

TROKANTERİK BURSİT - KALÇA BURSİTİ TEDAVİSİ

Trokanterik Bursit Nedir?

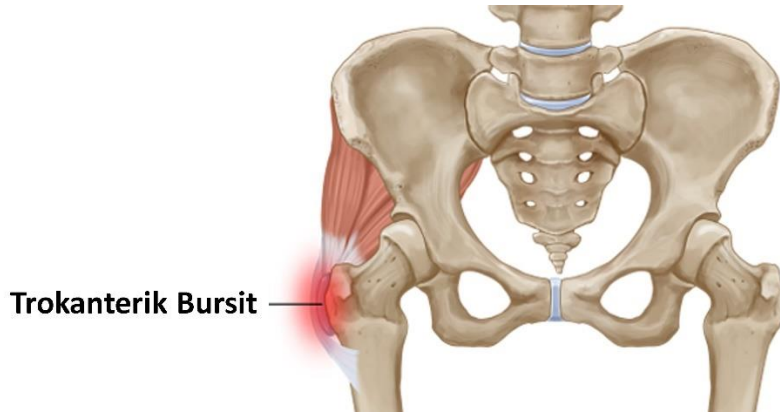
Her eklemdede olduğu gibi kalça eklemi çevresinde de içi sıvı dolu kesecikler yani bursalar bulunmaktadır. Bursaların görevi eklemeye gelen darbeleri emerek eklemi travmaya karşı korumaktır. Normalde kağıt kalınlığında olan bursa yapıları, bir nedenle fonksiyonları bozulmaya başladığında iltihaplanıp şişerek kalınlaşıp büyüyüp ağrı oluşturmaya başlarlar.

Kalça ekleminde iki büyük bursa vardır. Bunlardan birisi trokanterik bursadır. Diğeri kalçanın daha derininde ve iç kısmında olan iliopsoas bursasıdır.

Trokanterik bursa, uyluk kemiğinin kalça eklemine yakın bölümündeki trokanter majör adlı kemik yapısının dış kısmında bulunmaktadır. Trokanterik bursa, Gluteus maximus adlı kalça kası ile iliotibial bantın arasında konumlanmıştır. Tam buraya Gluteus medius adlı kasın tendonu yapışır.

Trokanterik bursit, genellikle aşırı kullanım yaralanmaları, tekrarlayan hareketler veya uzun süreli baskı sonucu oluşur. Kalça kasları üzerindeki dengesizlikler ve obezite, bu durumu tetikleyen diğerk faktörlerdir. Ortopedik muayene ve MR ve ultrason görüntüleme yöntemleri ile tanı koyulur. Tedaviye erken başlanması önemlidir çünkü tedavi edilmediği takdirde ağrı kronikleşebilir ve günlük aktiviteleri büyük ölçüde kısıtlayabilir.

Bursa iltihabı, kalça bölgesinde ağrıya neden olur. Tekrarlayan hareketler ve aşırı kullanım bu durumu tetikleyebilir. Ortopedik muayene ve MR ve ultrason görüntüleme tanı koymada kullanılır. Bazen tendinozis ya da tendon yırtıkları gibi Gluteus medius tendonunun hastalıklarında ağrı aynı yerde olup, trokanterik bursit ile karışır.



Trokanterik Bursit Neden olur?

Kalça eklemi çevresinde bulunan trokanterik bursanın şişerek, enflamasyona uğraması ve ağrı oluşumunun bazı olası sebepleri aşağıda sıralanmıştır:

IT bantın kısılp trokanterik bölgedeki bursayı sıkıştırarak ezmeye başlar. Ezilen bursada enflamasyon başlayıp, ağrı oluşumu başlar.

Düşme sonrası bursanın yapısı bozulmaya başlaması sonrası.

Bisiklet sporcularında olduğu gibi tekrarlayan mikrotravma sonucu.

Uzun süre sert zeminde yan yatanlarda.

Trokanterik Bursit - Kalça Bursit Belirtileri Nelerdir?

Trokanterik bursit, kalça bölgesindeki büyük bir kemik çıkıntısı olan trokanter üzerindeki bursanın iltihaplanması durumunda ortaya çıkar. Bu durumun belirtileri şunlardır:

Ağrı: Üzerine yatınca gece uykudan uyandırabilen, bağdaş kurma gibi kalça bölgesini gerici egzersizlerde ayrıca uzun yürüme, bisiklet binme gibi aktivitelerden sonra kalçanızın dış kısmındaki kemik çıkıntısının üzerinde hissedilen ağrı.

Hassasiyet: Kalçanızın dış kısmındaki kemiğin üzeri zamanla hassaslaşır.

Topallama: Özellikle gece hasta trokanterik bursitin olduğu tarafın üzerine doğru yatarsa, sabah ilk kalktığı anda ilk birkaç dakika topallayarak yürür. Daha çok tedavisi gecikmiş olgularda da ağrıya bağlı olarak, hasta doktora topallama şikayeti ile başvurur.

Trokanterik Bursitin Tanısı Nasıl Konulur?

Fizik muayenede kalçanızın dış tarafında ağrı ve hassasiyet olması trokanterik bursiti düşündürür. Trokanterik bursit tanısını bazen koymak kolay olmayabilir. Aynı bölgede bulunan Gluteus medius tendonunun bozuklukları ile ayırıcı tanısını yapmak için MR görüntüleme gerekir.

Trokanterik Bursit Ağrısı Nereye Vurur?

Trokanterik bursit ağrısı, genellikle kalçanın dış kısmına vurmaktadır. Bu ağrı, yürüme, merdiven çıkma veya uzun süre oturma gibi aktivitelerde sizi zorlamaktadır. Ağrı bazen bacak boyunca yayılır ve gece yatarken ağrı miktarı giderek artabilir.

Trokanterik Bursit - Kalça Bursit Tedavisi Nasıl Yapılır?

Tedaviye ağrıya sebep olan hareketleri ve aktiviteleri terk etmekle başlanır. Özellikle hastadan trokanterik bursit olan kalçasının üzerine yatmaması istenilmektedir.

Doktorunuza danışarak alacağınız ağrı kesiciler de bu hastalığın tedavisinde yeri vardır.

Trokanterik Bursit Tedavisinde Ultrason Eşliğinde Kortizon Enjeksiyonu

Ultrason eşliğinde kortizon enjeksiyonu trokanterik bursit tedavisinde oldukça etkilidir. Bursa içine yapılan enjeksiyon ile bazen aylarca hatta kalıcı rahatlama oluşur.

Enjeksiyondan sonra bu durum tekrar oluşursa, enjeksiyon tekrarlanır. Çok fazla kortizol enjeksiyonları çevre dokulara zarar verebileceğinden enjeksiyon sayısını sınırlamak önemlidir.

Trokanterik Bursit Fizik Tedavi

Trokanterik bursit yani Kalça Bursit, fizik tedavi ile olumlu sonuç veren bir durumdur. Fizik tedavi, ağrıyı azaltmaya, kasları güçlendirmeye ve eklem hareketliliğini artırmaya yardımcı olur. Bu tedavi yöntemi, hastanın günlük aktivitelerine dönmesini kolaylaştırır ve iyileşme sürecini hızlandırır

Trokanterik Bursit Ameliyatı

Ameliyat dışı yöntemler ile trokanterik bursit tedavi edilememişse, ameliyat gündeme gelir.

Güncel olarak trokanterik bursitin tedavisi kapalı ameliyat ile yani artroskopik olarak yapılmaktadır. Kamera ile bursit tespit edilip, bozulmuş olan bursa dokusu çıkarılır. Eklem ile ilgili bir işlem yapılmadığından ameliyat sonrası hasta 1-2 hafta içinde günlük aktivitelerine geri döner.

Kalça Bursit Tedavisinde Enjeksiyon - Önemi

Kalça bursit tedavisinde enjeksiyon, inflamasyonu azaltmaya ve ağrıyı hafifletmeye yardımcı olur. Enjeksiyonlar genellikle kortikosteroid veya PRP (platelet-rich plasma), ozon gazı gibi anti-enflamatuar maddeler içerir.

Bu tedavi yöntemi, diğer tedavilere yanıt vermeyen veya şiddetli semptomlar yaşayan hastalarda tercih etmekteyiz. Bizler, hastanın durumunu değerlendirerek en uygun tedavi seçeneklerini belirler

Sonuç

Trokanterik bursit yani kalça bursiti Kalçanın dış kısmındaki ağrıları değerlendirirken ilk akla gelen hastalıktır. Özellikle Gluteus medius tendonunda sorunları ile trokanterik bursit belirtileri birbirine çok benzer. Ayırıcı tanıyı yapmak tedavi açısından önemlidir.

Trokanterik bursitin tedavi seçenekleri arasında ultrason altında kortizon enjeksiyonu etkili bir yöntemdir.

Tedaviye dirençli vakalarda ameliyat kesin çözüm olur. Trokanterik bursitin güncel ameliyatı artroskopik yani kapalı olarak yapılmaktadır.