



I CONSIGLI DEL MEDICO TERMALE

a cura del dott.
Massimo Gesto

Fangoterapia e Balneoterapia contro l'artrosi

Quali sono le malattie reumatiche che traggono giovamento dalle cure termali?

L'artrosi, una malattia degenerativa delle articolazioni, di particolare impatto nella popolazione anziana, e i cosiddetti reumatismi extra-articolari, quali periartriti, tendiniti croniche, fibromialgia. Le metodiche termali applicate sono quelle della Fangoterapia e Balneoterapia, possibilmente associate.

Come agisce la fangobalneoterapia?

Ha un'azione analgesica, antinfiammatoria e un effetto di rilassamento muscolare con risoluzione delle contratture. Questo la rende particolarmente indicata nel trattamento delle patologie sopra elencate. Gli effetti terapeutici a breve termine sono la riduzione della sintomatologia dolorosa, la diminuzione della rigidità mattutina e una migliore mobilità articolare, mentre a medio termine, nei mesi successivi, è in grado di ridurre il numero e l'intensità delle riacutizzazioni, con conseguente

minore ricorso agli antinfiammatori e analgesici. Un ulteriore integrazione con trattamenti riabilitativi come i massaggi e ginnastica posturale potenzia l'efficacia della cura. I migliori risultati, secondo gli studi, si raggiungono dopo 3 anni consecutivi di cicli annuali.

Come fare per usufruire di terapie termali per le malattie osteo-articolari?

La cura termale completa di 12 giorni è prescrivibile a carico del Servizio Sanitario Nazionale una volta l'anno. L'opzione terapeutica termale va necessariamente valutata ed inquadrata dallo specialista (fisiatra, ortopedico) o dal medico di base, che conosce la storia clinica,

a cui invito sempre a rivolgersi per la conferma dell'indicazione. Una volta giunti alle Terme con la ricetta del medico di famiglia, è necessaria la visita dello specialista Idrologo ai fini della prescrizione della metodica applicata nei tempi e nelle modalità previste dal protocollo, adeguandola al contesto fisiopatologico ed alla sensibilità del paziente.

