

## LE LESIONI ORTOPEDICHE

Vanno sotto il nome di *lesioni ortopediche* tutte quelle lesioni che interessano le ossa, le articolazioni ed i muscoli, sia separatamente che congiuntamente. Vediamo dunque, se pur in maniera sintetica, quali sono, come si manifestano e come comportarsi per il primo soccorso all'fortunato.

### LE FRATTURE

La frattura è la rottura di un osso in due o più parti dette *monconi*; è una conseguenza frequente di un evento traumatico (es.: una caduta, un incidente automobilistico...).

Il *trauma* può essere:

- *diretto*: l'osso si frattura nel punto stesso in cui è stato colpito;
- *indiretto*, l'osso si frattura lontano dalla zona d'urto (es.: una caduta sui calcagni può provocare la frattura di una vertebra lombare).

Tuttavia esistono anche fratture *spontanee* cioè non causate da un trauma apparente ma dalla fragilità delle ossa, dovuta alla loro decalcificazione, che avviene per *età avanzata* o per malattie come il *rachitismo*, o alla presenza di un *tumore* o di un *focolaio infettivo*.

In base allo *stato dei tessuti circostanti*, possiamo distinguere:

- **fratture chiuse**: il tessuto muscolare e la pelle, vicino alla frattura, sono integri;
- **fratture esposte**: i monconi dell'osso fratturato fuoriescono all'esterno o sono in comunicazione con l'esterno attraverso una ferita; c'è un forte rischio di infezione. In

base *alla posizione dei monconi ossei*, possiamo distinguere:

- **fratture senza spostamento (composte)**: quando i monconi dell'osso fratturato rimangono accostati e in asse;
- **fratture con spostamento (scomposte)**: quando i monconi si spostano tra loro, uscendo dall'allineamento; può apparire una deformità del segmento corporeo interessato.

In base alle radiografie, si possono ulteriormente rilevare alcune fratture particolari:

- **fratture incomplete** se l'osso non si è diviso in monconi;
- **fratture comminute** se l'osso si è fratturato in numerosi frammenti.

### Il riconoscimento delle fratture

Sospetteremo una frattura se l'fortunato:

1. prova un *dolore violento e ben localizzato*;
2. è incapace di muovere la parte lesa (*impotenza funzionale*);
3. presenta *tumefazione ed ecchimosi* sulla parte (questo segno non è immediato);
4. *non carica il peso del corpo* sulla parte lesa, qualora fosse un arto inferiore.

Capiremo, invece, con sicurezza che c'è una frattura se:

1. è *esposta* e vediamo i monconi ossei; .
2. notiamo una *deformazione dell'arto*;

3. sentiamo un *crepitio*, provocato dallo sfregamento dei monconi, quando l'infortunato si muove (cosa che bisogna comunque evitare).

Solo se fossimo costretti a trasportare l'infortunato (soprattutto se incosciente) dobbiamo considerare la possibilità che abbia anche fratture non evidenti ed effettuare una ricerca accurata osservando e tastando le varie parti del corpo per identificare i sospetti punti di frattura, che dovremo immobilizzare.

## LE LESIONI ARTICOLARI

Le lesioni articolari rappresentano gli incidenti che possono capitare alle articolazioni e che vedono interessati *legamenti, tendini, ossa e capsule articolari*.

Tipiche lesioni articolari sono:

1. le *distorsioni*;
2. le *lussazioni*;
3. *Le fratture di un osso in corrispondenza dell'articolazione.*

## LE DISTORSIONI

Sono lesioni dei *legamenti articolari* o delle *capsule* che circondano le articolazioni, dovute ad uno spostamento temporaneo dei capi ossei dell'articolazione a causa di un trauma indiretto o di un movimento anomalo.

I legamenti che tengono unita l'articolazione possono venire stirati o rotti, quindi la distorsione varia a seconda della gravità: può trattarsi di una semplice "storta" (cioè quando appoggiando male il piede si crea un'eccessiva sollecitazione dei legamenti della caviglia) o della più o meno grave compromissione dell'integrità dei legamenti articolari.

Si manifesta con un *dolore acuto* nella zona, *gonfiore* fino alla *perdita della possibilità di muovere l'articolazione*.

Si deve intervenire mantenendo a riposo la parte colpita e tenendola sollevata in modo da facilitare la circolazione del sangue. E' bene provvedere con applicazioni fredde in modo da evitare emorragie e gonfiori.

## LE LUSSAZIONI

Le lussazioni consistono in una separazione prolungata dei capi di un'articolazione, solitamente dovuta ad un trauma.

Il *dolore è acutissimo e continuo*, il *movimento dell'articolazione è bloccato* in quanto questa è deformata. Altri sintomi sono il gonfiore e l'intorpidimento della parte lesa.

Può essere difficile distinguere ad occhio nudo una lussazione da una frattura ed, in ogni caso, la presenza di una lussazione non esclude quella di una frattura vicina.

Nel dubbio dovremo trattare l'infortunato come se fosse fratturato:

- *non muoverlo*;
- *immobilizzare la parte lesa* nella posizione in cui l'abbiamo trovata o nella quale l'infortunato si è messo spontaneamente;

- *portarlo in ospedale;*
- *se ci sono formicolii o altri indizi di compressione di un nervo o di un vaso sanguigno, ricoverare l'infortunato con urgenza;*
- *non tentare di ridurre la lussazione.*

## LE LESIONI MUSCOLARI

Le lesioni muscolari si manifestano quando un muscolo è stato sollecitato in modo esagerato rispetto alle sue possibilità.

Secondo l'intensità e il tipo di sollecitazione il muscolo può essere *stirato, strappato* o produrre dei *crampi*.

### GLI STIRAMENTI

Sono dovuti alla lacerazione di alcune fibre muscolari e si manifestano con un *dolore acuto, continuato e localizzato* in un punto. Può comparire *un piccolo ematoma* e un eventuale nodulo riscontrabile al tatto.

Bisogna interrompere l'attività, per mettere l'arto a riposo ed eventualmente immobilizzarlo, e fare impacchi freddi sulla zona.

### GLI STRAPPI

Sono le lacerazioni di più fibre muscolari generalmente dovuta ad uno sforzo veloce e troppo intenso rispetto alle capacità di sopportazione del muscolo. Anche i tendini possono essere strappati, parzialmente o completamente, a causa di un eccessivo sforzo.

Gli strappi si manifestano con un *dolore, violento ed intensissimo* ed è visibile un *avvallamento* nella zona dovuto alla rottura delle fibre. Si produce un immediato *ematoma* e il *muscolo non riesce più ad agire*.

Si deve intervenire fasciando la zona, mettendola in condizioni di riposo, facendo impacchi freddi e non massaggiando. L'intervento di un medico è indispensabile.

### I CRAMPI

Sono contrazioni muscolari involontarie, improvvise e dolorose. Possono essere dovuti a:

1. *sforzi muscolari prolungati* (sono pericolosi se colpiscono una persona che sta nuotando perché possono farla annegare);
2. *perdita di sale e liquidi* dovuta a vomito, diarrea, sudore e colpo di calore.

Il muscolo risulta molto *rigido e dolente*.

Bisogna *intervenire allungando* lentamente e poi *massaggiando* la muscolatura cercando di rilasciarla, invitando la persona a respirare profondamente e a rilassarsi completamente.

E' necessario inoltre *interrompere l'attività*., anche se il crampo dovesse passare, in quanto un ulteriore crampo sarebbe molto più doloroso e difficile da attenuare.