

KALÇADAN SES GELMESİ-ATLAYAN KALÇA SENDROMU

Kalçadan ses gelmesi ya da atlayan kalça sendromu, yürürken, oturup kalkarken kalçanızda atlama hissi ya da patlama sesi hissettiğiniz bir durumdur. Snapping hip de denir. Kalçadan ses gelmesinin üç ana türü vardır: dış atlayan kalça sendromu, iç atlayan kalça sendromu ve eklem içi atlayan kalça sendromu.

Dış ve iç atlayan kalça sendromu teşhisi genellikle belirli fizik muayene manevraları ile klinik olarak konur. Eklem içi atlayan kalça sendromu teşhisi için MR görüntüleme gerekebilir. Tedavi, atlamamın spesifik nedenine ve semptomların süresine bağlı olarak değişir. Kalçadan ses gelmesi genellikle ameliyat dışı yöntemler ile yapılır. Eklem içi atlayan kalça sendromunun tedavisi kalça artroskopisi ameliyatı ile yapılmaktadır.

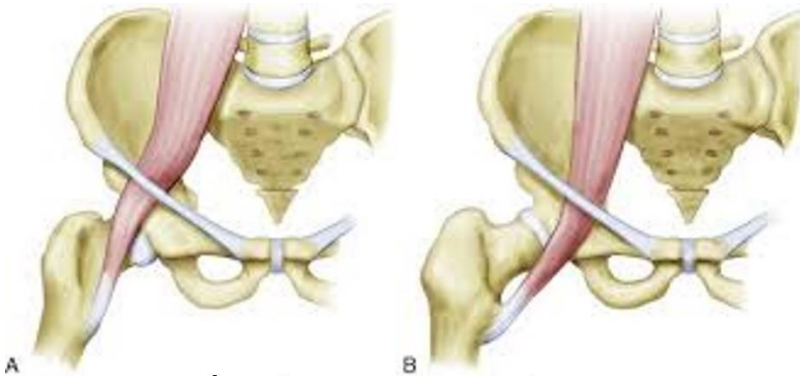
Kalçadan Ses Gelmesi, Atlayan Kalça Sendromu Neden Olur?

Kalçadan ses gelmesi yani atlayan kalça sendromu, bir kas ya da tendonun kalça eklemine oluşturan kemik yapılarıdaki doğal kemik çıkıntılarının üzerinden geçmesi- yer değiştirmesi ile olur. Kalça atlaması genellikle ağrısız ve zararsız bir durumdur. Ancak bazı hastalar bu sestten rahatsızlık hissederler. Bununla birlikte kalça atlaması bazen kalça eklemi çevresinde bulunan bursa adlı keseciklerde iltihap yaparak ağrıya neden olabilirler.

Kalçanın Dış Yanından Ses Gelmesi: Atlayan kalça sendromunun en yaygın bölgesi, iliotibial bandın uyluk kemiğinin trokanter majör olarak bilinen kısmının üzerinden geçtiği kalça eklemine dış taraftır. Kalça düz olduğunda iliotibial bant trokanter majörün arkasındadır. Kalça büküldüğünde iliotibial bant trokanter majörün önünde olacak şekilde hareket eder. İliotibial bant, gerilmiş bir lastik bant gibi her zaman sıkıdır. Trokanter major hafifçe dışarı çıktığı için iliotibial bandın onun üzerindeki hareketi sonucu ses oluşabilir.

Kalçanın Ön Tarafından Ses Gelmesi: Atlayan kalça sendromunun bir başka nedeni, rektus femoris tendonudur. Rektus femoris tendonunun atlayıp ses çıkarması kalçanın ön kısmında hissedilir. Kalçayı büküğünüzde tendon uyluk kemiğinin başı boyunca kayar ve kalçayı düzleştirdiğinizde tendon uyluk kemiğinin yan tarafına doğru hareket eder. Uyluk kemiğinin başındaki bu ileri geri hareket, atlayan kalça sendromuna neden olur. Kalçanın ön kısmındaki rektus femoris tendonuna ek olarak iliopsoas tendonu da pelvis kemiğinin ön kısmındaki kemik çıkıntılara takılıp ses çıkarabilir.

Kalça Eklemi İçi Sorunlar: Kalça eklemi kırıkdağındaki yaralanmalar, kalçanın labrum yapısındaki yırtıklar da kalçadan ses gelmesine yol açabilir. Ancak her iki durumda ağrıya sebep olur.



İç Atlayan Kalça Sendromu

Kalça Protezi Ameliyatından Sonra Ses Gelmesi?

Kalça protezi ameliyatından sonra, bazı kişiler ameliyat sonrasında tıklama, takırtı, tıkırtı gibi sesler duyabilirler. Bu sese çeşitli faktörler neden olabilir; bunlardan bazıları normaldir, diğerleri ise ciddi bir soruna işaret edebilir.

Kalça protezi sonrası ses gelmesinin birkaç olası nedeni şunlardır:

Yumuşak Doku Hareketi: Kalça protezi ameliyatından sonra çevredeki yumuşak dokular, tendonlar ve kaslar bazen hareket edebilir ve kalça protez parçalarına sürtünebilir. Bu tür tıklamalar genellikle zararsız ve geçicidir.

Sinoviyal Sıvı Hareketi: Sinoviyal sıvı, sağlıklı eklemlerde bulunan bir yağlama sıvısıdır. Bazen bu sıvının yapay kalça eklemi içindeki hareketi tıklama seslerine neden olabilir. Bu genellikle pozisyon değiştirdiğinizde veya kalçanızı hareket ettirdiğinizde daha belirgindir.

Yumuşak Doku: Kalça protezi yapılmış bir kalçanın çevresinde yara dokusu veya yapışıklıklar oluşabilir ve cihaza sürtünerek hareket ettikçe tıklama seslerine neden olabilir. Tüm yara dokusunun kötü veya zararlı olmadığını unutmamak önemlidir; skar dokusu oluşumu, ameliyattan sonra vücudun iyileşme sürecinin doğal bir parçasıdır. Bazı kişiler yara dokusuyla ilgili minimal sorunlar yaşayabilirken diğerleri daha fazla zorlukla karşılaşabilir.

Kalça Protezini Oluşturan Parçalarda Sorun: Daha az sıklıkla, kalçada sürtünme, patlama veya tıklama hissi, bileşenlerin gevşemesi gibi kalça protezini oluşturan parçaların sorunları ile ilgili olabilir. Kalça protezi ameliyatı ve ameliyatı oluşturan malzemeleri daha iyi anlamak için bağlantıya tıklayabilirsiniz.

Böyle bir durumda hastada ses dışında aşağıdaki belirtiler de olur:

- Kalça, kasık veya uylukta kalıcı ağrı veya rahatsızlık.
- Kalçada boşalma hissi.
- Etkilenen bacakta yürüme veya ağırlık taşıma zorluğu.
- Kalça eklemine hareketinde kısıtlanma ve eklemde sertlik.

Tıklama sesi size acı veya rahatsızlık vermiyorsa ve kalça protezi sonrası kalça eklemine hareket edip günlük yaşam aktivitelerinizi yapmanıza izin veriyorsa, endişelenecek bir neden olmayabilir.

Kalça protezi sonrası kalçadan ses gelmesi çoğu zaman normal olabilir, ancak ses gelmesine ağrı eşlik ediyorsa bu durumun mutlaka aydınlatılması gerekir.

Atlayan Kalça Sendromu Nedir?

Özellikle Atlayan kalça sendromu ya da kalçadan ses gelmesi, yürüme oturup kalkma gibi kalça eklemi hareketi esnasında kalça bölgesinde hissedilen-duyulan sestir.

Atlayan Kalça Sendromu Belirtileri Nelerdir?

Kalça bölgesinde duyulan ses

Ağrı: eğer atlama sesi ile birlikte ağrı da var ise atlayan kalça sendromunun daha çok eklem kıkırdak yaralanması ya da labrum yırtığı gibi eklem içi sorundan kaynaklandığı düşünülür.

Bu belirtiler ciddi Atlayan Kalça Sendromu Belirtileridir. Her hastalıkta olduğu gibi bu hastalıkta da erken tanı ve tedavi çok önemlidir.

Atlayan Kalça Sendromu Tedavisi

Sadece ses duyulan atlama kalça sendromunun tedavisine gerek yoktur. Ancak bazı kişiler bu ses duyulmasından rahatsız olurlar. Bu durumda yapılacak öncelikli tedavi sese neden olan tendonun germe egzersizleri ile uzatılmasıdır.

Labrum yırtığı ve kıkırdak yaralanması olan atlayan kalça sendromunda ses ile ağrı da olur. Kalça artroskopi ameliyatı ile hem labrum yırtığı tamir edilir hem de eklemdaki kıkırdak hasarına müdahale edilmektedir.

Atlayan Kalça Sendromu Egzersizleri:

Atlayan kalça sendromunda sese sebep olan hangi tendon ise o tendonun germe egzersizi yapılmalıdır.

Sonuç

Kalçadan ses gelmesi veya atlayan kalça sendromu, genellikle zararsız olmasına rağmen bazı durumlarda rahatsızlık verici olabilmektedir. Dış atlayan kalça sendromu, iç atlayan kalça sendromu ve eklem içi atlayan kalça sendromu olmak üzere üç ana türü vardır. "Kalçadan ses gelmesi bir kas ya da tendonun kalça eklemine oluşturan kemik yapılarıdaki doğal kemik çıkıntılarının üzerinden geçmesi- yer değiştirmesi ile olur.

Bu sendromun tedavisi genellikle ameliyat dışı yöntemler ile yapılır ve spesifik nedenine bağlıdır. Labrum yırtığı ve kıkırdak yaralanması olan atlayan kalça sendromunda ses ile ağrı da olur. Egzersizler ve germe hareketleri bu durumu hafifletebilir, ancak ağrı var ise tıbbi müdahale gerekmektedir.