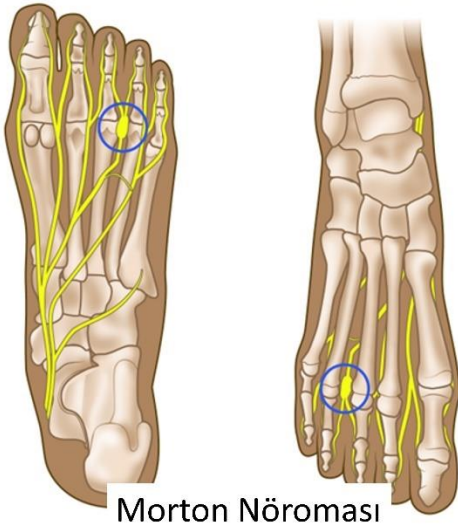


## MORTON NÖROMA (SİNİR KALINLAŞMASI)

### Morton Nöroma (Sinir Kalınlaşması) Nedir?

Ayaklarımız insanın en önemli organlarından biri iken, gün boyunca bütün yükü taşımakta ve pek çok sinir noktasını barındırmaktadır. Ayaklarımız, arka topuk kemiği ile aşık kemiğinden oluşmaktadır. Ayağın ile bacak bağlantı noktasında aşık kemiğidir. Ayağımızda oluşan basınç sonucu ayak ve parmaklarda, bazı rahatsız, acılı ağrılar oluşmaktadır. Ayak ve genelde parmaklarda görülen; Morton Nöroma ise ayak parmaklarda meydana gelen sinir sıkışmalarıdır. Büyük kasılma ve acı ile kişiyi rahatsız eder. Genelde dar kalıp ayakkabılar ve yüksek topuklu ayakkabılar sonucu oluşmaktadır.



### Morton Nöroma Neden Olur?

Ayak bölgesel olarak farklı miktarlarda yük taşıyan bir yapıya sahiptir. Buna bağlı olarak, yük taşıma yeteneği az olan bölgelere yükün fazla binmesi yada aynı noktanın sürekli yük taşıması sonucunda Morton Nöroma gibi rahatsızlık oluşmaktadır.

Baş parmakta çıkıntısı, yüksek kavis, düz taban gibi ayak yük dağılımını bozan rahatsızlıklarda Morton Nöroma'nın daha sık olduğu bilinmektedir. Bu hastalıklarda yürüme esnasında hastanın yükü yanlış dağıtması sonucunda Morton Nöroma'nın tetiklenmesi söz konusu olmaktadır. Yürüme esnasında hastanın ayakkabıdan rahatsız olması, ayak parmaklarında uyuşma hissetmesi yada ayakkabı çıkartma isteğinin gelmesi en önemli şikayetler arasındadır.

Hastalarda sinirin yük altında kalınlaşması ve kalınlaşmış olan sinirin aşırı uyarılabilir hale gelmesi sonucu şikayetler oluşabilmektedir. Sinir sıkışmalarında özellikli olarak ağrının, ayakkabı giyilmesi ile tetiklendiği gözlemlenmektedir. Tanı muayene ile konulmaktadır, çekilecek olan kontrastlı MR'lar ile ayırıcı tanı yapılmaktadır.

### Morton Nöroma Hastalığı Belirtileri Nelerdir?

Şişlik, kemikte hasar gibi şekilsel bozukluklar görülmez fakat ayak tabanında, ayak parmakları meydana gelen yakıcı ağrı hissi en belirgin özelliğidir. Ağrılar, ayakta dururken, yürürken ayakkabı

içinde fazlalaşır ve gece hissedilme durumu azdır. Morton Nöroma uyuşukluk ve kramp durumları olabilmektedir. Koşucularda sık görülen rahatsızlık, aynı zamanda yüksek topuklu ayakkabı giyenler de görülme oranı da yüksektir. Dar kalıp ve sıkı ayakkabılar ayakta oluşan basıncı arttırarak ayağınızda sinir sıkışmaları meydana gelecektir.

### **Morton Nöroma Teşhis Ve Tedavi Yöntemleri Nelerdir?**

Morton Nöroma'da tanı doktorunuz yaptığı muayene ile konulmaktadır. Muayene esnasında "Sıkışma Testi" olarak adlandırdığımız test ile hastada ağrının oluşması en önemli bulgudur. Muayene esnasında hastadan alınan klikler, sinirin sıkıştığı bölgede oluşan hassasiyetler tanıyı güçlendirmektedir. Hastalarda eğer var ise kemik deformitelerinin değerlendirilmesi amacı ile röntgenler istenebilmektedir. Ayırıcı tanıda destek olması için kontrastlı MR çekilmeside gerekebilmektedir. Morton Nöroma tanısında en önemli parametre doktorunuzun fiziki muayenesidir.

Morton Nöroma'nın tedavisinde 3 aşamalı yol izlenmektedir.

Hastalarda kemik deformiteleri yada basma kusurları izlendiğinde bu hastalar için öncelikli olarak ayakkabıların düzenlenmesi, kişiye özel tabanlıkların kullanılması ile yük dağılımı normale çevrilmeye çalışılır. Yük dağılımının normale dönmesi ile hastalarda şikayet geçiyor ise tabanlık kullanımı ile Morton Nöroma tedavisi tamamlanmış olur.

Tabanlık kullanımı ile şikayetleri geçmeyen hastalarda yada kemik deformiteleri görülmeyen hastalarda enjeksiyon uygulamaları yapılmaktadır. Sinirin kalınlaşmış, sıkışmış olduğu bölgenin üzerine kortizon yada alkol enjeksiyonları yapılmaktadır. Enjeksiyonlar genellikle 1 Hafta – 10 Gün aralıklar ile 2 kez uygulanmaktadır. 3. Haftada enjeksiyonun sonuçları değerlendirilmektedir.

Enjeksiyon uygulamalarından ve tabanlık kullanımından fayda görmeyen hastalar için son aşamada cerrahi tedavi planlanmaktadır. Sinirin sıkıştığı bölgeye yapılan cerrahi müdahaleler ile sinirin çıkartılması yada gevşetilmesi cerrahi müdahalenin temelini oluşturmaktadır.

Cerrahi sonrası dönemde hastanın ilk 2 hafta ev istirahatinde olması gerekmektedir. Toplam iyileşme süresi 6 – 8 Hafta olacaktır.