

# Osteoartrosi: un problema globale

## OA È UNA DELLE PRINCIPALI CAUSE DI DISABILITÀ

# 520 MILIONI



## DI PERSONE NEL MONDO SOFFRONO DI OSTEOARTRITE (OA)



# 60%

dei casi di OA è riferibile ad OA del ginocchio

In uno studio globale tra 291 condizioni patologiche, OA di anca e ginocchio si è classificata al

# 11°

posto tra i principali responsabili di disabilità

Nel 2017, al mondo

# 9.6

milioni di anni sono stati vissuti con disabilità causata da OA



Dal 1990 al 2019 globalmente il numero di persone colpite da OA è aumentato del

# 48%



### Cos'è l'osteoartrosi?

L'OA è la condizione patologica articolare più comune. Può interessare qualsiasi articolazione, più comunemente le ginocchia, le anche e le mani.

L'OA è una malattia. Può iniziare con una lieve o importante lesione all'articolazione. All'inizio del processo della malattia, il corpo umano ha le risorse per riparare questi cambiamenti.

Con il progredire della malattia, il sistema di riparazione del corpo umano non riesce a tenere il passo ed i tessuti articolari iniziano a danneggiarsi, conducendo a una riduzione della cartilagine, a rimodellamento osseo, noduli ossei ed infiammazione articolare.

Nonostante questi cambiamenti, l'articolazione può ancora funzionare normalmente, senza alcun dolore o rigidità.



### OA è caratterizzato da:

- dolore
- menomazioni funzionali
- debolezza muscolare
- rigidità articolare
- ridotta qualità della vita correlata alla salute

### Quali sono le cause dell'OA?

La causa esatta dell'OA non è ancora chiara. I fattori che aumentano il rischio di OA includono:

- sovrappeso o obesità
- precedente storia di lesioni articolari, di chirurgia articolare e/o di uso eccessivo dell'articolazione stessa
- genetica (ad esempio: storia familiare di OA)

### L'OA può essere diagnosticata clinicamente senza ulteriori indagini se una persona:

- ha 45 anni o più\* e
- ha dolori articolari legati all'attività e
- non presenta rigidità articolare mattutina o rigidità mattutina che non duri più di 30 minuti

\* L'OA può essere diagnosticata anche nelle persone di età inferiore ai 45 anni, comunemente dopo una lesione articolare traumatica



### In che modo la fisioterapia può aiutare nell'OA?

L'esercizio fisico è il trattamento principale per l'OA. Oltre ad aiutarti nella scelta dei migliori esercizi, i fisioterapisti forniscono consigli, insegnandoti ad alleviare il dolore e come gestire l'OA. Possono insegnarti come migliorare i movimenti dell'articolazione e la deambulazione, così come rinforzare i tuoi muscoli.

Nel caso in cui avessi bisogno di chirurgia protesica, è probabile che tu possa vederla un fisioterapista sia prima che dopo l'operazione di sostituzione articolare. Il fisioterapista ti aiuterà a prepararti per ottenere il massimo beneficio dall'intervento chirurgico e ti aiuterà a recuperare nel miglior modo possibile dopo l'intervento chirurgico.



World  
Physiotherapy

[www.world.physio/wptday](http://www.world.physio/wptday)



World  
PT Day  
2022

8 SEPTEMBER