



DR. FILIPPO MARIA RANALDI

Ortopedia & Traumatologia

Dott. Filippo Maria Ranaldi

Medico Chirurgo - Specialista in Ortopedia e Traumatologia

Dirigente Medico ASL ROMA 5 – P.O. Colferro-Palestrina

Medico Sociale Frosinone Calcio

Studio Medico MAGNA GRECIA – Via Magna Grecia, 65 – Roma

Centro Polispecialistico ADITERM – Via Casilina Km 77.600 – Ferentino (FR)

PROTOCOLLO TERAPEUTICO PER EDEMA DELLA SPONGIOSA OSSEA

Terapia medica:

- Astensione dal carico per almeno 7-10 gg (solo se presente un interessamento dell'arto inferiore);
- Riposo da attività sportiva in carico fino a scomparsa dei sintomi;
- Crioterapia locale per 30 minuti per 3 volte al giorno, per 5/7 giorni;
- Nerixia 1fl/die i.m. per 8 gg;
- NODIGAP capsule molli 10.000 UI 1cp/sett;
- Magnetoterapia con CEMP per 8h/die consecutive e la notte per almeno 45 gg S.C.;

Terapia riabilitativa:

- Ciclo di onde d'urto focali su trigger point (5 sedute, 1/settimana);
- Se il paziente lo gradisce, può nuotare durante il periodo di riabilitazione e astensione dall'attività sportiva;
- Esercizi di rinforzo muscolare in isometria e progressivamente a chinesi completa da quando sarà consentito recupero del carico;
- Rivalutazione clinica dopo 45 gg.