



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">- dolore- funzionalità- attività fisica- BMI- capacità di svolgere le loro attività e il loro lavoro.
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">- 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- i benefici degli esercizi e dell'attività fisica; dovrebbero altresì essere educate ad eseguire gli esercizi in modo appropriato- presidi, dispositivi e quanto necessario per adattarsi all'ambiente in cui vivono- principi di ergonomia e metodi basati sull'esercizio per migliorare la funzionalità nella vita quotidiana e la partecipazione alla vita sociale- l'importanza di un peso corporeo ideale- il ruolo degli analgesici e i loro potenziali benefici e rischi- 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)- la prevenzione di incidenti e lesioni- il supporto di gruppi e associazioni dei pazienti- la tempistica di un eventuale ricorso alla chirurgia- ulteriori opzioni di trattamento relative alla convivenza con l'Artrosi e alla sua gestione, da valutare di volta in volta nel singolo caso.
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 terapeuta 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?