



Bilinmeyen nedenden veya eski bir kırıktan sonra bir türlü geçmeyen el bileği ağrıları, yarım saatlik ameliyatla son buluyor. Doç. Dr. Özçelik: Minik kameralarla eklemin içine giriyoruz ve hasarlı bölgeyi onarıyoruz

El bileğindeki geçmek bilmeyen ağrılar; hayatınızı kabusla çevirebilir. Gaziosmanpaşa Hastanesi El Cerrahisi Uzmanı Doç. Dr. İsmail Bülent Özçelik; bu sorunla ilgili son tedavi yöntemlerini anlattı:

ATEL VE AĞRI KESİCİ

El bileği travması geçirilmesi veya zorlu hareketler sonrasında; uzun süre geçmeyen ağrılar oluşabilir. El bileği aslında vücudun en karmaşık yapıya sahip eklemlerinden biridir. Bilekte sekiz küçük kemik, iki sıra halinde dizilir. Bu küçük kemikler, ön kolun iki kemiği ile de uyumlu bir eklem oluşturur. Bu küçük kemiklerin bir arada kalması ve hareketler sırasında uyumun sağlanması zordur.

El bileğinde, aynı dizdeki gibi menisküse benzer bir yapı vardır. Menisküs; iyileşmesi çok zor bir dokudur. El bileği kırıklarından sonra tanı konamamış bağ ve menisküs yırtıkları nedeni ile uzun süreli ağrılar olabiliyor. Tanı ve tedavisi çok bilinmediği için el bileği kırığı geçirmiş hastalar, ağrılarıyla yaşayıp gidiyorlar. Romatizmal hastalıklar sonrasındaki ağrılar da yıllarca devam edebilir.

Bu sorunda ilk yapılacak işlem; eklemi istirahate almak ve zorlu hareketlerden korumaktır. Bu

aşamada; el bileği atelleri kullanılabilir ve klasik ağrı kesici tedaviler alınabilir.

El bileği; ayak bileği, diz, kalça gibi eklemlere nazaran daha az yük taşıyan bir eklem olduğu için, hastalar duruma bir şekilde uyum sağlamaya çalışıyor. Diz, omuz, dirsek, ayak bileği ve kalça için; kameralı teknik ile tedavi uzun yıllardır uygulanıyordu. Tıp teknolojisindeki ilerlemeler sayesinde, el bileği eklemi ve hatta daha küçük eklemleri görüntüleyebilecek kameralar yapıldı.

AZ HASAR, ÇOK İŞ

Kamera sistemi vasıtasıyla eklem içine girilebiliyor ve eklem içindeki bütün yapılar incelenebiliyor. Bu yöntem ile hastaya daha az zarar vererek daha çok iş yapılıyor. Öğle arasında bile, sadece 30-60 dakikada, yıllarca çekilen ağırlara çözüm bulunabiliyor.

ALTI AY ZORLU AKTİVİTELER YASAK

El bileği menisküsü, aynı dizde olduğu gibi; etraftan beslenen bir yapıdır. Bu yüzden yırtığın iyileşmesi zordur. Yırtık olduğu zaman; el bileğinin beşinci parmak tarafında ağrı oluşuyor ve kişi elini her döndürdüğü zaman ağrıyı hisseder.

ORTA KISIM TEMİZLENİR

El bileği menisküsü; yarım ay şeklindedir. Beslenme özelliklerinden dolayı orta kısımdaki yırtıkların iyileşme şansı yoktur. Bu yüzden temizlenmesi yeterli olur. Menisküsün kenar kısımlarının beslendiği ve iyileşebilme yeteneği olduğu biliniyor. Bu nedenle bu bölgedeki yırtıkların tamir edilmesi gerekli.

Ameliyat ve fizik tedavi sonrası hastalar, ikinci ayda ellerini kullanabilir hale gelir fakat altı ay zorlu aktivitelerden kaçınmalılar.

KAMERALI AMELİYAT AZ RİSKLİ VE AĞRISIZ

El bileği artroskopisinde; genellikle hasta uyutulmuyor, sadece koltuk altından uyuşturuluyor. Ama çok telaşlı hastalara sakinleştirici veriliyor. Bu yöntem, hastanın uyutulmasına göre çok daha az risk taşıyor. Aynı zamanda da ameliyat sonrasında hastanın ağrısı olmuyor.

El bileği eklemi; çok dar olduğu için, operasyon sırasında özel germe sistemleri ile eklem aralığını açıyoruz. Çok küçük dört tane kesi yaparak eklem içine giriyoruz. Bir kesiden kamerayı, diğer kesiden de işlem yapacağımız aletleri içeriye sokuyoruz. Eklem bölgesini detaylı bir şekilde inceleyerek hasarlı yapıları tespit edip tedavisini yapıyoruz.

Genellikle hasta kolundaki uyuşukluk geçtikten sonra evine gönderiliyor. Hastanede yatacak kadar ağrısı pek olmuyor.

AŞIRI KİREÇLENMİŞ EKLEMDE UYGULANMAZ

Kamera sistemi ile yapılan kapalı ameliyatlar; hastaya en az hasar veren ameliyatlardır. Bu yüzden uygulama sırasında nadiren sorun çıkmaktadır. Ancak özellikle ileri derecede kireçlenme olmuş, eklemi ileri derecede daraltan hadiselerde; eklem aralığına ulaşmak ve kameranın eklem içine sokulması sorun yaratıyor. Çünkü bu durumda kamera tekniğinin uygulanması ne yazık ki mümkün olmuyor.

Bu arada bu yöntemin her ağrının veya sorunun çözümü olduğunu söylemek de hata olur. Ama eklem içindeki çoğu hastalık, artık bu yöntem ile tedavi edilebiliyor.

OFİS ÇALIŞANLARINDA DAHA SIK GÖRÜLÜYOR

El bileği ağrısı, 30-50 yaşları arasında daha sık görülüyor. Erkeklerde daha fazla rastlıyoruz. Aslında işçiler ve elini zorlu işlerde kullanan meslek grubunda bu ağrıların daha çok görüleceği sanılır ama hastaların önemli bir kısmı ofis çalışanları. Hastaların bir kısmı, travma veya zorlu hareketlerin oluşum anını da hatırlamaz.

[HABER: SABAH](#)