



Cervicobrachialgia e radicolopatia cervicale: non solo trattamento farmacologico e riposo!

Gentile studio Kinesis, la mia compagna a soli 30 anni è rimasta bloccata a letto per un dolore lancinante che va dalla scapola alla mano destra.

Il suo lavoro è l'igienista dentale e le è successo dopo un periodo di lavoro intenso. Al momento appena si mette in piedi il dolore diventa insopportabile. Al pronto soccorso hanno detto che si tratta di una radicolopatia cervicale e le hanno consigliato una cura di farmaci. Può aiutarla anche qualche altra terapia per velocizzare il recupero? Grazie.

(S.B.)

Gentile signor B., la ringrazio per la sua lettera che apre un bell'argomento. La radicolopatia cervicale è un disturbo che può dare sintomi di dolore molto forti tra collo e mano, con spasmo muscolare, perdita di funzionalità e della posizione eretta, spesso anche fissazione della colonna in una postura antalgica, oppure manifestarsi con formicolio insistente in una specifica parte dell'arto superiore associato a una debolezza muscolare.

La sintomatologia è simile a quella della sciatalgia, più conosciuta. In effetti si tratta in entrambi i casi di un disordine a carico della radice nervosa o dei

vasi sanguigni che la irrorano. I fattori scatenanti possono essere molteplici e tra essi rientra anche l'ernia discale, che tuttavia non sempre dà disturbi. In questi casi è utile prendere il toro per le corna da più parti:

- con i farmaci, di solito il medico prescrive antiinfiammatori e miorilassanti;
- con il riposo, necessario almeno finché il dolore non diventa sopportabile anche in piedi;
- con il collare morbido, da tenere solo al bisogno per facilitare la postura eretta e le attività di base;
- con la fisioterapia: si insegnano posture antalgiche da utilizzare a domicilio e si applicano manovre passive che hanno lo scopo di creare spazio per la radice nervosa, di ridurre l'infiammazione e lo spasmo muscolare e di stimolare la nutrizione del nervo. Viene in aiuto alla guarigione anche la Tecarterapia. Il controllo del dolore è il primo passo verso la guarigione, e potrà essere raggiunto nelle prime settimane. I sintomi si potranno protrarre comunque a lungo e per prevenire ricadute sarà importante lavorare sul recupero della completa mobilità e funzione, oltre che della postura corretta.

Il dolore e il tempo di guarigione all'inizio possono spaventare, ma si tratta di un disordine curabile e in cui il pieno recupero è possibile. L'importante è seguire il percorso terapeutico con fiducia e continuità, ed essere non solo "pazienti" ma anche attori della propria guarigione.

In ultimo è importante aprire una parentesi sulla chirurgia: il ricorso all'intervento è normalmente limitato a quei pazienti nei quali la perdita di forza, di sensibilità e di riflessi è rapida e importante. È comunque consigliabile aspettare almeno 3 mesi prima di ricorrere alla chirurgia, sottoponendosi a un trattamento fisioterapico mirato, che nella maggior parte dei casi ha successo. Questo discorso naturalmente vale anche per la sciatalgia.

La salute e la ringrazio per la sua lettera, sperando che le sia utile per una pronta guarigione.

Elena Baldin

SCRIVETEVI
*risponderemo con piacere
alle vostre domande.*