

Bel boyun ve sırt ağrısının en sık sebebi fibromyalji ve hilterapi



Toplumumuzda çok sık görülen bu hastalıktan çok kısa bahsetmek istiyorum. Fibromiyalji, uzun süre hastayı etkisi altına alan yaygın kas ağrısı sendromudur. Özellikle 20-50 yaş arası kadınları etkiler.

Son güncelleme: 12 Nisan 2016 08:50 Bu haber 6.089 kez okundu

Ağrı kesicilere kolay yanıt vermeyen bu hastalığın belirtilerini kısaca aşağıdaki şekilde özetleyebiliriz.

1-Özellikle boyunda, enseden başa yayılan omuzlarda, belde ve kalçada ağrı.2-Ağrıya eşlik eden yanma ve sızlama hissi.

3-Bitkinlik ve uyku bozukluğu sık görülür. Ve bu durumda ağrıda artış olur.4-Gün içinde şikayetlerde artış olur. Özellikle sinir ve streste ağrı artar.5-Kas ağrısı ile beraber, spesifik olmayan semptomlarda sık görülür.

Bunlar abdominal yani karın ağrısı, şişkinlik, ishal, kabızlık, soğuğa dayanıksızlık, baş ağrısı, moral bozukluğu v.s.

Bu şikayetleri arttırabiliriz. Fakat ben en çok görülen şikayetleri sıraladım.

Özetlersem bu hastalıkta daha çok enseden başlayıp başa yayılan ağrı, boyun ağrısı ve bel, kalça ağrısı olur. Muayene bulguları normaldir. Ve ağrı kesiciye genelde yanıt yetersiz olur.

Hastalık kronik bir seyir sergiler. Ancak stresin azaltılması ve gevşeme egzersizleri ve ilaçlarla hastalık kontrol altına alınır.

Hastalığın tanısında, hekimin çok iyi hastayı dinlemesi ve diğer hastalıklardan ayırması önemlidir. EEG ve EMG gerekirse Cranial MR birçok hastalığın dışlanmasına yardımcı olur. Genellikle muayene ve laboratuvar tetkikleri normaldir. Bu hastalık birçok hastalıkla karışabilir.

Bunların başında; romatizma hastalıklar, hipotiroidizm , bel ve cervical fıtıklar, depresyon, MS, polimiyozit vs... gelir.

Bu hastalığın tanısı ve hasta tarafından kabulü çok zordur. Hasta genelde hastalığı ile ilgili somut tetkik bulguları ister. Fakat bu hastalık deneyimli bir hekimin detaylı muayenesi ve diğer hastalıkları dışlanması ile saptanır. Hekimin muayenesi ve hastaya açıklayıcı bilgiler vermesi tedaviyi olumlu yönde etkiler.

Tedavide dikkat edilecek hususlardan kısaca bahsedersen;

1-İlaç tedavisi kaçınılmazdır. Dirençli vakalarda ağırlı bölgeye enjeksiyon yapılabilir.2- Hastalığı hastaya anlatmak önemlidir.3-Hastalığa eşlik eden başka bir hastalık varsa, bu hastalığın tedavisini yapmak.4-Fizik tedavi ve egzersiz programları bunun yanında masaj tedavisi düşünülebilir.5-Stres azaltma ve gevşeme terapileri büyük önem taşır.

Yukarıda bahsettiğim gibi özellikle stres ve gerginlik kasları kasacağı için hastalığın şiddetini artırır. Ve ilaca olan yanıtı olumsuz etkiler. Bunun için fibromiyalji olan hastada buna eşlik eden stres, gerginlik ve depresyon varsa tedavisi buna göre düzenlenmelidir. Hastalık kroniktir. Yani uzun süre sürer ve zaman zaman tekrarlayabilir. Bu da hastaların yaşam kalitesini olumsuz yönde etkiler. Bunun hastaların ilaçlarını düzgün kullanarak, verilen egzersizleri disiplinli bir şekilde yapması gerekmektedir.

HİLTERAPİ:

Son yıllarda bu hastalıkta kullanılan HİLTERAPİ bir lazerdir. 10 seansta derine etki ederek kasılan kasları gevşetmekte ve hastayı rahatlatmaktadır, Bu lazer tedavisi nedir? Tüm ağrılarda dokunun tahrip olması ve buna bağlı doku ödemi , sinir basıları ve o bölgedeki sıvı birikimleri yani enflamasyon ağrının şiddetini ve ağrı süresini belirler. Uygulanan lazer terapisi ,uygulanan bölgedeki dokuların derin bölgelerine ulaşarak o bölgedeki dolaşımı hızlandırır, doku tamirini ve ödemi yok ederek vücudun kendi hücrelerini aktive eder. Yıpranmış veya travmaya uğramış dokunun,tüm derinliklerinde enflamasyonu yani doku ödemini ve sıvısını yok eder. Böylece şişmiş bel ve boyun fıtıklarının eski haline gelmesini sağlar.

Fibromyaljide kasların spazmını yani kasılmasını çözer. Travmalı dokuları tamir eder. Lazer uygulaması ağrısız ve yan etkisiz bir işlemdir.İlk seanstan itibaren sonu alınmaya başlanır. Seans sayısını hastanın durumu belirler.Uzun tedavilere ve operasyonlara göre daha ucuz ve zahmetsiz bir tedavidir.

Prof.Dr.Serdar DağNörolog<http://www.doktorlarmerkezi.com>