



Numero Verde
800 172547

Da cellulare
030 7777942

EPICOMED® 822 - GOMITIERA CON CUSCINETTI IN SILICONE

Codice di riferimento: M 822

Marca: FGP

Prezzo: 83.2€

Riferimento	Variante	Prezzo
M 822-XS	1°	83.2€
M 822-S	2°	83.2€
M 822-M	3°	83.2€
M 822-L	4°	83.2€
M 822-XL	5°	83.2€
M 822-XXL	6°	83.2€

DESCRIZIONE

Gomitiera sagomata in materiale elastico con cuscinetto interno in silicone.

INDICAZIONI

- Epicondiliti (gomito del tennista)
 - Lussazioni del gomito
-
- Versamenti e tumefazioni articolari da artrite o artrosi
 - Condizioni infiammatorie croniche, post-operatorie e post-traumatiche

MISURE

Misure ambidestro

Taglie

Ø Avambraccio

5 cm dal gomito

I	17–20 cm	
II	20–23 cm	La taglia I e II è utilizzabile anche da bambini.
III	23–26 cm	
IV	26–29 cm	
V	29–32 cm	
VI	32–35 cm	

Tutore per epicondilite: come si mette e quando usarlo

Scritto il

L'**epicondilite** è un dolore che interessa l'epicondilo e che rende dolorosi alcuni movimenti semplici come ad esempio versare da bere o ruotare la maniglia della porta.

Le **fasce per epicondilite e tendinite** sono pensate per donare un immediato sollievo dal dolore e ridurre la sofferenza causata dalla patologia. Inoltre, risultano essere molto utili per **prevenire infortuni** durante lo sport come ad esempio il sollevamento pesi o il canottaggio. Grazie all'**uso del tutore** è possibile supportare il processo di guarigione, riducendo l'infiammazione a carico dell'epicondilo, poiché aiuta il gomito a non effettuare dei movimenti dannosi e peggiorativi del gomito.

Scopriamo insieme come si mette e quando usare il tutore!

- [Le cause dell'epicondilite](#)
- [I sintomi dell'epicondilite](#)

- [Come curare l'epicondilite?](#)
- [Come si mette il tutore](#)

Le cause dell'epicondilite

L'epicondilite è una patologia che insorge quando si sovraccarica l'articolazione. Quando viene usata in modo scorretto, l'articolazione si infiamma nella componente epicondilare e, se si sottovaluta il problema, potrebbe diventare impossibile eseguire anche i movimenti più semplici.

Le persone più a rischio sono coloro che svolgono attività che richiedono un uso intenso e prolungato della mano, come nel caso di sport che richiedono forza e stabilità del polso. I microtraumi dovuti allo sforzo accompagnati da una serie eccessiva di rotazioni del polso rendono favorevole la comparsa del dolore.

Tra i principali **sport che causano l'epicondilite** troviamo il bodybuilding, la scherma, il ciclismo, il tennis e il paddle.

Esistono inoltre alcuni **lavori pesanti** che possono causare l'epicondilite. Ad esempio i lavori ripetitivi come il lavoro in fabbrica, oppure i lavori pesanti come il muratore, possono essere fattori che sovraccaricano la muscolatura e causano un dolore al gomito molto intenso. In generale, i lavori a rischio sono anche quelli che si svolgono davanti a video terminali, così come dattilografi, idraulici e imbianchini, barbieri e parrucchieri, meccanici, carpentieri e anche giardinieri e anche pittori e camerieri.

I sintomi dell'epicondilite

La presenza di dolore a livello dell'**articolazione del gomito** è sufficiente per ipotizzare una possibile epicondilite. La **palpazione dell'epicondilo** e la sensazione di dolore è il segno che caratterizza l'affezione. Questa manovra viene eseguita sul gomito piegato a 90 gradi poichè in questa posizione è possibile individuare più facilmente il **tendine epicondileo**, l'interlinea omero-radiale, il bordo esterno della testa radiale e la zona del nervo radiale.

Un altro segno che permette di capire che il dolore è causato dai **muscoli epicondilar** è quando si esegue una estensione contrastata del polso a dita flesse e una estensione contrastata delle dita, soprattutto a carico del medio.

I **sintomi più comuni** sono:

- Il dolore che parte dalla parte esterna e superiore del gomito fino a raggiungere l'avambraccio e il polso;
- Il dolore quando si vuole usare il polso;
- Una muscolatura dell'avambraccio debole e caratterizzata dalla perdita di forza;
- Il dolore che aumenta gradualmente e peggiora in pochi giorni;
- Il dolore quando di usa la mano per stringere, girare, fare presa, afferrare e sollevare.

Quando il dolore si fa più intenso potrebbe risultare complesso anche tenere una penna in mano per scrivere.

Come curare l'epicondilite?

Per prima cosa è essenziale rivolgersi al medico di base per valutare insieme la terapia più corretta da seguire. Generalmente un primo intervento per curare la patologia è il trattamento tramite antinfiammatori. In molti casi questo non è sufficiente a risolvere il problema ed è consigliabile associare la cura farmacologica con l'uso del tutore.

Nei casi più gravi si procede con il trattamento di **fisioterapia per l'epicondilite**. È importante intervenire il prima possibile, per evitare fenomeni di cronicità, che possono rallentare i tempi di guarigione.

Dopo aver eliminato la causa del dolore fino a quando non sarà passata completamente l'infiammazione è importante tenere la parte a riposo per facilitare la guarigione.

Un secondo rimedio consigliato è la **crioterapia**. Borsa del ghiaccio da posizionare sulla zona dolorosa per 15 minuti, 3 volte al giorno.

Il tutore è necessario per ridurre il carico dell'epicondilo e tenere l'articolazione a

riposo. È sufficiente posizionarlo sotto la zona dolente per sentire un'immediata sensazione di sollievo.

Come si mette il tutore

In commercio esistono molti tipi di **tutori per curare l'epicondilite**, ognuno con caratteristiche specifiche che aiutano a combattere la patologia. Il tutore infatti, ha una struttura a bracciale con un supporto più duro incluso nella struttura stessa. In genere la fascia è di tipo elastico con uno strap che permette di regolare la tensione in base alle esigenze del paziente e alla grandezza del braccio.

La fascia va indossata e posizionata a circa 4 dita di distanza dal gomito. Per capire il punto esatto in cui applicare il tutore occorre palpare la parte dolorante dei ventri muscolari e posizionare la fascia proprio al di sopra. In concomitanza con il punto dolente si dovrà cercare di posizionare il cuscinetto duro.

Con l'uso del tutore è possibile combattere in modo efficace l'**epicondilite**. Sei alla ricerca di un modello adatto alle tue esigenze? Nel nostro sito puoi trovare numerosi modelli di [tutori e fasce per epicondilite](#): scopri tutti!

Quali sono i sintomi dell'epicondilite

Scritto

L'**epicondilite** è una patologia che colpisce la parte anatomica all'altezza del gomito, anche nota come **gomito del tennista** poichè è molto comune nei pazienti che praticano questo sport. In particolare, si tratta di un dolore localizzato nell'articolazione del gomito che nei casi più gravi rende impossibili anche i movimenti più semplici come versare da bere o aprire una porta.

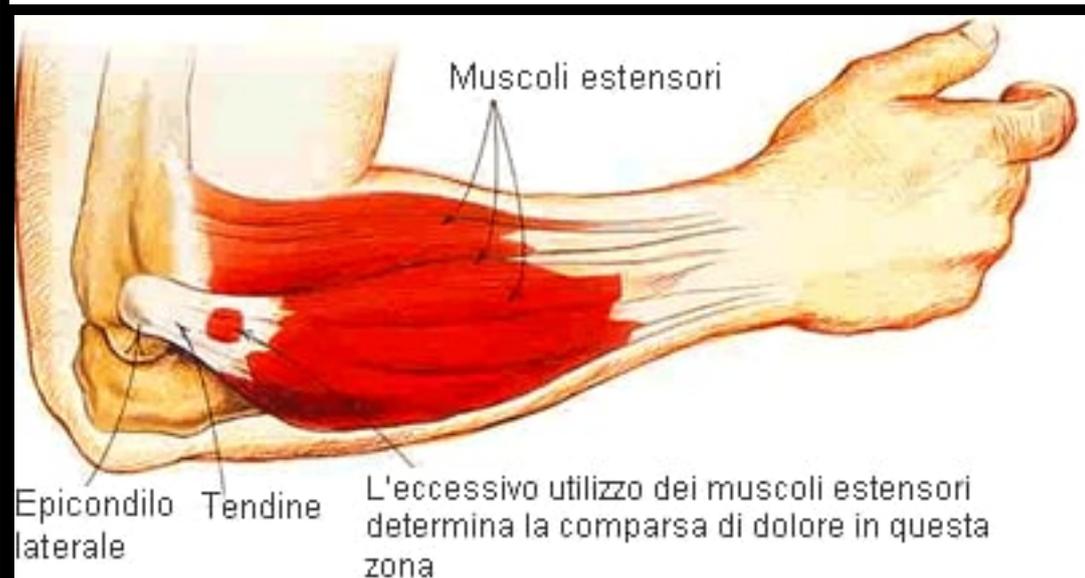
Anche se è una **patologia tipica dei tennisti**, oggi è possibile riscontrarla in altri pazienti che non hanno nulla a che vedere con il tennis. È il caso ad esempio dei soggetti che svolgono lavori manuali, come manovali e muratori, e più in generale chiunque si trova a eseguire in modo continuativo movimenti come flessione del braccio e rotazione del polso.

Poiché si tratta di un'infezione piuttosto diffusa oggi vogliamo aiutarvi a riconoscerla fin dai primi **sintomi** per combatterla subito in modo efficace.

Epicondilite: come riconoscere i primi sintomi

Riuscire a individuare una **patologia a carico dell'epicondilo** è piuttosto semplice. In genere si manifesta con un leggero dolore che interessa il gomito e che si presenta ogni qual volta si esegue un movimento che richiede l'uso dell'articolazione.

Per capire esattamente qual è l'area del gomito che prende il nome di **epicondilo** ti basterà portare il braccio a 90 gradi, piegare il gomito e ruotare la mano con il palmo rivolto verso il basso. L'area interessata dall'infezione è quella sopra il gomito e include l'epicondilo e tutti i muscoli che lo avvolgono.



Epicondilo dettaglio

(Fonte: www.my-personal.trainer.it)

Le **cause che provocano l'epicondilite** vanno ricercate nell'uso scorretto dell'articolazione che, quando viene messa in sovraccarico, si infiamma provocando un forte dolore.

Quando è in atto l'**infiammazione dell'epicondilo** si percepisce un dolore specifico quando si va a premere la parte alta del gomito. Inoltre, la sensazione dolorosa si manifesta anche quando si cerca di estendere il [polso](#) e le dita della mano.

Se si avvertono dolori al gomito in corrispondenza dell'epicondilo è bene consultare un medico specialista che saprà indicare la **terapia** più adatta per combattere l'infiammazione.

Combattere l'epicondilite: rimedi pronti all'uso

Come detto, la prima cosa da fare è rivolgersi a un medico ortopedico per trovare la terapia più giusta per ridurre e **combattere l'infiammazione**. In generale, si procede con una terapia farmacologica con l'uso di antinfiammatori specifici.

Quando l'**epicondilite** non accenna a voler passare è il caso di intraprendere altre soluzioni per ritrovare la salute del proprio corpo.

Una soluzione utile per ridurre il **dolore causato dall'epicondilite** è tramite l'utilizzo di appositi tutori che sostengono l'articolazione e aiutano a svolgere i movimenti naturali del gomito. A tal proposito ti consigliamo la [gomitiera con cuscinetti in silicone FGP](#), utile per epicondiliti, lussazioni del gomito e condizioni infiammatorie croniche. Solo nei casi più gravi si rende necessario l'intervento chirurgico, soprattutto quando i trattamenti non invasivi non hanno prodotto buoni risultati.

Vuoi scoprire altre [ortesi per il gomito e l'avambraccio](#)? Allora visita la pagina dedicata nel nostro shop online e scegli la soluzione più giusta per te!

 **Acquista subito**