



# Dr ALBERTO VASCELLARI

**MEDICO CHIRURGO**  
**SPECIALISTA IN ORTOPEDIA E TRAUMATOLOGIA**  
**MASTER IN CHIRURGIA ARTROSCOPICA**

**STUDIO DI FISIOTERAPIA KINE' - SAN VENDEMIANO - 0438 402492**  
**STUDIO DI FISIOTERAPIA KINE' - TREVISO - 0422 1840888**  
**CENTRO DI MEDICINA - TREVISO - VILLORBA - 0422 698111**  
**CENTRO DI MEDICINA - VITTORIO VENETO - 0438 59404**  
**CENTRO DI MEDICINA - ODERZO - 0422 207095**  
**CENTRO DI MEDICINA - CASTELFRANCO - 0423 723327**  
**CENTRO DI MEDICINA - MARCON - 041 5952433**  
**THE BOX SPORTING CLUB - MONTEBELLUNA - 0423 302522**  
**CLINICA MEDE- SACILE - 0434 1696708**

## TENOSINOVITE DI DE QUERVAIN

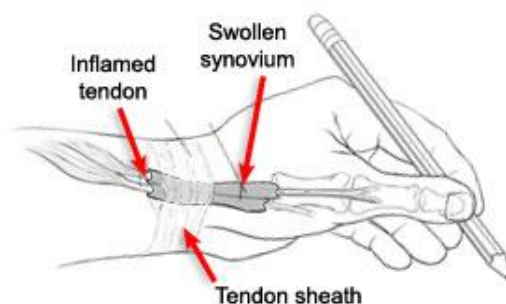
La tenosinovite di De Quervain si verifica quando i tendini intorno alla base del pollice sono irritati o compressi. La parola "tenosinovite" si riferisce ad un rigonfiamento dei tendini o della guaina tendinea (il tunnel all'interno del quale scorrono i tendini). Un'inflammazione dei tendini e della guaina tendinea, può causare dolore e gonfiore lungo il lato del polso verso il pollice. Ciò è particolarmente evidente quando si stringe il pugno, si afferra qualcosa, o quando si gira il polso.

### Anatomia

Due dei principali tendini al pollice passano attraverso un tunnel (o una serie di pulegge) situata sul lato del polso verso il pollice. I tendini sono strutture simili a corde che connettono il muscolo all'osso. I tendini sono coperti da uno strato di tessuti molli sottili e scivolosi, chiamati sinovia. Questo strato consente ai tendini di scorrere facilmente attraverso un tunnel fibroso chiamato guaina.

Qualsiasi gonfiore dei tendini e / o ispessimento della guaina, si traduce in una maggiore attrito e dolore con alcuni movimenti del pollice e del polso.

Tenosinovite di De Quervain del primo compartimento estensore.



### Cause

La tenosinovite di De Quervain può essere causata da un sovraccarico del polso. Inoltre può essere associata con la gravidanza o con le malattie reumatiche. E' più comune nelle donne di mezza età. Alcuni tipi di lavoro o di sport in cui è previsto l'utilizzo vigoroso e frequente del polso o l'utilizzo scorretto del mouse del computer possono favorire l'insorgenza di questa tendinite (*mal di mouse*).

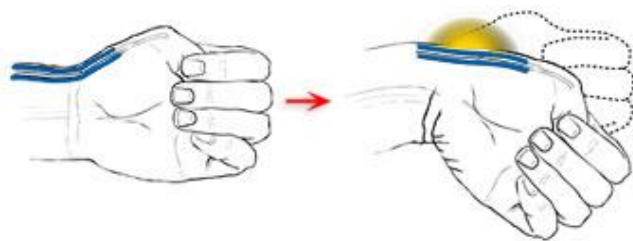
## Sintomi

I sintomi più comuni della tenosinovite di De Quervain sono:

- Dolore localizzato sopra il lato del polso verso il pollice. Questo è il sintomo principale. Il dolore può comparire gradualmente o improvvisamente. Il dolore si fa sentire nel polso e può irradiarsi fino all'avambraccio. Di solito il dolore è più forte quando si utilizzano la mano e il pollice. Ciò è particolarmente vero quando si afferrano con forza oggetti o si torce il polso .
- Si può osservare gonfiore sul lato del polso verso il pollice. Questo gonfiore può essere causato anche da una cisti piena di liquido in questa regione.
- Una sensazione di "cattura" o di "aggancio" può essere avvertita quando si sposta il pollice.
- Il dolore e il gonfiore possono rendere difficoltosi i movimenti del pollice e del polso.

## Valutazione del medico

Per determinare se sei affetto da tenosinovite di De Quervain, il tuo medico potrà chiederti di eseguire il test di Finkelstein ponendo il pollice contro la tua mano, facendo un pugno con le dita chiuse sopra il pollice, e poi piegando il polso verso il mignolo.



© American Academy of Orthopaedic Surgeons

Test di Finkelstein. La freccia indica la localizzazione del dolore quando il test è positivo.

Se sei affetto da tenosinovite di De Quervain, questo test è molto doloroso, causando dolore sul lato del polso verso il pollice.

## Trattamento

L'obiettivo del trattamento della tenosinovite di De Quervain è quello di alleviare il dolore causato dall'irritazione e dal gonfiore.

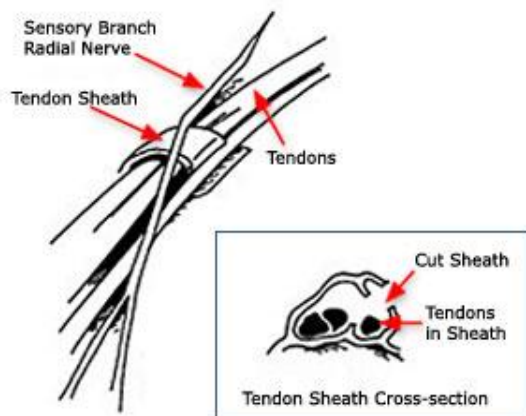
### Trattamento non chirurgico

- **Tutori.** I tutori possono essere utili per immobilizzare e tenere a riposo il pollice ed il polso e consentire la guarigione del processo infiammatorio dei tendini.
- **Farmaci anti-infiammatori (FANS).** Questi farmaci possono contribuire a ridurre il gonfiore e alleviare il dolore.
- **Evitare le attività che causano dolore e gonfiore.** Sospendere le attività che causano dolore può consentire ai sintomi di andare via da soli .
- **Corticosteroidi.** L'iniezione di corticosteroidi nella guaina del tendine può contribuire a ridurre il gonfiore e il dolore.

### Trattamento chirurgico

La chirurgia può essere consigliata se i sintomi sono gravi o se non migliorano dopo un congruo periodo di tempo di trattamento non chirurgico. Lo scopo dell'intervento è quello di aprire la guaina tendinea del pollice (copertura) per creare più spazio per i tendini infiammati.

Nella maggior parte dei casi, l'intervento viene eseguito ambulatorialmente in anestesia locale.



© American Academy of Orthopaedic Surgeons

L'intervento consiste nell'aprire la guaina sopra i tendini infiammati.

**Recupero.** Subito dopo l'intervento chirurgico, ti verrà raccomandato di sollevare spesso la mano sopra il cuore e di muovere le dita. Questo aiuterà a ridurre il gonfiore e a prevenire la rigidità.

Dopo l'intervento chirurgico potrai aspettarti un pò di dolore, gonfiore o rigidità. È possibile che ti venga consigliato di indossare un tutore al polso per un massimo di 2 settimane. Potrai usare normalmente la mano, avendo cura di evitare le attività che causano un disagio.

Guidare, lavarsi, e sollevare o prendere pesi leggeri può essere autorizzato subito dopo l'intervento chirurgico. Il tuo medico stabilirà quando dovresti tornare al lavoro e se dovrebbe esserci qualche restrizione sulle tua attività lavorative.

**Complicazioni.** I rischi più comuni di un intervento chirurgico per la sindrome del tunnel carpale includono:

- Sanguinamento
- Infezioni
- Recidiva o non guarigione

Indipendentemente dal trattamento, di solito si può riprendere un utilizzo normale della mano quando il conforto e la forza sono tornati. Il tuo chirurgo ortopedico potrà consigliarti il trattamento migliore per la tua situazione.

Ultimo aggiornamento: Gennaio 2016

Fonte: <http://orthoinfo.aaos.org>

Questo sito web contiene articoli informativi il cui unico scopo è favorire la conoscenza nel pubblico interesse. Questo articolo è liberamente ispirato al sito web dell'American Academy of Orthopaedic Surgeons e in alcun modo deve essere utilizzato per curare o curarsi o per sostituirsi al parere dei Medici. Le immagini pubblicate sono a bassa risoluzione e/o degradate nel rispetto della legge italiana che regola i diritti d'autore (633/1941 comma 1 art.70: "è consentita la libera pubblicazione attraverso la rete internet, a titolo gratuito, di immagini a bassa risoluzione o degradate, per uso didattico o scientifico e solo nel caso in cui tale utilizzo non sia a scopo di lucro") e della direttiva europea IPRED2.

Argomenti: [mano](#), [De Quervain](#)