



## FRATTURA DELLA TIBIOTARSICA

- Diagnosi:** la Vostra diagnosi è: frattura della tibiotalarica
- Lesione:** Un trauma di tipo distorsivo, particolarmente violento, può provocare delle fratture a carico dei segmenti ossei che formano la caviglia. I sintomi sono immediatamente importanti e si accompagnano all'impossibilità di deambulare. Se le fratture, che interessano solitamente i malleoli, non sono molto spostate, viene confezionato un gambaletto di gesso o indossato un tutore rigido, che va tenuto per circa 35 giorni. Se invece i monconi di frattura si sono allontanati; l'intervento chirurgico è l'unica strada che può condurre ad una corretta consolidazione, e prevede l'uso di viti e piccole placche metalliche per tenere uniti i frammenti. Seguirà un periodo di immobilizzazione e di carico protetto con stampelle.
- Cause più comuni:** traumi.
- Trattamento:** A seconda dei risultati ottenuti, sarà l'ortopedico a consigliare il momento in cui iniziare la riabilitazione che, anche nei casi non operati, mira a risolvere i problemi legati all'uso prolungato del gesso. La tua caviglia avrà cambiato completamente il suo aspetto, sarà difficile riconoscere la forma dei malleoli e del polpaccio, sarà ricoperta da pelle dura, arrossata e secca, non riuscirai a muoverla e ti sentirai molto impacciato nella deambulazione. Noi crediamo molto nell'aiuto offerto dal lavoro in piscina, soprattutto nelle fasi iniziali, perché ha un buon effetto sulla circolazione venosa, e consente di riprendere senza difficoltà un corretto schema motorio, rinforzando la muscolatura ed evitando il dolore. Molto importanza riveste la terapia manuale effettuata dal rieducatore, completata da esercizi propriocettivi sulle tavolette instabili.
- I nostri obiettivi sono:
- ritorno alla deambulazione corretta ed all'attività lavorativa a 3 settimane dalla rimozione del gesso;
  - inizio della corsa sul tapis roulant a 2 mesi;
  - ritorno all'attività sportiva a 3 mesi dalla rimozione del gesso.