

Tinc artrosi de genoll: necessito una cirurgia de pròtesi?



Si tens artrosi de genoll lleu o moderada, es recomana començar amb tractaments conservadors, com seguir un programa d'educació sobre la malaltia, fer exercici físic i perdre pes.

La cirurgia de pròtesi de genoll només s'ha de valorar quan l'artrosi és greu i aquests tractaments no han funcionat. La decisió s'ha de prendre amb l'ajuda dels professionals de la salut, valorant els beneficis i riscos de la cirurgia, i les teves preferències.

Quan hauria de plantejar-me la cirurgia de pròtesi de genoll?

La cirurgia de pròtesi de genoll només es recomana quan l'**artrosi és greu**, el dolor és molt intens o et costa fer activitats quotidianes com caminar, pujar escales o dormir bé.

Abans de considerar la cirurgia, és important **provar tractaments conservadors**, com seguir un programa d'educació sobre la malaltia, fer exercici físic i perdre pes, **entre 3 i 6 mesos**.

Si els símptomes no milloren prou, es pot valorar la cirurgia.

Trobaràs més informació sobre l'artrosi i consells per cuidar-te al [Canal Salut](#) i a l'eina de [Decisions Compartides en artrosi de genoll](#).

Quins riscos té la cirurgia?

La cirurgia de pròtesi de genoll pot tenir alguns riscos, com ara: **infeccions, trombosi** (coàguls de sang), **persistència del dolor i desgast o afluiament de la pròtesi**.

Amb els anys pot ser necessari canviar la pròtesi.

La decisió de fer la cirurgia s'ha de prendre juntament amb l'equip de salut, que valorarà els riscos i els beneficis, i tindrà en compte les teves preferències.



Quins tractaments em poden ajudar a millorar els meus símptomes?

Els tractaments més recomanats per ajudar-te a **reduir el dolor** i mantenir una **vida més activa**, són:

- Fer **exercici físic** de manera regular, combinant exercicis de força i flexibilitat. Consulta amb el o la professional de la salut quins exercicis t'aniran millor.
- **Perdre pes**, si cal, per reduir la càrrega sobre el genoll.

- Prendre **medicaments per al dolor o la inflamació** durant els períodes de dolor o fins que els canvis d'hàbits facin efecte.
- Rebre **infiltracions de corticoesteroides o d'àcid hialurònic**, administrades pel teu equip de salut.
- Utilitzar un **bastó o fèrules** per caminar.

Més informació

- **Essencial** identifica pràctiques clíniques de poc valor i promou recomanacions per tal d'evitar-les.
- Aquesta recomanació es basa en estudis científics i s'ha elaborat amb el suport del Pla director de les malalties reumàtiques i de l'aparell locomotor del Servei Català de la Salut, la Societat Catalana de Cirurgia Ortopèdica i Traumatologia, la Societat Catalana de Reumatologia, la Societat Catalana de Medicina Física i Rehabilitació i el Consell Consultiu de Pacients de Catalunya.
- Per a més informació visita el web: Essencial <http://essencialsalut.gencat.cat> o truca al 061 CatSalut Respon.



Els continguts d'aquesta obra estan subjectes a una llicència [Creative Commons](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/) de Reconeixement-NoComercial-SenseObraDerivada 4.0 Internacional.

Aquesta fitxa és una recomanació per ajudar-te a prendre decisions sobre la teva salut, però no substitueix l'opinió del personal sanitari.