

SCIATICA: COME ELIMINARE IL DOLORE CHE DAL FONDOSCHIENA VA ALLA GAMBA



## Sciatica: come eliminare il dolore che dal fondoschiena va alla gamba

37 minuti fa



© non disponibile

Dottore, credo di avere la **sciatica**. È con queste parole che si esprime chi, con il palmo della mano appoggiato sulla parte bassa della schiena, decide di consultare il proprio medico di famiglia per capire l'origine di quelle fitte che dalla zona

lombare si irradiano verso la gamba.

### La sciatica è l'infiammazione del nervo sciatico

«La sciatica, però, non è una patologia ma un **sintomo** che esprime l'**infiammazione dello sciatico**, il nervo più lungo del corpo umano. Questo comprende alcune fibre nervose degli ultimi due nervi spinali lombari (L4 e L5) e dei primi tre nervi spinali sacrali (S1, S2, S3). Nasce, quindi, nel midollo spinale, transita nel gluteo e nella parte posteriore della coscia fino a raggiungere il piede», spiega **Paolo Gaetani**, responsabile dell'unità operativa di chirurgia vertebrale all'Istituto di cura Città di Pavia - Gruppo San Donato e co-autore de *Il grande libro del mal di schiena* (Bur). In sostanza, la sciatalgia non è altro che la spia di una condizione o di una malattia che irritano o comprimono il nervo in questione.

### Cause spinali della sciatica

Ma come mai il nervo sciatico può infiammarsi? «Questo disturbo può essere causato da una **protrusione discale**. Si tratta di una deformazione dello strato più esterno di un disco intervertebrale che, spesso a causa dell'invecchiamento, si sposta dalla sua sede naturale e comprime i nervi spinali, tra i quali anche lo sciatico», continua Gaetani. In molti casi questa discopatia rappresenta il preludio di **un'ernia**, caratterizzata dal deterioramento del disco e dalla conseguente fuoriuscita della sostanza gelatinosa (nucleo polposo) contenuta al suo interno, che va a invadere lo spazio circostante e a «schiacciare» le radici nervose. Se ciò avviene nella zona lombare della colonna vertebrale, ecco che può insorgere la sciatalgia. «Questa condizione dolorosa, però, può essere determinata anche da una **stenosi spinale**, che è il restringimento del canale vertebrale nel quale