



## GOTTA AL GINOCCHIO

- Diagnosi:** La Vostra diagnosi è Malattia gottosa del ginocchio.
- Lesione:** La gotta è una malattia dismetabolica che determina un aumento dell'acido urico nel sangue, con il successivo deposito di cristalli di acido urico nei tessuti periarticolari. L'accumulo dei depositi provoca a sua volta infiammazioni molto dolorose a livello articolare e può evolversi in forme di artrite cronica deformante. Inoltre i depositi possono anche formarsi nei reni, causando calcolosi renale, oppure nel tessuto sottocutaneo con la formazione di noduli (tofi). Le coliche renali provocate dalla calcolosi possono anche presentarsi senza precedenti sintomi a livello articolare.
- Sintomi:** L'attacco acuto di gotta può risolversi spontaneamente, ma generalmente dura da 7 a 10 giorni. Può interessare diverse articolazioni tra cui il ginocchio. L'articolazione diventa dolorante, rossa e gonfia.
- Trattamento:** In genere in fase acuta si interviene con una terapia farmacologica evitando l'assunzione di farmaci che potrebbero aggravare la patologia (diuretici, aspirina, acido nicotinico) e di alcolici; il paziente dovrà inoltre riposare a letto. Per quanto riguarda la patologia cronica, si interviene generalmente in caso di iperuricemia (livello superiore a 13 mg/100cc nell'uomo e a 10 mg/100 cc nella donna), di uricosuria (acido urico presente nelle urine in quantità superiore a 1.100 mg/die), di frequenti attacchi acuti, di noduli, di artropatia gottosa, di calcolosi renale o di danno renale. In questi casi, la terapia dovrà quasi sempre essere seguita per tutta la vita e si baserà sullo stato del singolo paziente. Un tempo si attribuiva particolare importanza alla dieta, ma oggi la terapia farmacologica ha assunto un'importanza decisiva. È comunque buona norma seguire una dieta con un contenuto normale di proteine, senza eccedere negli zuccheri e limitando al massimo il consumo di alcol. In particolare, l'alcol e l'obesità sono fattori che aumentano la secrezione di acido urico e ne diminuiscono.
- Recupero:** In caso di attacco acuto l'esordio è drammatico, con dolori lancinanti nelle primissime ore del mattino, cioè quando è maggiore la stasi ematica. Il semplice peso delle coperte può risultare insopportabile. Abbiamo iperemia, tumefazione ed aumento locale della temperatura ed anche febbre. In genere la crisi si interrompe dopo qualche settimana ma può ripresentarsi e divenire sempre più frequente. Al fine di prevenire l'insorgenza della gotta, può essere necessario seguire una dieta appropriata:
- Evitare gli alimenti con un elevato tenore di basi puriniche (animelle e frattaglie, carni e pesci grassi, salumi, crostacei);
  - Limitare l'apporto proteico ad un grammo al giorno, per chilo di peso corporeo ideale;
  - Drastica riduzione dei grassi da condimento;
  - Bere abbondantemente al fine di assicurare una buona diuresi;
  - Limitare i diuretici, che, aumentando l'escrezione di urati, possono favorire la nefrolitiasi.