

FRACTURA DE TURMELL



La fractura del turmell es produeix, principalment, per accidents amb torsió del turmell, lesions durant l'esport o activitats d'oci, molt sovint al córrer i al saltar. En la fractura del turmell es produeix un trencament de la forquilla que connecta amb la cama, la part alta de l'articulació del turmell. És més comú el trencament del turmell superior que l'inferior.

El diagnòstic de la fractura de turmell mitjançant l'ús de radiografies, tomografies computades o magnètiques, per detectar lesions de lligaments i tendons.

Depenent del grau de la fractura del turmell i la seva localització, el tractament pot ser amb un enguixat o una operació amb cargols de fixació. Amb el tractament professional de les fractures del turmell i el seguiment en forma de gimnàs rehabilitadora, es pot aconseguir la curació. El pronòstic també depèn del grau de les lesions. En la majoria dels casos, després de la fractura del turmell es restaura plenament la funció del turmell trencat.

Donat que la majoria dels esports condueixen a fractures de turmell, es aconsella la protecció del turmell quan es practica exercici físic. Per això, es adequat utilitzar calçat apropiat que protegeixi la zona del turmell. A més a més, es pot reduir el risc de trencament del turmell mitjançant l'entrenament de la coordinació i reflexos, i reduint el sobrepès.

Com definir una fractura de turmell:

Una fractura de turmell és un trencament de la forquilla formada per l'interior i l'exterior del turmell de la cama (turmell superior). A la fractura del turmell la majoria de les vegades se l'ha d'afegir el trencament del

peroné, es a dir, el mal·lèol lateral.

El trencament de turmell a la zona del mal·lèol extern, segons la classificació de Weber, es divideixen en tres tipus:

- **Fractura de tipus A.**
- **Fractura de tipus B.**
- **Fractura de tipus C.**

En el trencament de turmell pot haver diverses combinacions entre lesions de turmell intern i extern i els lligaments. Aquí, el teixit connectiu entre la tibia i el peroné desenvolupa un paper decisiu ja que l'anomenada sindesmosi forma una articulació falsa que el teixit conjuntiu s'estén de forma plana, unint ambdós ossos i estabilitzant el turmell.

Lesió de sindesmosi

Si després d'una fractura de turmell hi ha lesió de sindesmosi, l'articulació del turmell cedeix i es separa. Pot trobar-se de vegades una lesió o trencament de sindesmosi en la fractura del mal·lèol lateral del tipus Weber B, i sempre en una fractura de tipus C.

La conseqüència de la lesió de sindesmosi és un dany greu del cartílag a les zones d'impacte que forma un mal (degeneratiu) de l'articulació (artrosi).

Fractura A:

Un trencament de turmell per sota de la sindesmosi és, per definició un trencament de tipus A. La sindesmosi no es lesiona en aquest trencament de turmell en el peroné, i la forquilla del conjunt del turmell és estable. En aquest cas, un tractament no quirúrgic amb guix sol ser suficient per resoldre el trencament de l'articulació del turmell.

Fractura B:

Un trencament del turmell de la sindesmosi és de tipus B. La sindesmosi està molt sovint lesionada en el peroné i ja no té garantida l'estabilitat de la forquilla del conjunt del turmell. El tractament del trencament del turmell tipus B se sol efectuar amb cirurgia.

Fractura C:

Si el trencament del turmell està per sobre de la sindesmosi, hi ha una fractura de tipus C. Aquí s'esquinça la sindesmosi a més a més del trencament de turmell en el peroné (trencament de la sindesmosi). En la majoria d'aquest casos és necessari el tractament quirúrgic.

Altres fractures:

En les fractures de turmell sol trencar-se el mal·leol exterior, o sigui, el peroné. A més a més d'aquests tipus de fractures que hem dividit en A, B i C poden presentar-se altres lesions i fractures. Si en un trencament de turmell hi ha una combinació de trencaments de turmell extern i intern, es denomina **fractura bi mal·leolar** del turmell. Si a més a més de la fractura del turmell s'esquinça el costat posterior de la tibia, es tracta de l'anomenada **fractura tri mal·leolar** del turmell. En la fractura del turmell sovint es lesionen també la càpsula i els lligaments del turmell, el que provoca un sobre estirament i un esquinçament dels lligaments.