

ROTTURA DEL TENDINE D'ACHILLE

Dr. Federico Morelli

IL TENDINE D'ACHILLE

Il tendine d'Achille è un grosso e robusto tendine che connette il tricipite della sura (o più comunemente polpaccio) al calcagno permettendoci l'elevazione sulle punte dei piedi, di correre e di saltare.



La contrazione del tricipite si trasmette al piede tramite il tendine d'Achille consentendo l'elevazione sulla punta del piede e la deambulazione

LA MALATTIA

Per **rottura sottocutanea** (di qualsiasi tendine) si intende la lesione di un tendine senza interruzione del mantello cutaneo (a differenza quindi delle lesioni da taglio). Il tendine d'Achille è uno dei tendini che più frequentemente va incontro ad una rottura sottocutanea e la causa è sempre su base degenerativa (**TENDINOSI**). Infatti, sebbene questa lesione avvenga come evento improvviso, non preceduto da alcun sintomo, e solitamente durante uno sforzo apparentemente modesto, in realtà non rappresenta altro che **l'evento finale di un processo degenerativo cronico del tendine** su base multifattoriale (microtraumatica, calcificazioni, malattie dismetaboliche, alcuni antibiotici, ecc.) che **ne riduce sensibilmente la resistenza meccanica**.



I SINTOMI

Il quadro clinico è dominato da:

- **dolore improvviso** (spesso di media entità);
- **impotenza funzionale** pressoché completa (dovuta all'interruzione della connessione tra il



- tricipite ed il piede);
- **tumefazione locale**;
- **ecchimosi** causata dallo stravasamento ematico prodotto dalla lesione delle fibre tendinee.

LA DIAGNOSI

La diagnosi di rottura sottocutanea del tendine d'Achille si basa su:

- la descrizione del paziente (**anamnesi**) del meccanismo traumatico e le sue sensazioni;
- la **visita specialistica** è spesso sufficiente in quanto, il più delle volte, l'esecuzione di alcuni test specifici e la semplice palpazione del tendine sono in grado di rivelarne la sua interruzione;
- talvolta può essere necessario ricorrere ad alcuni **esami strumentali** quali l'ecografia e, raramente, la risonanza magnetica.

LA TERAPIA

Il trattamento di una lesione sottocutanea del tendine d'Achille può essere:

- **conservativo**, riservato ai rari casi di lesioni parziali;
- **chirurgico**, consigliato nelle lesioni complete, consiste nella **sutura** dei due monconi del tendine per ripristinarne la lunghezza originale. Bisogna tuttavia notare che spesso il tessuto tendineo appare degenerato (motivo stesso della sua rottura) e pertanto può risultare necessario asportarne una parte. Dopo l'intervento chirurgico viene applicato un **tutore** che deve essere mantenuto per 6 settimane: **il carico sull'arto operato non viene normalmente concesso prima di 3 settimane.**

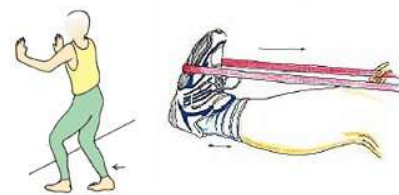


LA RIABILITAZIONE

Di fondamentale importanza, per il **recupero di un'ottimale funzionalità**, è la fase di riabilitazione che comprende:

- progressivi esercizi di stretching;
- ginnastica per il rinforzo muscolare;
- massoterapia;
- elettrostimolazioni, ecc.

Progressivamente, nell'arco dei successivi 1-2 mesi, si potrà ritornare alle normali attività quotidiane ed allo sport potendo tuttavia residuare un certo grado di ipotrofia muscolare del tricipite della sura anche per lungo tempo.



Esercizi di stretching del tricipite della sura

Gentile Sig./Sig.ra,

il presente opuscolo ha lo scopo di fornirLe informazioni utili per la corretta comprensione di questa patologia.

E' importante tuttavia che tenga a mente che tali informazioni rivestono carattere generale e **non possono essere utilizzate per fini medici da personale non abilitato alla professione medica e chirurgica.**

In presenza di sintomi o disturbi correlabili a questa patologia od in caso di dubbi non esiti a contattare il Dr. Morelli o il Suo Medico di medicina generale.

