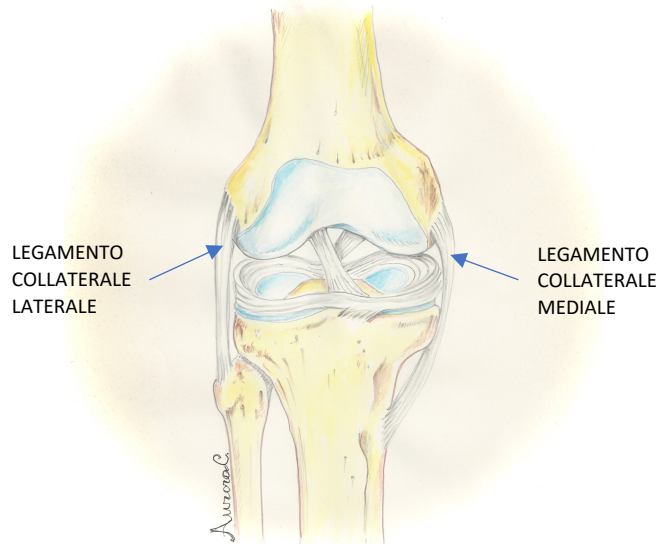


LESIONE DEI LEGAMENTI COLLATERALI DEL GINOCCHIO

Dr. Gaetano Maci
Chirurgo Ortopedico

I legamenti collaterali: legamento collaterale mediale (LCM) ed il legamento collaterale laterale (LCL) sono fondamentali per stabilizzare il ginocchio in varo/valgo. Gli atleti che praticano sport ad alta richiesta funzionale come il calcio, il basket, il rugby.. sono più predisposti a questo tipo di rottura. In caso di rottura completa, può essere necessario (a seconda dell'età, della richiesta funzionale e della clinica..) doversi sottoporre ad intervento chirurgico per recuperare la piena funzionalità del ginocchio.



CAUSA

Il LCM ed il LCL possono essere lacerati più frequentemente:

- Nei traumi distorsivi
- Nei traumi diretti

Il LCM spesso viene lesionato a seguito di un colpo diretto all'esterno del ginocchio mentre il LCL a seguito di un colpo diretto all'interno del ginocchio

SINTOMI

In seguito a rottura dei Legamenti Collaterali, i sintomi principali sono:

- Dolore ai lati del ginocchio
- Gonfiore
- Instabilità

VALUTAZIONE MEDICA

Durante la prima visita il medico parlerà con il paziente cercando di ricostruire l'accaduto e la storia clinica.

Durante l'esame obiettivo (esame fisico completo del ginocchio), verranno controllate tutte le strutture del ginocchio con test specifici per la stabilità (confrontando con il ginocchio controlaterale).

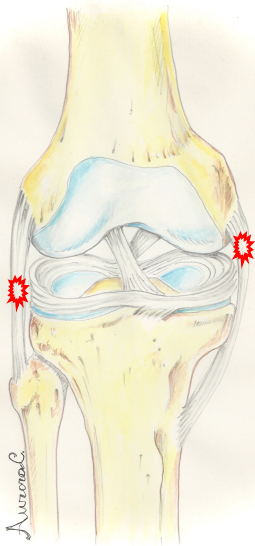
Altri test che possono aiutare il medico a confermare il sospetto clinico sono le indagini strumentali:

- Radiografie (RX) : mostrano l'anatomia scheletrica un eventuale coinvolgimento osseo nel trauma.
- Risonanza Magnetica (MRI): esame fondamentale per lo studio dei tessuti molli con visualizzazione chiara della rottura.

LESIONE DEI LEGAMENTI COLLATERALI DEL GINOCCHIO

TRATTAMENTO

Le lesioni dei legamenti collaterali (soprattutto se isolate o non complete) raramente richiedono un'intervento chirurgico. Nel caso in cui siano interessate altre strutture (LCA, LCP, menischi, cartilagine) si può procedere a ricostruzione chirurgica in 1 o più steps.



- **Trattamento non chirurgico:** Prevede essenzialmente:
 - Protocollo RICE.
 - Scarico completo o carico parziale con stampelle e l'ausilio di un tutore (ginocchiera armata) per il primo mese.
 - Fisioterapia: rinforzo del tono-trofismo muscolare degli arti inferiori per stabilizzare il ginocchio.
- **Trattamento chirurgico:** RICOSTRUZIONE DEL LCM/LCL



RIABILITAZIONE

➤ [VAI ALLA SEZIONE VIDEO PER LA SPIEGAZIONE DELLE FASI RIABILITATIVE](#)

La **Riabilitazione** è fondamentale per una ripresa della funzionalità del ginocchio.

Prevede 3 step fondamentali:

- Riduzione dell'infiammazione + recupero del movimento
- Rinforzo muscolare + rieducazione propriocettiva
- Ritorno all'attività sportiva (personalizzata per ogni paziente) eventualmente con ginocchiera articolata.