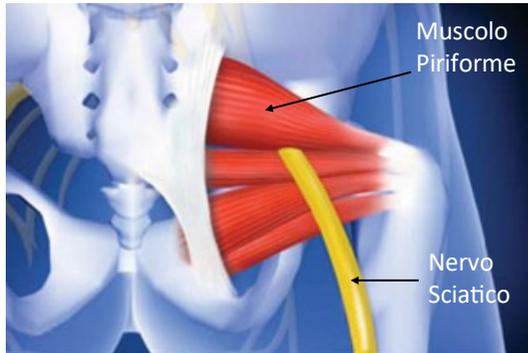


Questa condizione è caratterizzata dall'irritazione del nervo sciatico, un voluminoso nervo che si dirama dalla colonna vertebrale lombare e passando attraverso la muscolatura glutea si distribuisce agli arti inferiori. Un'irritazione del nervo sciatico può provocare un'irradiazione del dolore o un intorpidimento dal gluteo fino alla gamba.



CAUSE

La sindrome del piriforme è causata da un'alterazione anatomica e/o traumatica del muscolo piriforme, o da un suo eccessivo uso, con conseguente riduzione dello spazio in cui decorre il nervo sciatico, che viene quindi compresso e irritato.



SINTOMI

- Sensazione di formicolio;
- Dolore a livello dell'anca;
- Intorpidimento dei glutei.

In alcuni casi il dolore è avvertito solo a livello del gluteo, ma talvolta può irradiarsi fino alla gamba e al piede.



TRATTAMENTO

Le opzioni di trattamento:

- Stretching;
- Terapia fisica;
- Infiltrazioni di corticosteroidi.

In casi resistenti alla terapia conservativa può essere necessario l'intervento chirurgico di release del muscolo piriforme.

ESERCIZI CONSIGLIATI A PAZIENTI AFFETTI DA SINDROME DEL PIRIFORME

STRETCHING DEL PIRIFORME

Sdraiarsi a terra in posizione supina con le ginocchia piegate. Piegarne l'anca con ginocchio flesso a 90° appoggiando la caviglia sul ginocchio controlaterale. Avvicinare la gamba controlaterale al torace, aiutandosi con una salvietta. Mantenere la posizione per 20 secondi e poi eseguirlo con l'altro arto. Ripetere 3 volte per ciascuna gamba.



Sindrome del piriforme

Prof. Guido Zarattini
Medico Chirurgo
Specialista in Ortopedia e Traumatologia
Università degli Studi di Brescia
Direttore di U.O.C
di Ortopedia e Traumatologia
Presidio di Manerbio (BS)
ASST del Garda (BS)
Tel. 0309929773

