

## RIMEDI OMEOPATICI NELLA TRAUMATOLOGIA DEL GIOCATORE DI HOCKEY SU PATTINI A ROTELLE

*a cura della dr.ssa Tiziana Soncini, medico dello staff nazionale Hockey a rotelle, e del dr. Stefano Guidotti, ortopedico e fisiatra*

Gli Autori, dopo aver descritto in un precedente articolo le lesioni di più frequente riscontro nella pratica dell'hockey su pista, affrontano alcune patologie traumatiche riscontrabili nei giocatori di hockey elencando medicinali omeopatici da utilizzare in acuto.

L'uso dei medicinali omeopatici che prescriviamo a questi giocatori è stato di fondamentale importanza sia per risolvere le patologie acute sia per non avere problemi con gli organi federali competenti sull'annoso problema del doping. L'approccio omeopatico va sempre affiancato alle tradizionali tecniche terapeutiche e riabilitative in uso in ciascuna patologia come l'immobilizzazione, il ghiaccio, la fisioterapia, il recupero funzionale e atletico. Alcune volte, come nella traumatologia minore, possono rappresentare il cardine del trattamento.

L'hockey su pista è uno sport estremamente dinamico: pertanto, il giocatore, durante l'allenamento o partita, può andare incontro a qualunque tipo di traumatismo, dalla distorsione, lussazione, stiramento e strappo muscolare ( con o senza ematoma), contusione ferite, fino al sospetto di frattura.



Per **TRAUMA** si intende lesione o ferita più o meno estesa prodotta da una azione violenta esterna all'organismo.

Quando la lesione coinvolge l'apparato osteoarticolare parleremo di *distorsioni e lussazioni*, i muscoli *stiramenti e strappi*, i tessuti molli, invece, *contusioni e ematomi*.

### **DISTORSIONI e LUSSAZIONI**

*Distorsione*: lesioni della capsula e dei legamenti che si producono per movimenti articolari spinti oltre i limiti fisiologici, purchè non permangano spostamenti dei capi articolari.

*Lussazione*: spostamenti di parte dello scheletro con perdita permanente dei normali apporti articolari.

#### **1) ARNICA**

Pianta perenne della famiglia delle Composite che cresce soprattutto nei pascoli di montagna.

È indicato per tutti i tipi di trauma anche con piccole emorragie che possono subire i giocatori.

L'azione di *Arnica* è estremamente rapida, anche se breve, per cui la somministrazione va ripetuta diverse volte anche in tempi ravvicinati.



Molto utile anche le applicazioni locali di creme, gel a base di *Arnica*, in quanto sono traumi che rendono la parte corporea molto sensibile e dolente al tatto.

Ha un'azione sul tessuto muscolare, che è un tessuto costantemente traumatizzato dagli sforzi, pertanto *Arnica* è indicata anche per tutti gli affaticamenti e gli eccessi fisici.

Dato in tempo utile diminuisce il rischio di infezioni, favorisce la cicatrizzazione di ferite lacero-contuse ed il riassorbimento di ematomi, diminuendo così il dolore e l'ipersensibilità.

#### **2) RUTA GRAVEOLENS**

È una pianta della famiglia delle Rutacee che cresce sulle rive dei laghi alpini a bassa quota.

È indicata per:

- Contusioni del periostio.

- Distorsioni semplici o complicate con strappo dell'inserzione ossea del tendine e dei legamenti.
- Lussazioni, tendiniti, periostiti, periartriti, esostosi post traumatiche.
- Lombalgie, lombo-sacralgie e sciatiche lombari, che *peggiorano* col riposo e *migliorano* col movimento.
- Traumi sacrali e coccigodinia.

Le indicazioni di *Ruta* sono per tutte quelle contusioni che lasciano un indurimento od un ispessimento del periostio.

*Ruta* è soprattutto indicato per slogatura e distorsioni che del polso e piede in caso distorsioni, incrinature e fratture malleolari, come in affezioni al periostio nelle parti in cui l'osso è coperto da uno strato sottile di cute come sulla tibia.

*Ruta* presenta dolori come da frattura ed è utile nelle fratture assieme ad *Arnica*, *Symphytum* ed *Hypericum*



Subito dopo una distorsione, il primo medicinale omeopatico da prescrivere è *Arnica* per risolvere la flogosi del tessuto, a cui seguirà probabilmente *Rhus*. Nel caso persista indolenzimento della parte colpita o si formano dei noduli tendinei bisogna somministrare *Ruta*.

Spesso l'atleta avverte delle sensazioni di:

- contusione, indolenzimento, rigidità specie alle articolazioni dei polsi, caviglie e colonna vertebrale;
- impressione che i tendini siano troppo corti, come contusi, indolenziti, in particolar modo i flessori;
- dolori nelle parti del corpo a contatto col letto che obbligano il malato a cambiare continuamente posizione.

### 3) RHUS TOXICODENDRON

*Rhus tox* è il Sommacco velenoso, un arbusto della famiglia delle Anacardiacee che cresce negli Stati Uniti e nel Giappone.

Viene prescritto nelle storte, nelle slogature e nelle contusioni solo dopo che *Arnica* ha migliorato i dolori da contusione.

I dolori alle masse muscolari in cui è indicata la somministrazione di *Rhus* sono di tipo lacerante e stirante, ma anche paralizzanti tali da provocare intorpidimenti, scosse e stiramenti. Le masse muscolari (in particolare quelle del deltoide, dei quadricipiti, dei polpacci) spesso sono contratte e dolenti, ma ciò si nota soprattutto a livello dei grossi muscoli della regione lombare, sia quelli interni alla colonna vertebrale – psoas e quadrato dei lombi – che quelli esterni, cioè le masse muscolari delle docce vertebrali.

Vi è una sensazione di rigidità articolare dolorosa che migliora con il movimento.

*Rhus* è molto spesso indicato anche nel surmenage fisico, quindi complementare ad *Arnica*.

### 4) APIS

La tintura madre di *Apis* viene preparata facendo macerare nell'alcool le api intere.



Il denominatore comune di tutte queste manifestazioni cliniche è la comparsa improvvisa e violenta dell'edema e della sindrome infiammatoria.

L'articolazione è rigida e il dolore si aggrava dal minimo movimento.

La lesione *Apis* si manifesta con rossore brillante o roseo delle regioni infiammate, aspetto edematoso, traslucido.

È indicato negli stati infiammatori acuti, quando saranno presenti i seguenti caratteri principali: rossore, calore, gonfiore congestizio acuto dovuto a vasodilatazione attiva, edema, dolori pungenti e brucianti.

E' indicato negli idrarti di rapida formazione con sensazioni di dolori acuti pungenti fini, di bruciore pruriginoso, di colpo e di rigidità dei tessuti sotto tensione, iperestesia cutanea.

Peggiora col caldo, col tocco anche leggero e migliora col freddo in tutte le sue forme.

## 5) **BRYONIA**

Pianta della famiglia delle Cucurbitacee .

*Bryonia* è essenzialmente un rimedio del dolore.

È indicato per algie articolari con qualsiasi localizzazioni che peggiorano col movimento e migliorano col riposo.

Le articolazioni sono calde, dolenti, rosse e gonfie. Si potranno avere dei dolori violenti lungo i tragitti nervosi delle masse muscolari, come pure nelle articolazioni sia del collo, che degli arti superiori e inferiori.

Le sue infiammazioni possono manifestarsi in qualsiasi parte del corpo, ma particolarmente nei tessuti fibrosi, le sierose, i legamenti articolari e le aponeurosi. Colpisce anche le guaine dei nervi dove provoca una congestione la cui intensità aumenta progressivamente.



Rimedi omeopatici in una "cassetta" dei primi del novecento

### **STIRAMENTI E STRAPPI MUSCOLARI**

Gli *strappi* sono lesioni considerevoli di fibre muscolari, mentre gli *stiramenti* e le *distrazioni* sono lesioni ridotte, tutte dovute a traumi.

I sintomi sono:

- Dolore;
- contrazione muscolare;
- avvallamento del ventre carnoso.

## 1) MAGNESIA PHOSPHORICA

Il fosfato di magnesio si presenta sottoforma di polvere cristallina poco solubile in acqua.

Alcuni omeopati l'hanno chiamato la morfina omeopatica.

Viene prescritta soprattutto per tutti i crampi (anche dopo sforzo prolungato) e contratture che possono colpire gli atleti.

I segni concomitanti sono: agitazione, bisogno di muoversi continuamente a causa del dolore.

Peggioramento col freddo e miglioramento piegandosi in due oppure flettendo un arto, con una forte pressione locale, col calore.

Sensazioni di dolori crampiformi, improvvisi, folgoranti, irradianti; cambiano bruscamente di posto.

I dolori sono soprattutto di tipo crampoide, ma non sono mai brucianti

Questo rimedio è particolarmente utile per i crampi che colpiscono le dita.

## 2) BELLADONNA

La *Belladonna* appartiene alla famiglia delle Solanacee.

I dolori hanno un carattere di estrema acutezza, sopravvengono bruscamente, appaiono e scompaiono all'improvviso. una delle caratteristiche principali della zona traumatizzata è quella di andare incontro a notevole gonfiore e di diventare estremamente sensibili alla palpazione. Se si muove, le pulsazioni cardiache cominciano a trasmettersi alle parti dolenti ed egli le definisce «dolori come martellate». Non sopporta di essere toccato nella sede di questi dolori.

## CONTUSIONE

È una lesione conseguenza di un trauma diretto la cui forza vulnerante non è sufficiente a provocare una discontinuità.



## 1) BELLIS PERENNIS

È la margheritina, un'erba perenne della famiglia delle Composite che vive nei prati e nei pascoli di tutta Europa.

Corrispondenze cliniche: traumi, ecchimosi, ematomi, fatica muscolare, ferite settiche.

Ha un'azione dissolvente delle ecchimosi.

*Bellis perennis* è utile nelle storte, nelle slogature, negli strappi e negli stiramenti muscolari o dei legamenti, sia dei muscoli che delle articolazioni. Vediamo quindi in lui un rimedio assai vicino a *Ruta*.

Agisce sui tendini flessori, particolarmente del ginocchio, del gomito e del polso.

*Bellis perennis* è un rimedio utile anche nei traumi dell'addome: quando i tessuti esterni sono intatti, ma i visceri sono dolenti.

L'esperienza clinica dimostra che *Bellis* esercita un'azione antieccchimotica ed antitraumatica in caso di sensazione di indolenzimento generale, di contusione simile a quello di *Arnica*, ma localizzata di solito nei muscoli addominali e pelvici e irradiantesi agli arti inferiori. Pertanto è particolarmente indicato per i traumi del coccige e del bacino.

## 2) CHINA RUBRA

È l'albero della Cina della famiglia delle Rubiacee, che cresce nell'America del Sud.

È indicato per emorragie di piccole e medie intensità.

L'azione di *China* si caratterizza per uno stato debolezza generale, pertanto l'atleta sarà aggravato dal movimento, poiché questo esige un lavoro da parte dei muscoli già astenici.

## 3) LEDUM PALUSTRE

Il Ledo delle paludi è un arbusto che cresce nelle zone umide e fredde dell'Europa, dell'Asia e dell'America.



L'azione generale è su:

- ecchimosi violacee, soprattutto nelle parti del corpo in cui il tessuto cellulare è poco abbondante (estremità dita, alluci, regioni periorbitali);
- soffusioni sanguigne violacee o nerastre conseguenti a punture provocate da chiodi, spine, o oggetti acuminati, che hanno sanguinato poco o per nulla;
- su infiammazioni articolari accompagnate da edema pallido e da una sensazione di calore locale che migliora col freddo glaciale.

Sintomi guida

- Ecchimosi che assumono colore verde.
- Contusione dei talloni.
- Dolore da distorsione delle caviglie, tendenza alle distorsioni

*Ledum* è spesso indicato dopo *Arnica* e *Rhus Tox*, quando le contusioni sono migliorate, ma non guarite. Le suffusioni ematiche avranno allora assunto una tinta verdastra o giallastra dovuta alla decomposizione dell'emoglobina (pigmenti ferrici). La pelle rimane dolente, edematosa e gonfia, sensibile al calore.

*Ledum* è indicato in particolare modo per gli stati infiammatori che colpiscono l'articolazione del ginocchio.

#### 4) HYPERICUM PERFORATUM

*Hypericum perforatum* è una pianta erbacea della famiglia delle Ipericacee.

E' chiamata anche "Arnica dei nervi".

È indicato per:

- Schiacciamento o contusione delle estremità.
- Morsi, ferite da oggetti acuminati

*Hypericum* è indicato innanzitutto quando un nervo, o una regione ricca di fibre nervose (dita mano e piede), sono stati traumatizzati, e ne deriva un vivo dolore che risale lungo un tragitto del nervo.

*Hypericum* è indicato in tutti i traumi che colpiscono il coccige riducendo i dolori.

Inoltre viene somministrato dopo certi traumi che comportano al giocatore difficoltà a girare la testa per rigidità associato a movimenti dolorosi del collo, spalle e braccia.

Quando ci troviamo di fronte ad un giocatore con contusione, dobbiamo per prima cosa somministrare arnica, rimedio indispensabile in tutti i casi di traumatismo; se, nella zona contusa, l'atleta avverte un dolore sordo, il rimedio indicato è *Ledum*, mentre se si avvertono fitte che partono dalla zona colpita e si irradiano lungo un nervo, il rimedio principe sarà *Hypericum*.

### FERITE

Lesioni di continuo della cute con fuoriuscita di sangue di diversa entità.



#### 1) MILLEFOLIUM

*Achillea Millefolium* chiamata anche Sanguinella, è una specie erbacea delle Composite dall'odore aromatico, molto comune in Europa.



È indicata nelle emorragie di origine spontanea o traumatica di sangue rosso vivo.

Eziologia: sforzi muscolari eccessivi, strapazzi fisici, traumi (emorragie).

Il sangue di *Millefolium* è in generale rosso vivo e molto liquido; c'è un'assenza di coagulazione molto netta che caratterizza questo rimedio.

Le ferite sanguinano facilmente e abbondantemente.

Il sangue è generalmente rosso brillante.

## 2) STAPHYSAGRIA

Detta anche "erba dei pidocchi", appartiene alla famiglia delle Ranunculacee. È un'erba bienne abbastanza comune nelle regioni mediterranee alle basse altitudini.

È indicato per le ferite in cui il dolore si manifesta pulsante come da suppurazione

Eziologia: ferite da taglio, lacere.

Le sue caratteristiche sono:

- Sensibilità dolorosa di tutti i muscoli, quando vengono toccati, e delle articolazioni, quando le usa.
- Tendenza continua a restare coricato.

## FRATTURE



*Frattura*: brusca interruzione di un segmento dello scheletro, provocata da una causa violenta.

## SYMPHYTUM

È una pianta della famiglia delle Borraginacee che cresce nelle zone umide dell'Europa.

È indicata per:

- consolidamento fratture;
- postumi dolorosi di traumi ossei e periostei;
- nelle periostiti degli sportivi

*Symphytum* ha una elettività per il tessuto osseo in conseguenza a traumi, piaghe o fratture. Questo rimedio ha una notevole azione anche su tutti i traumi che coinvolgono il globo oculare.

Infatti *Symphytum* viene chiamato "lo specifico ortopedico" dell'arsenale erborista. Da notare la sua azione algica sulle articolazioni, soprattutto delle ginocchia. *Symphytum* viene chiamato anche «l'Arnica delle

ossa», ma *Symphytum* è molto di più che un «consolidatore di fratture», è un cicatrizzante generale dell'osso malato, non solo nelle fratture, ma in tutti i casi di malattia ossea. Quando qualcuno ha ricevuto un colpo sull'osso e questo resta dolente a lungo, anche se non c'è incrinatura né frattura, il rimedio guarirà il dolore

Le caratteristiche del farmaco sono:

- un'eziologia traumatica esercitata soprattutto sulle ossa e sui globi oculari;
- la natura delle sensazioni dolorose che sono tradotte come “punture”.

Questo rimedio si è dimostrato utile nelle lombalgie dopo sforzi come può accadere in sports estremamente dinamici.

Questo rimedio mostra inoltre una marcata affinità per la parte fibrosa del globo oculare. È così che quando si è ricevuto nell'occhio un oggetto morbido come una palla, che ha colpito non la cornea ma la sclera e le ossa dell'orbita, questo rimedio è un eccellente sedativo del dolore e cicatrizza rapidamente i tessuti contusi.

C'è un altro organo la cui guaina fibrosa assomiglia a quella dell'occhio: è l'albuginea del testicolo. un trauma diretto nelle parti genitali dell'uomo, provoca un violento dolore che talvolta può provocare anche una sincope. *Symphytum* farà scomparire il dolore e cicatrizzerà il testicolo ferito

Quando l'osso o il periostio sono stati colpiti e le parti molli sono guarite dal dolore della contusione con *Arnica*, il dolore e l'indolenzimento del periostio restanti possono essere alleviati prontamente con *Symphytum*.

#### **BIBLIOGRAFIA ESSENZIALE**

**CAMPANACCI MARIO** “LEZIONI DI CLINICA ORTOPEDICA”. 1982

**CLARKE JOHN HENRY** “ DIZIONARIO DI FARMACOLOGIA OMEOPATICA CLINICA”. 1900

**DEMARQUE DENIS** “FARMACOLOGIA E MATERIA MEDICA OMEOPATICA”. 2003

**DUPRAT HENRY** “MATERIA MEDICA OMEOPATICA” . 1980

**FERRARIO ANTONELLA, MONTI GIOVANNI BATTISTA, JELMONI GIAN PAOLO** “TRAUMATOLOGIA DELLO SPORT”. 2005

**GALLONE LUIGI** “PATOLOGIA CHIRURGICA”. 1980

**HODIAMONT GEORGE** “TRATTATO DI FARMACOLOGIA OMEOPATICA” . 1960

**KENT JAMES TYLER** “LEZIONI DI MATERIA MEDICA OMEOPATICA”. 1904