



Driving musculoskeletal  
health for Europe

## Modello di Cura (MdC) per le persone affette da Artrosi

Translation into:	Italian
Completed by:	Annamaria Iuliano
Email:	annamariaiuliano@hotmail.it
MdC 1	Le persone che presentano sintomi riconducibili ad Artrosi dovrebbero avere accesso a una figura sanitaria professionale competente per una conferma della diagnosi.
MdC 2	Le persone che presentano sintomi riconducibili ad Artrosi dovrebbero essere valutate al momento della diagnosi e in occasione di significativo peggioramento per quel che concerne: <ul style="list-style-type: none"><li>- dolore</li><li>- funzionalità</li><li>- attività fisica</li><li>- BMI</li><li>- capacità di svolgere le loro attività e il loro lavoro.</li></ul>
MdC 3	Le persone affette da Artrosi dovrebbero ricevere un piano di trattamento con un obiettivo condiviso e programmato con chi le ha in cura.
MdC 4	Le persone affette da Artrosi dovrebbero avere accesso a differenti figure sanitarie, come ad esempio terapisti occupazionali e fisioterapisti, qualora fosse necessario controllare la sintomatologia, nonché per svolgere le attività quotidiane e per partecipare alla vita sociale nel miglior modo possibile.
MdC 5	Le persone affette da Artrosi dovrebbero raggiungere un controllo ottimale del dolore mediante trattamenti farmacologici e non farmacologici.



MdC 6	Le persone affette da Artrosi dovrebbero raggiungere un controllo ottimale della funzionalità mediante trattamenti farmacologici e non farmacologici.
MdC 7	Le persone affette da Artrosi che ricevono terapia con FANS o aspirina dovrebbero essere valutate per i rischi di sanguinamento gastro-intestinale, cardio-vascolare e renale.
MdC 8	Le persone affette da Artrosi dovrebbero ricevere informazioni commisurate alle loro necessità da operatori sanitari entro 3 mesi dalla diagnosi per quel che concerne: <ul style="list-style-type: none"><li>- la loro malattia e tutti gli aspetti del vivere e gestire la loro Artrosi, in una forma scritta e in un formato specificamente impostato per ogni individuo, tempestivamente adattato alle sue esigenze</li><li>- i benefici degli esercizi e dell'attività fisica; dovrebbero altresì essere educate ad eseguire gli esercizi in modo appropriato</li><li>- presidi, dispositivi e quanto necessario per adattarsi all'ambiente in cui vivono</li><li>- principi di ergonomia e metodi basati sull'esercizio per migliorare la funzionalità nella vita quotidiana e la partecipazione alla vita sociale</li><li>- l'importanza di un peso corporeo ideale</li><li>- il ruolo degli analgesici e i loro potenziali benefici e rischi</li><li>- uno stile di vita salutare (ad esempio, l'interruzione dell'uso di tutti i tipi di tabacco, l'uso moderato di alcool, l'attività fisica, la dieta sana, l'eventuale gestione dei disturbi del sonno)</li><li>- la prevenzione di incidenti e lesioni</li><li>- il supporto di gruppi e associazioni dei pazienti</li><li>- la tempistica di un eventuale ricorso alla chirurgia</li><li>- ulteriori opzioni di trattamento relative alla convivenza con l'Artrosi e alla sua gestione, da valutare di volta in volta nel singolo caso.</li></ul>
MdC 9	Se necessario, le persone affette da Artrosi dovrebbero ricevere informazioni sulla riduzione del peso corporeo.
MdC 10	Per le persone affette da Artrosi che non rispondono alla terapia farmacologica nè a quella non farmacologica, puo'



Driving musculoskeletal  
health for Europe

essere presa in considerazione la possibilità di un intervento chirurgico. In tal caso, la consulenza ortopedica dovrebbe avvenire in tempi ragionevoli.

### Poniti alcune domande sulla tua Artrosi...

1	La mia Artrosi è stata diagnosticata da un medico?
2	Vengo rivalutato/a regolarmente in base ai miei sintomi e alla mia funzionalità nella vita quotidiana?
3	Ho un obiettivo di trattamento e un piano terapeutico per il raggiungimento dell'obiettivo?
4	Ho l'opportunità di ricevere, se necessario, supporto da operatori sanitari come, ad esempio, il reumatologo, il dietologo, il medico di medicina generale, l'infermiere, il terapista occupazionale, il fisioterapista, lo psicologo e l'assistente sociale?
5	So come controllare il dolore causato dall'Artrosi?
6	So come ottimizzare la mia funzionalità fisica nonostante sia affetto/a da Artrosi?



Driving musculoskeletal  
health for Europe

7	Sono stato/a valutato/a per i potenziali rischi associati alla mia terapia?
8	Comprendo la mia malattia e il mio ruolo nella sua gestione? Ho ricevuto informazioni e/o sono stato/a istruito/a sulle differenti forme della mia malattia? Sono stato/a informato/a su come convivere con la mia Artrosi e su come gestirla? Sono stato/a informato/a su uno stile di vita sano? Sono stato/a informato/a sugli esercizi indicati per la mia forma di Artrosi? Sono stato/a informato/a sui farmaci per alleviare il dolore, sui loro benefici e rischi potenziali? So quali benefici posso avere dal mio programma di esercizi? Sono stato/a informato/a, consigliato/a ed, eventualmente, aiutato/a ad esercitarmi con presidi, strumenti e principi ergonomici, per migliorare la funzionalità nella vita quotidiana e per partecipare alla vita sociale?
9	Se la mia BMI è maggiore di 27, sono stato/a informato/a sull'importanza della riduzione del peso corporeo?
10	Sono stato/a informato/a su quando prendere in considerazione il trattamento chirurgico, su ciò che comporta, sui suoi rischi e benefici?