

**I**l polso è l'articolazione che permette al pilota di poter guidare ed è per questo che risulta essere estremamente importante, anzi fondamentale. Spesso però questa articolazione viene a essere limitata da una patologia che si chiama "Sindrome del Tunnel Carpale". Questa malattia nasce qualora il nervo mediano che si


estende dall'avambraccio alla mano è sottoposto continuamente a pressione o schiacciamento all'interno del polso. Il nervo mediano controlla le sensazioni motorie delle prime tre dita della mano e di alcuni piccoli muscoli che permettono i movimenti di presa e opposizione. Dal punto di vista anatomico il canale carpale è un passaggio stretto e rigido costituito dal legamento trasverso e dalle ossa alla base della mano che ospita il nervo mediano e i tendini flessori delle

sono importanti e devono essere precoci per evitare danni permanenti al nervo mediano. Un esame clinico in mani "esperte" permette di trarre diagnosi che comunque dovranno essere confermate da uno studio elettromiografico. I trattamenti possono essere chirurgici e non chirurgici: questi ultimi prevedono l'uso di farmaci quali integratori per il nervo, cortisonici locali e per via generale, e l'uso di tutori da portare alcune ore al giorno. Fra i trattamenti chirurgici le tecniche tendono tutte a decomprimere il canale sia con intervento classico tramite un'incisione di pochi centimetri del palmo per sezionare il legamento trasverso e decomprimere il nervo

# La sindrome del tunnel carpale

estende dall'avambraccio alla mano è sottoposto continuamente a pressione o schiacciamento all'interno del polso. Il nervo mediano controlla le sensazioni motorie delle prime tre dita della mano e di alcuni piccoli muscoli che permettono i movimenti di presa e opposizione. Dal punto di vista anatomico il canale carpale è un passaggio stretto e rigido costituito dal legamento trasverso e dalle ossa alla base della mano che ospita il nervo mediano e i tendini flessori delle

librio che esiste dentro l'articolazione del polso fra tutte le componenti anatomiche a danno del nervo mediano. I sintomi di solito si manifestano gradualmente con frequenti bruciori, formicolii che il pilota avverte a fine gara e sensazioni di addormentamento delle dita della mano, in particolare pollice, indice, medio e parte dell'anulare. Quando i sintomi peggiorano diventano sempre più frequenti sino a costringere il pilota a pochi giri in pista. La diagnosi e le cure

mediano; altre tecniche usate sono strumenti endoscopici che con piccole incisioni permettono ugualmente la decompressione del mediano. Studi rilevanti a carattere scientifico hanno dimostrato comunque che i risultati tra le varie metodiche chirurgiche sono sovrapponibili ma migliori dei trattamenti farmacologici. La riabilitazione prevede un periodo di riposo di due settimane per poi gradualmente riprendere il ritorno in pista. 

**Dott. Massimo Massarella**  
Chirurgia Mano-Polso  
Casa di cura "Villa Stuart" di Roma

