

Topuk Dikeni ve Tenisçi Dirseği Hastalıklarında Yeni Tedavi (ESWT) Extracorporeal Shock Therapy



Kasım Sezen: Gazi Üniversitesi Tıp Fakültesi'nden mezun oldu. İstanbul Üniversitesi Tıp Fakültesi'nde Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon ihtisasını tamamladı. Üniversite yıllarından başlamak üzere 10 yıl Türkiye'nin en büyük gençlik organizasyonunda üniversite başkanlığından genel başkan yardımcılığına kadar değişik görevlerde bulundu. Bu kurumun tanıtım ve halkla ilişkiler faaliyetlerini yürüttü.

Bakü'de Amerikan Üniversitesi, Azerbaycan Oteli, Türk Amerikan Medikal Center ve ondan fazla iş merkezi, lüks konut projesinin ihalesini alıp teslimatını yaptı. Azerbaycan, Bakü'de Türk Amerikan Medical Center'in kurucu ortaklarındandır. Üç yıl burada sorumlu hekim olarak görev yaptı.

Kuzey Amerika'da yaygın bir yardım kuruluşu olan Global Relief'in Azerbaycan'da yıllık 100 bin dolarlık yardım programını organize etti. Bu program dahilinde Bakü'de İbni Sina Kliniği'nin kurulmasına öncülük etti.

Ankara Gülmay Fizik Tedavi Hastanesi'nde çalıştı. Halen, kurmuş olduğu Maltepe Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Merkezi'nin başhekimidir.

Yurtdışı ve yurtiçinde 40'dan fazla şube ve temsilciliği bulunan Sağlık-Der'in Genel Başkanlığı'nı yapmaktadır. Kurucusu olduğu Fiz-Der'in Genel Sekreteridir.

Yayınlanmış Akupunktur Ders Kitabı, Sıfırdan Başarmak, İkna Sanatı, editörlüğünü yaptığı dört adet kitap, yüzden fazla bilimsel ve aktüel makalesi bulunmaktadır. Tıbbiye Bülteni, Kozan Çağrı ve Aktif Hayat gazetelerini çıkarttı ve Gençlik Dergisinde yayın koordinatörlüğü yaptı.

ESWT Nedir?

ESWT; "Extracorporeal Shock Wave Therapy" kelimelerinin ilk harflerinin birleşmesinden oluşmuştur ve "Vücut Dışından Uygulanan Şok Dalga Tedavisi" anlamına gelir. Yaygın olarak Şok Dalga Tedavisi olarak da bilinir. Vücut dışında oluşturulan bu güçlü ses dalgaları çelik başlıklı bir aplikatör vasıtasıyla vücudun istenilen bir bölgesinde odaklanmasına dayanan non-invazif (girişimsel müdahale gerektirmeyen) uygulama şeklidir. Söz konusu ses dalgalarıyla uygulanan tedavi, tenisçi/golfçü dirseği, topuk dikeni, omuz ağrıları, psödoartrozlar (kaynamayan kırıklar) gibi ortopedik hastalıkların tedavisinde uzun süredir kullanılmaktadır. Hastaya ameliyatsız, kortizonsuz çağdaş tedavi olanağı sunar.

ESWT nasıl uygulanır?

Uygulama öncesi ilk aşamada röntgen ultrason bulguları ve palpasyon sonucu sorunlu bölge tespit edilir ve işaretlenir. Hastalığın olduğu noktaya odaklama yapılır. Bu işlemde işaretlenen bölgeye ultrason jeli sürülür. Ses dalgalarının etkisinin azalmaması için başlık ile vücudunuz arasında hava kalmaması sağlanır. Özel cihazlarla oluşturulan yüksek ve düşük enerjili şok dalgalarının özel başlık/başlıklar aracılığı ile sorunlu vücut bölgesine odaklanarak verilmesi ile uygulanır.



sek topuklu ayakkabı giyenlerde, uzun süreli yürüyüş yapanlarda sık görülen bir rahatsızlıktır. Topukta baskı ve yürümeyle artan ağrı vardır.

Tenisçi ve Golfçü dirseği: El bileğinin aşırı kullanımı sonucu dirsek dış ya da iç yanında ağrı oluşturur. El bileğinin tekrarlayan zorlanmasını gerektiren işlerde çalışanlarda, tenis ve golf oynayanlarda sık görülür.

ESWT süresi ve sıklığı ne olmalıdır?

Uygulanan şok sayısı, frekans ve enerji seviyesine göre seans süreleri farklılık gösterir. Ortalama bir seans 6–8 dakika arasında sürerken, 3–5 gün aralığıyla yapılan toplam 3 seans sonrasında yüksek oranda iyilik hali olup hastaların yaşam kalitesi artar.

Hangi hastalıklar ESWT ile tedavi edilebilir?

Şok dalga tedavisi ile birçok kas-tendon kökenli hastalıkların tedavisi yapılabilmektedir. Toplumumuz da en sık Şok Dalga Tedavisi uygulanan hastalıklar aşağıdaki gibidir.

Topuk dikeni: Aşırı kilolu olanlarda, uzun süre ayakta kalanlarda, bazı romatizmal hastalıklarda, osteoartrozlu (kemik erimesi) kişilerde, gebe bayanlarda, yük-

Kalsifiye omuz ağrısı: Genellikle orta yaş civarında sık görülen, nedeni tam olarak bilinmeyen, omuz eklemi çevresindeki tendonlardan (Kasların kemiklere yapışmasını sağlayan yapılar) herhangi birine kalsiyum depozitlerinin birikmesi ile oluşan yangı nedeniyle omuz ağrısı ve hareket kısıtlılığı ile karakterize bir hastalıktır.

Diğer uygulama alanları; Omuzun sıkışma sendromu, Kronik tendon yapışma yeri zorlanmaları, Kalçanın trochanterik bursiti Kaslardaki ağrılı tetik noktalar, Kaynaması gecikmiş kırıklar.

Yan etkileri var mıdır?

“ESWT, cerrahi olmayan, anestezisiz, ilaçsız özel bir tedavi yöntemidir. Bu yöntemle çok kısa süre içinde uygulama yapılarak birkaç seansta yüksek başarı ile tedavi yapılabilir. Uzun süreli kaynamayan kırık ve kaynama gecikmeleri, omuz kireçlenmesi, topuk dikeni, tenisçi ve golfçü dirseği gibi sorunlarda tedavi yöntemi olarak ESWT tercih ediliyor”

Hastalar tedavi seanslarından sonra günlük işlerine devam edebilirler. Girişimsel (cerrahi) bir işlem olmadığı için tedavi sırasında uygulanan bölgede oluşan ve kısa sürede geçen hafif ağrı, ciltte oluşan hafif kızarıklık ve şişlik dışında önemli bir yan etkisi bulunmamaktadır. Uygulama alanında kızarıklık olması normaldir ve artan kan akımını gösterir.



rir. Ancak tedavinin etkinliği ve yan etkinin olmaması için, uygulamanın bu konuda deneyimli kişiler tarafından yapılması gereklidir.

Hasta ne zaman etkisini fark eder?

İlk seanstan itibaren 1 haftalık süre içerisinde ağrılarda azalma görülebilir. Eswt tedavisinde amaç ağrının geçici olarak giderilmesi değil, kalıcı olarak bir tedavi sağlamaktır.

ESWT Kimlere ve Hangi Bölgelere Uygulanmaz?

Hamilelere, kalp pili kullananlara, kanserli hastalara, akut enfeksiyonu olanlara, gelişme çağındaki çocuklara, kanama bozukluğu olanlara, akciğer, kalp ve iç organların üzerine, enfeksiyon kapmış kırıklara ve enfeksiyonlu bölgeye, üst boyun bölgesine, baş ve sinirlere yakın bölgelere uygulanmaz. Ancak, gelişme çağındaki çocukların kas sorunlarında düşük enerjili şok dalga kullanılabilir.

Şok Dalga Tedavisinde (ESWT) Başarı Oranı Nedir?

Almanya başta olmak üzere, ABD, İtalya, İsviçre, Avusturya, Japonya gibi birçok gelişmiş dünya ülkesinde şu ana kadar 50.000'in üzerinde hasta üzerinde uygulanmış ve %80'in üzerinde bir başarı oranı sağlanmıştır. Tıbbi literatürlerde

yayınlanmış çalışmaların ortalama başarı yüzdeleri Topuk Dikeninde %85, Tenisçi Dirseğinde % 70 Omuzun Kalsifiye Tendiniti/Donuk Omuz hastalıklarında % 80 ve üstündedir.

ESWT Tedavisinin Geleceği Nedir?

Son yıllarda önce Avrupa'da şimdilerde de Amerika'da kabul gören Şok Tedavi'nin yaygınlaşmasıyla yeni endikasyonlarda da uygulama alanları bulacağına muhakkak gözüyle bakılmaktadır. ESWT tedavisi Avrupa ve Kuzey Amerika ,uzak doğu ülkeleri başta olmak üzere 30'un üzerinde ülkede yaygın olarak kullanılmakta, her sene uluslararası kongreleri yapılmaktadır.

ESWT'nin kas iskelet sistemi üzerindeki avantajları, noninvazif (girişimsel müdahale gerektirmeyen) ve komplikasyonlarının azlığı, açık cerrahi ile kıyaslandığında maliyet azlığı, hastanın tedavinin hemen sonrasında günlük hayatına devam edebilmesi, kalıcı tedavi sağlamasıdır.

