

SINOVITIS DE TURMELL



La sinovitis de turmell és una inflamació de l'articulació del turmell per traumatismes o per alguna reacció de la membrana de la sinovial capsular. En la gran majoria de les vegades el tractament amb repòs millora molt el dolor.

La càpsula i la membrana sinovial que rodeja el turmell s'inflamen i generen líquid articular.

Aquest líquid articular és el causant del vessament de l'articulació del turmell, molt freqüent en la sinovitis del turmell.

Què causa una sinovitis de turmell?

La principal causa de la sinovitis de turmell és un traumatisme en l'articulació del turmell. En ocasions aquest traumatisme pot ser important i arriba a lesionar els lligaments del turmell, el que es coneix com esquinç de turmell, encara que en moltes ocasions el traumatisme és mínim o es produeix el que es coneix com múltiples petits traumatismes que són capaços d'irritar l'articulació del turmell.

En altres ocasions, la existència de lesions en el turmell, com pinçaments del turmell o lesions condrials (cartílag) del astràgal són la causa de la sinovitis del turmell.

Símptomes de la sinovitis del turmell:

Són la inflamació de la zona davantera del turmell, dolor al moure el turmell i amb el suport de l'extremitat.

Els primers dies el pacient sent un intens dolor al caminar el que limita les seves activitats habituals.

Progressivament aquest dolor va millorant i s'aconsegueix la mobilitat del turmell.

Diagnòstic de la sinovitis del turmell:

El diagnòstic s'estableix principalment mitjançant l'exploració clínica del turmell, s'evidencia un inflor del turmell i un dolor a la mobilitat.

S'ha de descartar una fractura de turmell o esquinç lligamentós .

Es recomana realitzar una Ressonància Magnètica de turmell per valorar el vessament articular i la presència de lesions associades en el turmell, com el pinçament anterior del turmell, lesió condral de turmell o fractures d'estrès.

Tractament de la sinovitis del turmell:

El tractament de la sinovitis del turmell és principalment conservador. Es recomana durant la primera setmana el repòs de l'extremitat, la immobilització amb una turmellera o una bota tipo "walker", l'aplicació de gel i el tractament amb analgèsics.

El dolor acostuma a millorar en els primers 4 o 5 dies, baixant la inflor de l'articulació i el dolor al moure el turmell i carregar el pes.

S'aconsella deixar la turmellera uns 15 dies fins que els símptomes es resolguin totalment.

En cas de persistència de dolor en l'articulació s'aconsella realitzar una infiltració en l'articulació amb antiinflamatoris i anestèsia. Els casos més crònics de sinovitis de turmell s'associen a una fibrosi de l'articulació i acostumen a precisar una artroscòpia de turmell.