Neuroma di Morton: cos'è, quali sono i sintomi e come si cura

È una condizione dolorosa che colpisce l'avampiede e può rendere difficile camminare o stazionare in posizione eretta. Una visita ortopedica può individuare il neuroma di Morton e consigliare il giusto trattamento

CONDIVIDI TWEET PIN EMAIL

di **Paola Rinaldi**

Il nome sembra non promettere bene: neuroma di Morton. Si tratta di una **patologia del piede** che può colpire uomini e donne con una maggiore prevalenza di queste ultime, in particolare dopo i 50 anni. «Il termine neuroma indica un disturbo qualitativo del decorso di un nervo periferico, che non interessa solamente il piede, ma può colpire tanti altri distretti del corpo»,

LEGGI ANCHE

Plantari: perché fanno bene e come sceglierli

Quando integrare la vitamina D e in quali dosi

Bambini: come evitare il rischio di avvelenamenti a casa

Neuroma di Morton: cos'è, quali sono i sintomi e come si cura

Calcola
la tua massa
grassa

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

061958

spiega il dottor **Andrea Berardi**, primario di Ortopedia presso l'U.O. di Ortopedia e Traumatologia dell'IRCCS MultiMedica di Sesto San Giovanni, Milano. «Quello di Morton, in particolare, riguarda l'ispessimento di un piccolo nervo sensitivo localizzato nella regione interdigitale, che progressivamente viene sollecitato dalle forze meccaniche tra i metatarsi determinando un **dolore progressivo e intermittente**, con fasi di acuzie che si alternano ad altre di benessere».

Come capire se si ha il neuroma di Morton

Fra i sintomi che devono insospettire c'è un **dolore** che si concentra soprattutto **fra terzo e quarto metatarso**, nello spazio immediatamente alla base delle dita, talvolta accompagnato da una sensazione di scosse elettriche che si irradiano alle dita stesse. «Il fastidio compare tipicamente con il piede in carico, quindi mentre si cammina oppure si staziona in posizione eretta, ma nelle situazioni più compromesse può presentarsi anche a riposo, per esempio di notte», illustra l'esperto. In linea teorica, qualunque spazio interdigitale può esserne colpito, ma quello fra terzo e quarto metatarso – dove si concentrano maggiormente i carichi di lavoro dell'avampiede – è il più interessato.

Quali sono le cause

A causare il neuroma di Morton è la **continua sollecitazione di uno dei nervi interdigitali**, che nel tempo si infiamma e si ingrossa. «A determinare questi traumi ripetuti possono essere alcune attività fisiche o sportive, come **danza**, arti marziali, **running e corsa**, ma può incidere anche l'utilizzo di calzature troppo strette e avvolgenti oppure con un tacco molto alto», elenca il dottor Berardi.

Se tutti possiamo sviluppare questa patologia, alcune anomalie anatomiche possono favorirne la comparsa: «Parliamo ad esempio del piede cavo, caratterizzato da un'eccessiva concavità della volta plantare, oppure della presenza di un alluce valgo di grado avanzato: nel primo caso c'è una cattiva distribuzione del peso corporeo per cui l'avampiede è più sollecitato, nel secondo invece le dita vengono deviate lateralmente e creano un affollamento metatarsale, cioè un carico di lavoro dell'avampiede concentrato proprio fra terzo e quarto metatarso».

Ma il neuroma di Morton può rappresentare **anche l'esito di un trauma**, che magari ha determinato un appoggio anomalo dell'avampiede, aumentando il carico anteriore. «Il fatto poi che sia un problema tipico del sesso femminile, soprattutto dopo la menopausa, potrebbe essere dovuto alle variazioni ormonali che comportano una modifica qualitativa connettivale, con un'alterata elasticità dei tessuti del piede e della volta plantare che diventano fragili e scarsamente reattivi alle sollecitazioni».

Con quali malattie non va confuso

Qualunque squilibrio meccanico dell'avampiede si manifesta con un dolore simile a quello del neuroma di Morton, ma ci sono anche patologie conclamate che possono mimarne i sintomi: «Ci

Chiedi a **Starbene.it**

Titolo della domanda

(max 100 caratteri)

LE RISPOSTE DEI NOSTRI ESPERTI

Dietologia - Carla Lertola
Dott.ssa Carla Lertola

Cara lettrice, le consiglio di rivolgersi ad un medico specialista in scienza dell'alimentazione o ad un servizio di dietetica di un ospedale della sua zona. In questo modo, dopo un'adeguata valutazi...

Tutte le domande
Tutti gli esperti

Cerca tra le domande **già inviate**

Cerca nelle risposte

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

061958

sono disturbi della vascolarizzazione delle ossa metatarsali, definiti edemi ossei, dove si determina un quadro infiammatorio. Ma c'è anche il **morbo di Köhler**, dove l'avampiede diventa gonfio e dolorante, soprattutto in fase di crescita, e può addirittura portare a necrosi, cioè morte, del secondo metatarso a causa di una perdita di apporto ematico». Ma ad essere confusa con il neuroma di Morton può essere anche una **frattura da stress**, legata a un'attività fisica intensa che provoca delle rotture incomplete delle ossa del piede a causa di sollecitazioni ripetute.

Come si arriva a una diagnosi precisa

Una diagnosi accurata può essere fatta dopo un'**anamnesi approfondita** che ricostruisca la storia del paziente e una valutazione fisica con palpazione dell'avampiede per localizzare precisamente il dolore, valutare la morfologia del piede e osservare la reattività della muscolatura.

«Di norma si aggiunge una radiografia in carico, che documenta come si manifestano e si distribuiscono i carichi di lavoro, mentre un'ecografia indaga anomalie o patologie che interessano i tessuti molli, come fasce, tendini e muscoli, oltre a un'eventuale ispessimento del nervo intermetatarsale», spiega il dottor Berardi. «La diagnosi definitiva arriva poi con la **risonanza magnetica**, che permette anche di escludere tutte quelle condizioni che possono essere scambiate per una patologia neuromatosa».

Come alleviare il dolore in fase acuta

In fase acuta, è necessario un **riposo funzionale del piede**: ciò significa **camminare poco**, evitare di fare le scale e non praticare attività fisica intensa. Può essere utile applicare localmente del ghiaccio e fare una **ginnastica vascolare**, alternando più volte l'immersione del piede dolente in una bacinella di acqua calda e poi di acqua fredda in modo da rigenerare i tessuti grazie all'alternanza di vasocostrizione e vasodilatazione.

«È importante anche indossare delle calzature comode a pianta larga, evitare i tacchi ed eventualmente intraprendere un percorso di fisioterapia con sedute di ultrasuoni o con il laser». L'ortopedico può consigliare anche l'utilizzo di farmaci antinfiammatori oppure di ricorrere a infiltrazioni locali di cortisone per "distruggere" il tessuto patologico ed eliminare il dolore. «Se tutte queste tecniche non hanno successo, può essere indicato l'intervento chirurgico per asportare il neuroma del nervo interessato», conclude il dottor Berardi. «In questo caso, se alla base del problema c'è una malformazione anatomica come l'alluce valgo, va ovviamente corretta anche questa. Solamente rimuovendo la causa possiamo risolvere il dolore e trovare sollievo».

Fai la tua domanda ai nostri esperti

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.
061958

LEGGI ANCHE