La cisti della mano: Cos’è? Come poterla riconoscere e diagnosticare

Categoria : RUBRICA MEDICA
Pubblicato da Dott. Gianni Fusco in 22/5/2019

Una cisti della mano: Cos’è? Come poterla riconoscere e diagnosticare e quali sono le terapie indicate per risolverla?

Le cisti sono neoformazioni cave contenenti liquido sinoviale ovvero piccoli “sacchetti” in cui si raccoglie il liquido presente nelle articolazioni o nelle guaine di tendini. Spesso, infatti, la cisti rappresenta il risultato del persistente accumulo di un’eccessiva quantità di liquido nell’articolazione o nella guaina tendinea, dovuta a fenomeni di tipo infiammatorio. L’aumento di pressione che ne deriva “sfianca” la parete dell’articolazione che estroflettendosi, forma così la parete della cisti. Il contenuto è un fluido denso e viscoso simile a quello che lubrifica le articolazioni.

Nella mano possiamo riconoscere diversi tipi di cisti: quelle tendinee che originano vicino ad un tendine e che prendono origine dalla sua guaina, quelle articolari note anche con il nome di gangli artrogeni o igromi. Le cisti del polso sono le neoformazioni benigne più comuni del corpo umano; si possono presentare in diverse posizioni ma più frequentemente si localizzano sul dorso in corrispondenza dell’articolazione tra avambraccio e mano. Considerato che al loro interno posseggono del liquido sinoviale la consistenza è morbida, densa o gelatinosa. Tuttavia quando presente da molto tempo tende ad assumere una consistenza più tesa. Queste cisti sono piene di liquido e possono crescere rapidamente oppure scomparire per diverso tempo e poi ripresentarsi ancora magari cambiando forma.

Le cisti possono svilupparsi anche nelle altre articolazioni della mano sia sul dorso che sul palmo, così come nelle articolazioni delle dita, come conseguenza del fenomeno artrosico.

Meno frequenti ma da non dimenticare sono le cisti ossee: nella maggioranza dei casi la diagnosi delle stesse avviene tramite una radiografia poiché non si rendono visibili dall’esterno. In taluni casi, quando molto grosse, possono portare alla deformazione dell’osso che può palesarsi esternamente come un rigonfiamento visibile.

Quali sono le cause? Perché si forma una cisti della mano?

Non è chiaro il meccanismo che da origine alla cisti, queste sono più frequenti in età compresa fra i 15 e i 40 anni e il sesso femminile sembra essere più colpito. Sono maggiormente riscontrate in giovani sportivi o lavoratori che utilizzano molto le articolazioni del polso e della mano o in pazienti con una storia passata di traumi alle articolazioni e/o ai tendini. Le cisti che si sviluppano a livello delle dita (cisti mucose) sono tipicamente associate ad artrite e artrosi delle articolazioni e si verificano più frequentemente nelle donne di età compresa fra i 40 e i 70 anni.

Come riconoscere una cisti?

Le cisti sono spesso asintomatiche e quindi possono essere riconosciute solo visivamente, per un rigonfiamento talvolta di pochi millimetri. In generale per la diagnosi è sufficiente effettuare un esame obiettivo e un’anamnesi.

Andrà analizzata la storia clinica e la sintomatologia, così come la modalità e la tempistica della comparsa della cisti. Lo specialista procederà con l’osservazione della neoformazione, del colore della cute sovrastante e con la palpazione che permette di apprezzarne consistenza e mobilità. Sarà lo specialista a confermare la sospetta cisti escludendo altre patologie che spesso possono passare come cisti pur non essendolo. E’ questo il caso per esempio dei noduli palmari tipici del Morbo di Dupuytren, delle neoformazioni vascolari e nervose, delle mieloplassi o tumori benigni a cellule giganti delle guaine tendinee solo per citarne alcuni,

Utile spesso è l’esecuzione di una ecografia che permette una prima diagnosi differenziale tra la cisti e una neoformazione solida. In alcune particolari circostanze, invece, potrebbe essere consigliata l’esecuzione di test più approfonditi, come per esempio una risonanza magnetica.

La radiografia non è in grado di mostrare la cisti nella sua forma ma potrebbe essere richiesta per escludere altre condizioni patologiche come l’artrosi o una neoformazione dell’osso.

Quali sintomi causano?

La maggior parte delle cisti forma un nodulo di consistenza duro-elastica visibile sotto la pelle, tuttavia se di piccole dimensioni possono non vedersi ma essere percepite comunque dal paziente. È inoltre possibile che in caso di ingrossamento significativo, le cisti possano produrre difficoltà nel movimento delle articolazioni interessate. Solitamente sono asintomatiche ma a volte, se comprimono strutture tendinee o nervose, possono dare sintomi come formicolio, dolore e diminuzione della forza muscolare e/o del movimento. La presenza di una cisti alla base di un dito sul versante palmare può determinare uno scatto o un blocco del dito in flessione (dito a scatto).

È importante sottolineare che spesso non è la cisti di per sé a provocare dolore ma la patologia che ne è la causa: una infiammazione tendinea, un’alterazione legamentosa a livello articolare, il fenomeno erosivo artrosico…. Non è quindi scontato che “tolta la cisti, tolto il dolore”.

Come si cura una cisti?

Il ganglio cistico come lesione assolutamente benigna, può non essere asportato e a volte può scomparire con il tempo ed il riposo quindi se non si hanno sintomi si può non intervenire chirurgicamente. A volte è il Paziente a richiederne la rimozione per motivi estetici.

L’immobilizzazione può far riassorbire la cisti poiché l’utilizzo articolare frequente spesso ne aumenta le dimensioni e rifornendola di liquido. Un tutore di polso potrà essere consigliato come trattamento notturno per 1 o 2 mesi.

Se il ganglio si ingrossa velocemente e determina dolore può essere asportato chirurgicamente.Si sconsiglia l’aspirazione del liquido dalla cisti che non è in grado di eliminare la formazione cistica poiché la connessione alla guaina articolare o tendinea non viene chiusa o asportata e in tempi brevi la cisti potrà riformarsi.

L’intervento chirurgico di asportazione della cisti può essere eseguito qualora vi siano sintomi di dolore e limitazione della funzione articolare o formicolio legato alla compressione sulle strutture nervose circostanti. La chirurgia comporta l’incisione della pelle, l’isolamento della cisti e del tramite cistico ovvero la sua connessione con la capsula o la guaina dei tendini, l’escissione e la successiva chiusura del tramite. E’ una procedura che avviene in regime di Day-Hospital in anestesia locale o di plesso a seconda della sede e della natura della cisti. Dopo l’intervento si può riprendere immediatamente l’uso della mano per le