

# KALÇA KİREÇLENMESİ

## Kalça Kireçlenmesi Nedir?

Kalça eklemi oluşturan kıkırdak yüzeyleri bir sebepten dolayı aşınarak, hasar görür ve bozulmuş olan eklem kıkırdığının pürüzsüz yüzeyi eklemin normal hareketine ve fonksiyonuna izin vermez buna kalça kireçlenmesi denir. Ayrıca Kalça eklemi kaynaklı kasıkta ağrı ve hareket kısıtlılığına sebep olur. Bununla birlikte Kalça eklem kireçlenmesine koksartroz, kalça osteoartriti de denir.

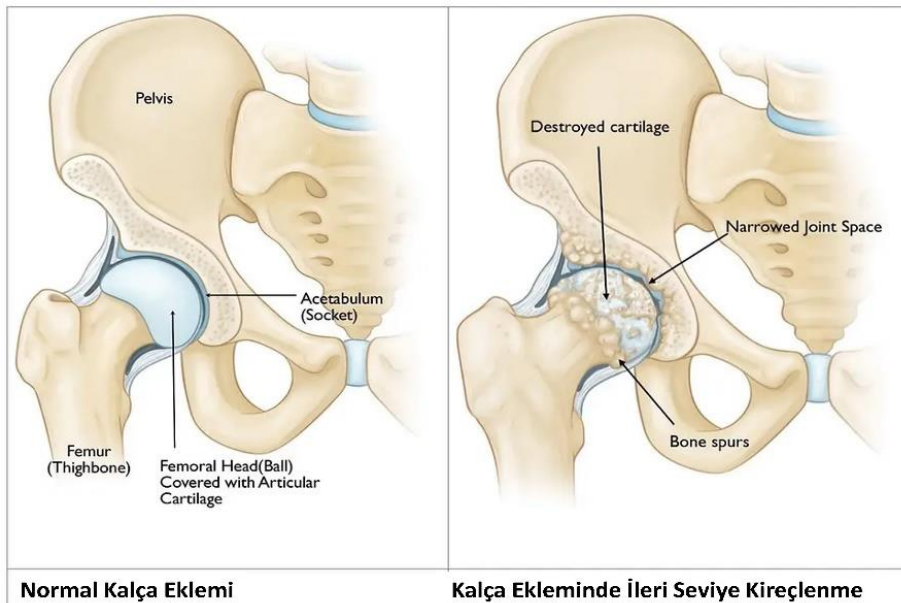
## Kalça Kireçlenmesi Neden Olur?

Kalça eklem kireçlenmesinin en sık sebebi eklem iltihabı türü olan primer osteoartrittir. Bu durum eklemin zamanla aşınması ve yıpranmasıdır. Genellikle 60 yaş üstü kişilerde görülür. Sebebi bilinmemektedir. Kalça kireçlenmesi; koksartroz, osteoartrit olarak da ifade edilir.

Özellikle Kalça ekleminin kireçlenmesine sebep olan diğer durumlar:

- Kilolu olmak.
- İleri yaş.
- Kadınlarda kalça kireçlenmesi daha sık görülür.
- Kalçanın avasküler nekroz hastalığı.
- Ailesinde kalça kireçlenmesi olanlar.
- Kalça ekleminde daha önce geçirilmiş kırıklar.
- Bacak kemiklerindeki açısal farklılıklar.
- Romatoit artrit gibi bazı iltihaplı romatizmal hastalığı olanlar.
- Kalça ekleminin gelişimsel bozukluğunu ifade eden doğumsal kalça çıkığı.
- Femoroasetabuler impingment (FAI) olarak ifade edilen kalça sıkışma hastalığı gibi durumlarda
- kalça eklem kireçlenmesi riski artmıştır.

Son olarak Kalça ekleminde kireçlenme başladığında, hastalığın ilerlemesi neredeyse kaçınılmazdır. Yukarıdaki nedenlerin nihai sonucu, kalça ekleminin kıkırdığının kaybıdır ve bu da kalçada kemiklerin birbiri üzerine sürtünmesine yol açarak, kalça eklemi kireçlenmesi ile sonuçlanır.



## **Kalça Kireçlenmesi Belirtileri Nelerdir?**

Kasık ağrısı: Kalça eklemi kireçlenmesinin en sık görülen belirtisi kasık ağrısıdır. Kasık ağrısı çoğu zaman uyluğun ön ve ortalarına kadar yayılır. Bazı hastalarda kalça eklem kireçlenmesinin ağrısı dize vurabilir.

Ağrı yavaş gelişir ve zamanla kötüleşir, ancak ani başlangıç da mümkündür. Ağrı ve tutukluk sabahları veya oturduktan veya bir süre dinlendikten sonra daha kötü olur. Zamanla, dinlenme veya gece de dahil olmak üzere hastaların kasık ağrısı daha sık ortaya çıkabilir.

## **Kalça Kireçlenmesinde Ağrının Özellikleri:**

- Kasıktan başlayıp, uyluğun ön tarafına doğru yayılan ağrı.
- Diz ağrısı, sık olmamakla birlikte kalça eklemi kireçlenmesinde hastaların yakınmaları arasında olabilir.
- Kısa mesafe yürüme gibi aktiviteler ile artan ağrı.
- Kalça eklemde yürümeyi veya eğilmeyi zorlaştıran eklem sertliği.
- Eklemde kilitleme hissi; bozulmuş kıkırdak parçalarının ve kalçanın düzgün hareketini engelleyen yapılardan kaynaklanır.
- Kalçada yürüme yeteneğini etkileyen ve topallamaya neden olabilecek hareket açıklığında azalma.
- Hastaların ağrıları yağmurlu havalarda artar.
- Hareket Kısıtlılığı: Kalça eklemine oluşturan eklem kıkırdağı zamanla bozularak, eklem normal işleyişinin bozulması sonucu hastaların hareket kabiliyeti azalır. Bir diğer hareket kısıtlılığının nedeni eklem kireçlenmesinin yol açtığı ağrıdır. Ağrıdan dolayı hastalar hareket etmek istemez.

## **Kalça Kireçlenmesi Nasıl Anlaşılır?**

Kalçanın muayenesinde özellikle döndürme hareketlerinde (kalça rotasyonları) ağrı oluşması, kalça eklemi kaynaklı bir sorun düşündürür. Bu hastalarda çekilen kalça röntgenlerinde kalça eklem kireçlenmesi çoğu hastada kolayca anlaşılır.

## **Kalça Kireçlenmesi Nasıl Tedavi Edilir?**

Bir eklemde kireçlenme meydana gelmiş ise kireçlenmeyi geçirecek yani tedavi edecek, eklem kıkırdağını eski sağlıklı duruma getirecek bir tedavi yöntemi maalesef yoktur. Bu durum kalça eklemi için de geçerlidir.

Günümüzde eklem kireçlenmesinin esas tedavisi eklem protezidir. Ancak eklem protezi ameliyatı yapılan kadar, hastaların ağrılarını hafifletecek birçok tedavi yöntemi vardır.

Bu tedaviler;

**Aktivitelerin düzenlenmesi:** Ağrıya sebep olan aktivitelerden kaçınmak, merdiven çıkmayıp asansör kullanmak, yürüyüş yapmak yerine bisiklet kullanmak gibi

**Kilo vermek:** Sorun olan bölgeye binen yükü azaltmak amacıyla kilo vermek hem ağrıları azaltır hem de eklem kireçlenmesinin ilerlemesini geciktirir.

**Fizyoterapi:** Kalça çevresi kaslarının güçlendirilmesi ile eklem binen yük azaltılır, bunun ağrılarda azalması olur.

**Ağrı Kesici İlaç kullanımı:** Mutlaka hekiminize danışarak kullanmanız gerekir, uzun süreli ağrı kesici ilaç kullanımının böbrek, mide-bağırsak sistemi ve kalp üzerine istenmeyen yan etkileri vardır.

**Ultrason Eşliğinde Eklem İçi Enjeksiyonlar:** Hastaların çoğu eklem içi enjeksiyonlardan fayda görürler.

Kalça kireçlenmesi tedavisinde kullanılan etkili yöntemler bulunmaktadır. Bunlar şöyledir:

- Kortizon iğnesi.
- Hyalarunat - Hyaluronik asit enjeksiyonu.
- PRP, CGF, PRGF tedavisi.
- Sanakin tedavisi
- Eksozom tedavisi
- Yağ dokusu veya kemik iliğinden elde edilen kök hücre tedavisi.

### **Kalça Kireçlenmesi Kesin Çözümü**

Günümüzde kalça eklemi kireçlenmesinin sebebi ne olursa olsun, eğer ameliyat gerektirecek kadar ağrı ve fonksiyon kaybı var ise, ameliyat seçeneği olarak total kalça protezi altın standart ameliyat yöntemidir.

### **Kalça Kireçlenmesi Ameliyatı**

Kalça kireçlenmesi ilerlediğinde ve konservatif tedavilere yanıt vermediğinde, ameliyat tedavisi planlanır. Bu noktada, total kalça protezi ameliyatı önemli bir tedavi seçeneğidir.

Bu ameliyat, hastanın kalça eklemi üzerindeki ağrıyı ve hareket kısıtlılığını azaltmak için kullanılan bir etkili bir ameliyattır. Özellikle ilerlemiş kalça kireçlenmesi durumlarında, eklem yüzeylerindeki hasar artık konservatif yöntemlerle tedavi edilemeyecek kadar ciddi boyutta olabilmektedir.

Protez ameliyatı dışındaki tedaviler kalça kireçlenmesini ortadan kaldırmaz. Kireçlenme başlangıç seviyesinde ise kilo verme, ağrı kesici ilaç kullanımı ve eklem içi iğne tedavileri gibi yöntemler ile hastaların ağrıları geçici de olsa azaltılabilir.

Bu tedavilerin işe yaramadığı durumda kalça kireçlenmesinin tek çözümü olan kalça protezi ameliyatı yapılır.

### **Sonuç**

Kalça kireçlenmesi ve ilgili semptomları anlattığımız bu makalede, kasık bölgesinde ağrı, kalça eklemde sertlik ve hareket kısıtlılığı ile karakterize olan kalça kireçlenmesinin nedenleri ve belirtileri üzerinde durduk.

Kalça kireçlenmesi tedavisine karar verirken hastanın ağrısı ve hastanın hareket kabiliyeti dikkate alınır.

Tedavi yöntemleri arasında kilo verme, ağrı kesici ilaç kullanımı, eklem içi iğne tedavileri ve kalça eklem protezi gibi seçenekler bulunmaktadır.

Tedavi sürecinde, "Kortizol enjeksiyonu, Hyalarunat enjeksiyonu, PRP, CGF, PRGF, Sanakin,ve yağ dokusu veya kemik iliğinden elde edilen kök hücre enjeksiyonu" gibi çeşitli ileri tedavi seçenekleri mevcuttur.

Eğer tedavi yöntemleri işe yaramazsa etkili bir çözüm olan ameliyat süreci planlanmaktadır.