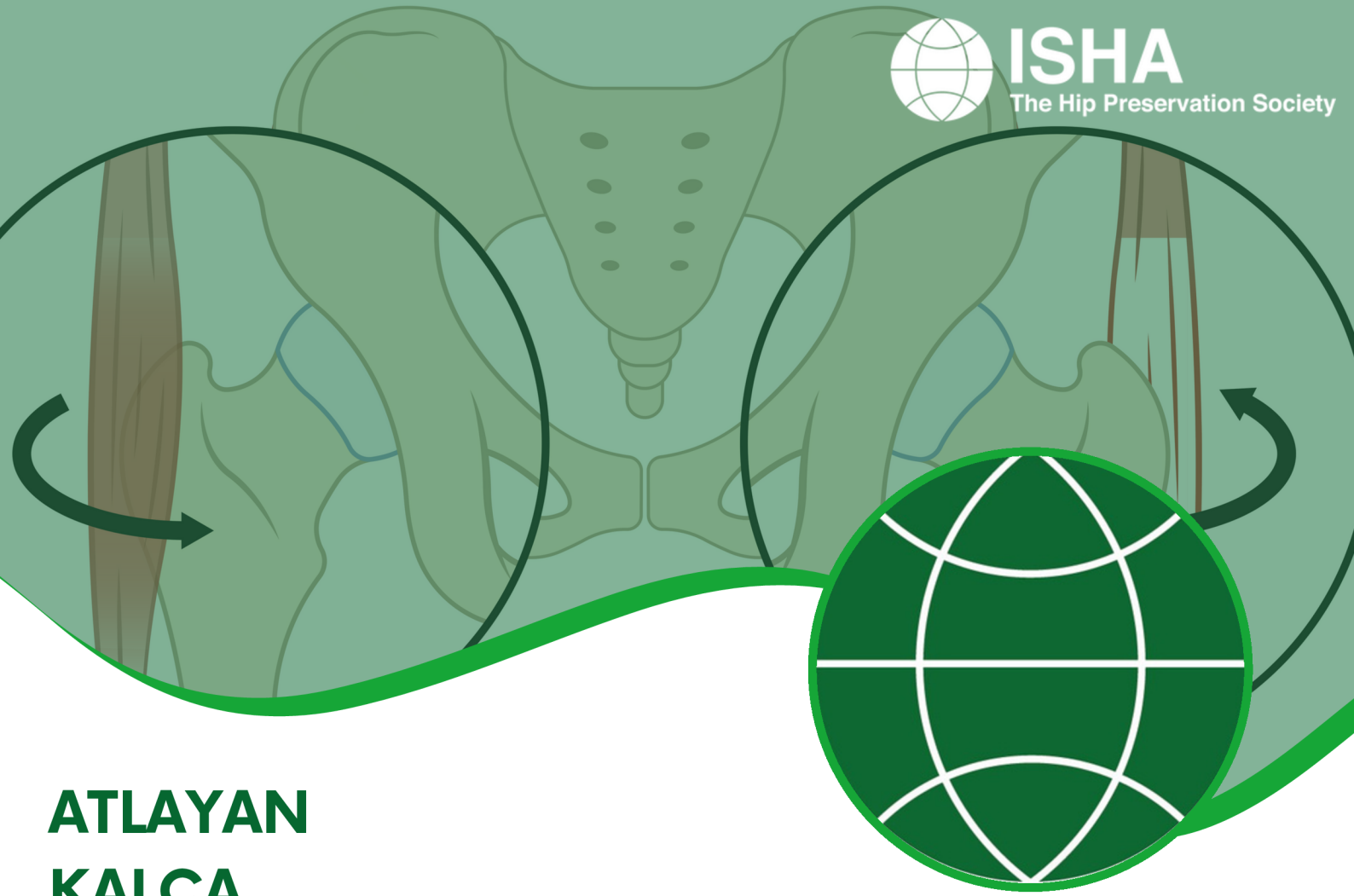




ISHA

The Hip Preservation Society



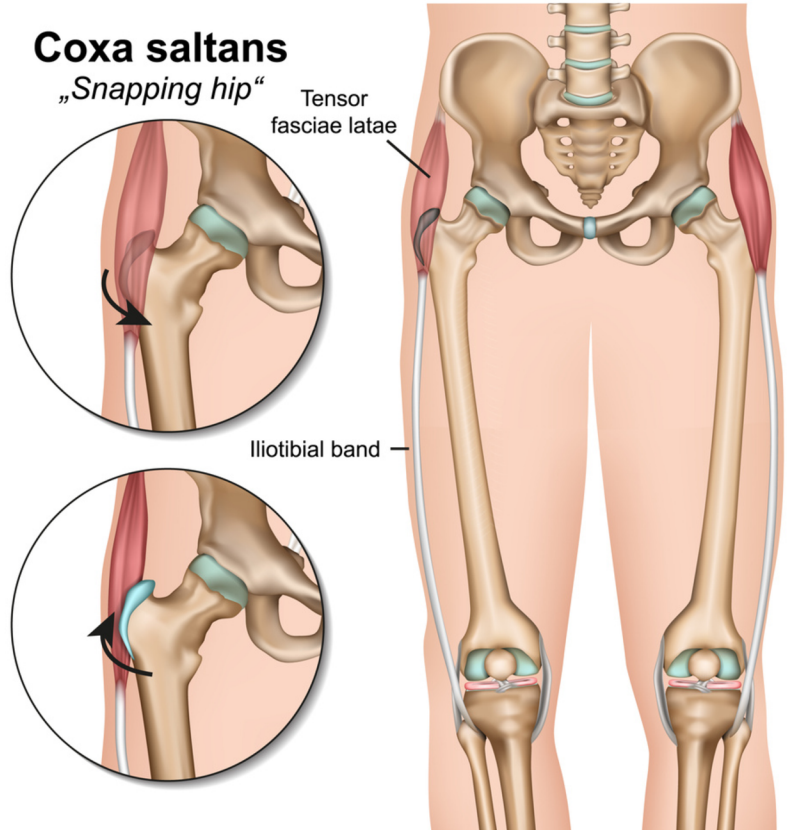
ATLAYAN KALÇA SENDROMU

TANIM

"Coxa saltans" veya "dansçı kalçası" olarak da bilinen atlayan kalça; yürüme, oturma, kalkma veya dönme hareketleri dahil olmak üzere belirli kalça hareketleri sırasında genellikle ağrısız bir balon patlama veya çıtlama hissi ile karakterizedir. Bu durum aşırı kullanımdan gelişebilir ve genellikle bale dansçıları, halterciler, futbolcular ve koşucular gibi tekrarlayan hareketler yapan kişilerle ilişkilendirilir. Kadınlarda biraz daha yaygındır ve her iki kalçayı da etkileyebilir.

İç veya dış olarak tanımlanabilen atlama, bir kas veya tendon kalça çevresindeki kemikli bir nokta üzerinde hareket ettiğinde meydana gelir (daha fazla ayrıntı için tabloya bakın).

PATIENT INFORMATION FACT SHEET





Atlayan Kalça Sendromu	Kalça hareketi	Etkilenen tendon	Etkilenen tendon
İç	Fleksiyon veya ekstansiyon	İliopsoas tendonu	Küçük trokanter, femur başı veya iliopubik emminens
Dış (en yaygın)	Fleksiyon, ekstansiyon, dış veya iç rotasyon	İliotibial bant	Büyük trokanter

TANI

Kalça atlama büyük olasılıkla fiziksel muayene sırasında ortaya çıkar. Bireyler genellikle sorunun yerini tam olarak belirleyebilir ve semptomları istedikleri zaman tekrarlayabilirler. Olası tanı doğrulandıktan sonra, diğer yapılarda hasar olup olmadığını kontrol etmek için röntgen, MRG ve ultrason eşliğinde lokal anestezi enjeksiyonu gibi görüntüleme yöntemleri uygulanabilir. Ağrı olmadığında tedavi gerekli olmayacaktır, ancak çıtlama semptomatik olduğunda veya kalça çevresinde başka ağrı alanları mevcutsa, bir dizi tedavi seçenekleri değerlendirilebilir.

CERRAHI OLMAYAN TEDAVİ

İlk aşamada, dinlenme, aktivite modifikasyonu, anti-inflamatuar ilaçlar, steroid enjeksiyonları ve fizyoterapi gibi konservatif önlemler genellikle ağrının giderilmesini sağlar.

CERRAHI TEDAVİ

Aşağıdaki prosedürler bir kalça koruma cerrahi tarafından atlayan kalça sendromunun tedavisi için önerilebilir:

- İliotibial bantın serbest bırakılması veya uzatılması ya da gluteus maksimusun serbest bırakılması
- İliopsoas tendonunun serbest bırakılması veya uzatılması

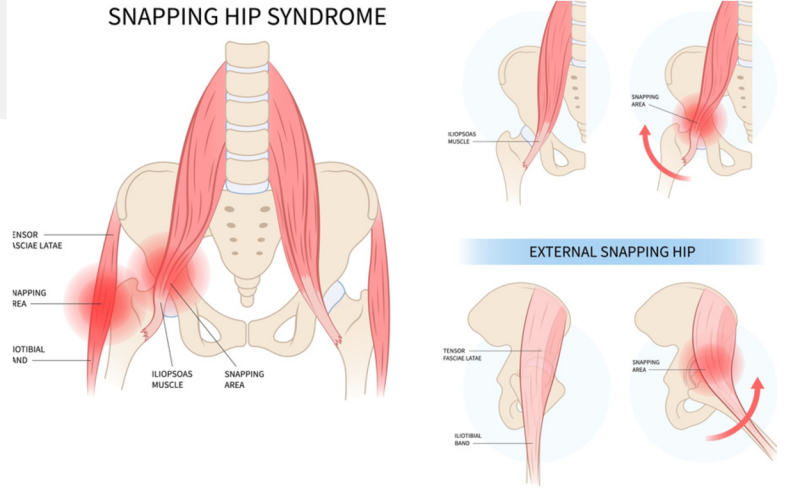
Atlayan kalça sendromunu tedavi etmek için cerrahi prosedürler açık veya artroskopik yaklaşımla gerçekleştirilebilir, ancak ikincisi genellikle kalça koruma cerrahları tarafından tercih edilen seçenektir. Diğer kalça sorunları bu durumla birlikte görülebilir, bu nedenle bunlar için de cerrahi tedavi düşünülmesi gerekebilir.

AMELİYAT SONRASI BEKLENTİ

Artroskopik cerrahi sonrası iyileşme genellikle açık bir prosedürden daha hızlıdır ve dolayısıyla aktivitelere dönüş de daha kolaydır. Spora dönüş aynı zamanda ameliyat bulgularına bağlı olacaktır ve tavsiyeler cerrah ve fizyoterapist tarafından sağlanacaktır.

İlk iki veya üç ay boyunca bacak üstüne basma ve aktivitelerde sınırlamalar olabilir; bu sınırlamalar cerrahlar arasında değişiklik gösterecek ve ameliyat bulgularına ve uygulanan tekniklere bağlı olacaktır.

Fizyoterapi, ameliyattan sonra başlayabilir ve yapılan ameliyata ve bireysel hedeflere bağlı olarak altı aya kadar bir süre boyunca hareket aralığını, dengeyi, gücü, hareketliliği ve eklem fonksiyonunu kademeli olarak artırabilir.



For further information about ISHA - The Hip Preservation Society, how to find an experienced hip preservation surgeon or physiotherapist, or to make a donation, visit www.ishasoc.net. Charity registered in England and Wales, number 199165.