e ginocchia di 4-5 chili!

Siete stati operati da poco e le visite di controllo sono state posticipate? Ecco cosa potete fare dopo l'intervento chirurgico:

- Assumete i farmaci prescritti come indicato nel foglio di dimissione
- Rispettate le indicazioni su riposo, applicazione del ghiaccio, mantenimento dell'arto in scarico e gestione della medicazione
- Continuate regolarmente a praticare gli esercizi che vi sono stati insegnati dal fisioterapista in ospedale/clinica

- Per la medicazione postoperatoria/rimozione dei punti verificate con il vostro chirurgo la modalità più sicura di effettuare il controllo della ferita chirurgica

Quando mettersi in contatto con il chirurgo

Anche se è meglio stare lontano da ospedali e cliniche in questo momento, a meno che non si sia gravemente malati, vi consigliamo di rimanere in contatto con il medico se si verificano i seguenti problemi correlati all'articolazione operata:

- Dolore non controllato dai farmaci prescritti
- Aumento significativo del gonfiore e/o del dolore
- Problemi con la ferita chirurgica (ad esempio secrezione persistente, sanguinamento, reazioni cutanee ecc.)
- Cadute o episodi traumatici

Verificate nella lettera di dimissione, oppure tramite il reparto o l'ambulatorio, quali opzioni sono previste per un contatto telefonico con il medico, eventualmente anche con una videochiamata o un'applicazione per smartphone o tablet se necessario.

Superare la pandemia

Durante questo periodo difficile, è importante ricordare che rimandare l'intervento chirurgico è a vantaggio della vostra salute e a beneficio dell'intera comunità; le risorse ospedaliere sono necessarie per trattare i pazienti affetti da COVID-19 e tutte le altre gravi emergenze ospedaliere che purtroppo non hanno smesso di verificarsi. Allo stesso tempo, non affollare gli ospedali in questo momento è fondamentale per prevenire ulteriori contagi e ritardare la diffusione del virus nella popolazione.

Il nostro sistema è resiliente: gli interventi chirurgici elettivi, gli appuntamenti di controllo e le visite specialistiche non urgenti riprenderanno non appena sarà possibile garantire sicurezza e risorse adeguate.

Grazie per la pazienza!

Per informazioni su COVID-19, visitate la pagina del sito ISS dedicata al [Nuovo Coronavirus](#) dove troverete raccomandazioni e dati aggiornati.

Questa guida è stata redatta da membri dei comitati scientifici RIAP e della SIOT, riadattando un documento dell'American Association of Hip and Knee Surgeons.