

Yaşlılarda Kas Siskelet Sisteminin Ağrılı Durumları ve Yönetimi

Özge Göksu KÖRLÜ¹

Tüm dünyada ekonomik ve sosyokültürel koşulların gelişmesi, doğum oranlarının düşmesi ile ortalama yaşam süresi artmakta, buna paralel olarak her geçen gün yaşlı nüfus oranında yükseliş görülmektedir. Yaşlanma ile vücutta oluşan çeşitli fizyolojik değişikliklerin sonucunda bazı sağlık sorunları karşımıza çıkar. Bunların başında kas iskelet sistemi hastalıkları gelmektedir (1-3).

Kas iskelet sisteminde görülen bu fizyolojik değişikliklerin temelinde, 1989'da Irwin Rosenberg tarafından tanımlanmış, yunanca bir terim olan sarx (kas) ve penia (kayıp) kelimelerinin birleşmesinden oluşan "sarkopeni" yani kas gücü ve enduransta azalma gelmektedir. Fiziksel aktivite azlığı, protein alımındaki yetersizlik ve kas katabolizmasındaki yükseliş geriatrik popülasyonda görülen sarkopeni sıklığında artışın temel nedenleridir. Kemik kitlesinde azalma ve mineral kaybı, eklem kıkırdağında ve bağ dokuda değişikliklerde bu fizyolojik değişim sürecinde ortaya çıkmaktadır (4-6).

Yaşlı hastaların hastaneye başvurularındaki en temel neden olan ağrı duyusunda da yaşlanmayla fizyolojik değişiklikler görülmektedir. Ağrı

eşği yükselmesine rağmen ağrıya karşı tolerans azaldığı için akut ve kronik ağrının gençlere kıyasla görülme sıklığı artar (7, 8). Türk toplumunda geriatrik popülasyonda %65-70 olan kronik ağrı görülme oranı, huzur evlerinde %83-90'lara kadar yükselmektedir (9, 10). Nedenler arasında en sık karşımıza çıkan patolojiler ise kas iskelet sistemi ile ilgili ağrılardır.

Ağrılı durumlar sonucu fiziksel aktivitelerde azalma, uyku problemleri, kronik yorgunluk, bağımsızlık düzeylerinde ileri derecede etkilenme ile birlikte bakım verene bağımlılıkta artış, sosyal izolasyon sonucu anksiyete ve depresyon görülme sıklığı da belirgin oranda artış saptanmaktadır (11, 12).

Komorbid sistemik hastalıkların varlığı ve polifarmasinin sıklığı ile kognitif performansta azalma nedeniyle yaşlılarda ağrının kontrolü de zorlaşmaktadır. Ayrıca bu popülasyonda görülebilecek semptom ve bulgularda geçlere göre farklılıklar gösterebileceği de unutulmamalıdır. Amaç iyileşmeden çok, yaşam kalitesini arttırmak için ağrıyı kontrol altında tutmaya yönelik tedavileri planlamaktır (13, 14).

¹ Uzm. Dr., Adana Şehir Eğitim ve Araştırma Hastanesi Fiziksel Tıp Tedavi ve Rehabilitasyon Kliniği, ogoksukorlu84@hotmail.com

KAYNAKLAR

1. Gökçe Kutsal Y. Yaşlanan dünya. *Türkiye Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon Dergisi*. 2006;6-11.
2. Gökçe Kutsal Y, Çakmakçı M, Ünal S. *Geriatrı*, Cilt 1 ve 2, Ankara: Hekimler Yayın Birliđi, 1997.
3. Welsh TP, Yang AE, Makris UE. Musculoskeletal Pain in Older Adults: A Clinical Review. *The Medical Clinics of North America*. 2020;104(5):855-72.
4. Gökçe Kutsal Y. *Aging in Turkey*, Erdaman B. Palmore FWaSRKE, editor. USA, 2009.
5. Cruz-Jentoft AJ, Bahat G, Bauer J, et al. Sarcopenia: revised European consensus on definition and diagnosis. *Age and Ageing*. 2019;48(4):601.
6. Marzetti E. Musculoskeletal Aging and Sarcopenia in the Elderly. *International Journal of Molecular Sciences*. 2022;23(5).
7. Gibson SJ, Farrell M. A review of age differences in the neurophysiology of nociception and the perceptual experience of pain. *The Clinical Journal of Pain*. 2004;20(4):227-39.
8. Farrell MJ. Age-related changes in the structure and function of brain regions involved in pain processing. *Pain Medicine (Malden, Mass)*. 2012;13(2):37-43.
9. Molton IR, Terrill AL. Overview of persistent pain in older adults. *The American Psychologist*. 2014;69(2):197-207.
10. Abdulla A, Adams N, Bone M, et al. Guidance on the management of pain in older people. *Age and Ageing*. 2013; 42(1):1-57.
11. Chen Q, Hayman LL, Shmerling RH, et al. Characteristics of chronic pain associated with sleep difficulty in older adults: the Maintenance of Balance, Independent Living, Intellect, and Zest in the Elderly (MOBILIZE) Boston study. *Journal of the American Geriatrics Society*. 2011;59(8):1385-92.
12. Gleicher Y, Croxford R, Hochman J, et al. A prospective study of mental health care for comorbid depressed mood in older adults with painful osteoarthritis. *BMC Psychiatry*. 2011;11:147.
13. Arasil T, Gök H, Yavuzer GJB. *Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon İlkeler ve Uygulamalar*, İstanbul: Güneş Tıp Kitabevleri, 2007.
14. Gökçe Kutsal Y. *Temel Geriatrı*. Ankara: Güneş Kitabevi, 2008.
15. Zeidler H. Epidemiology of musculoskeletal conditions in the geriatric population. *European Journal of Rheumatology and Inflammation*. 1994;14(1):3-6.
16. McAlindon TE, Wilson PW, Aliabadi P, et al. Level of physical activity and the risk of radiographic and symptomatic knee osteoarthritis in the elderly: the Framingham study. *The American Journal of Medicine*. 1999;106(2):151-7.
17. Weiner DK. Office management of chronic pain in the elderly. *The American Journal of Medicine*. 2007;120(4):306-15.
18. Beaudart C, Lengelé L, Leclercq V, et al. Symptomatic Efficacy of Pharmacological Treatments for Knee Osteoarthritis: A Systematic Review and a Network Meta-Analysis with a 6-Month Time Horizon. *Drugs*. 2020;80(18):1947-59.
19. Imagama S, Ando K, Kobayashi K, et al. Musculoskeletal Factors and Geriatric Syndromes Related to the Absence of Musculoskeletal Degenerative Disease in Elderly People Aged over 70 Years. *Bio-Med Research International*. 2019;709-76.
20. Thapa S, Shmerling RH, Bean JF, et al. Chronic multisite pain: evaluation of a new geriatric syndrome. *Aging Clinical and Experimental Research*. 2019;31(8):1129-37.
21. Michet CJ, Evans JM, Fleming KC, et al. Common rheumatologic diseases in elderly patients. *Mayo Clinic Proceedings*. 1995;70(12):1205-14.
22. Palmer R, Johnston C, Johnson MA, et al. *Current geriatric diagnosis and treatment*, McGraw Hill Professional, 2004.
23. Kars A, Türker A. *Yaşlılık ve kanser*. Gökçe Kutsal Y, editor. Ankara: Güneş Tıp Kitabevleri, 2007.
24. Gökçe Kutsal Y. *Osteoporoz*. Gökçe Kutsal Y., editor. Ankara: Güneş Tıp Kitabevleri, 2007.
25. Hübscher M, Vogt L, Schmidt K, et al. Perceived pain, fear of falling and physical function in women with osteoporosis. *Gait & Posture*. 2010;32(3):383-5.
26. Diep JT, Gorevic PD. Geriatric autoimmune diseases: systemic lupus erythematosus, Sjogren's syndrome, and myositis. *Geriatrics*. 2005;60(5):32-8.
27. Guerriero F, Reid MC. Linking persistent pain and frailty in older adults. *Pain medicine (Malden, Mass)*. 2020;21(1):61-6.
28. Topinková E. Aging, disability and frailty. *Annals of nutrition & metabolism*. 2008;52 Suppl 1:6-11.
29. Ettinger MP. Aging bone and osteoporosis: strategies for preventing fractures in the elderly. *Archives of Internal Medicine*. 2003;163(18):2237-46.
30. Belostocki KB, Paget SA. Inflammatory rheumatologic disorders in the elderly. Unusual presentations, altered outlooks. *Postgraduate medicine*. 2002;111(4):72-4, 7-8, 81-3.
31. Reinhard JD, Calkins E. Geriatric issues in the diagnosis and management of patients with rheumatic disorders. *Primary Care*. 1993;20(4):911-23.
32. Ignatavicius DD. Rheumatoid arthritis and the older adult. *Geriatric nursing (New York, NY)*. 2001;22(3):139-42.

33. Rupp I, Boshuizen HC, Jacobi CE, et al. Comorbidity in patients with rheumatoid arthritis: effect on health-related quality of life. *The Journal of Rheumatology*. 2004;31(1):58-65.
34. Kennedy-Malone LM, Enevold GL. Assessment and management of polymyalgia rheumatica in older adults. *Geriatric nursing (New York, NY)*. 2001;22(3):152-5.
35. Langford CA. Vasculitis in the geriatric population. *Rheumatic Diseases Clinics of North America*. 2007;33(1):177-95.
36. Ng KP, Isenberg DA. Sjögren's syndrome: diagnosis and therapeutic challenges in the elderly. *Drugs & aging*. 2008;25(1):19-33.
37. Cassetta M, Gorevic PD. Crystal arthritis. Gout and pseudogout in the geriatric patient. *Geriatrics*. 2004;59(9):25-30.
38. Biçer A. Geriatriide kullanılan yaşam kalitesi ve fonksiyonel değerlendirme ölçekleri. *Türkiye Klinikleri Journal of Internal Medical Sciences*. 2005;1(27):10-6.
39. Seckin Ü, Keskin D. Fiziksel tıp ve rehabilitasyon yaklaşımları Yaşlılara yönelik ölçme ve değerlendirme. Gökçe Kutsal Y., editor. Ankara: Gunes Tıp Kitabevleri; 2007:1171-6.
40. Pharmacological management of persistent pain in older persons. *Journal of the American Geriatrics Society*. 2009;57(8):1331-46.
41. Borsheski R, Johnson QL. Pain management in the geriatric population. *Missouri Medicine*. 2014;111(6):508-11.
42. Machado GC, Maher CG, Ferreira PH, et al. Efficacy and safety of paracetamol for spinal pain and osteoarthritis: systematic review and meta-analysis of randomised placebo controlled trials. *BMJ (Clinical research ed)*. 2015;350:1225.
43. Myers J, Wielage RC, Han B, et al. The efficacy of duloxetine, non-steroidal anti-inflammatory drugs, and opioids in osteoarthritis: a systematic literature review and meta-analysis. *BMC Musculoskeletal Disorders*. 2014;15:76.
44. Vega-Morales D, Pérez-Luna IRM, Aguirre-García VA, et al. Non-steroidal anti-inflammatory drugs in the elderly. Agreement with safe prescription recommendations according to cardiovascular and gastrointestinal risks. *Reumatologia Clinica*. 2021;17(9):499-503.
45. Lehti TE, Rinkinen MO, Aalto U, et al. Prevalence of Musculoskeletal Pain and Analgesic Treatment Among Community-Dwelling Older Adults: Changes from 1999 to 2019. *Drugs & Aging*. 2021;38(10):931-7.
46. Sommer C, Welsch P, Klose P, et al. Opioids in chronic neuropathic pain. A systematic review and meta-analysis of efficacy, tolerability and safety in randomized placebo-controlled studies of at least 4 weeks duration. *Schmerz (Berlin, Germany)*. 2015;29(1):35-46.
47. Benyamin R, Trescot AM, Datta S, et al. Opioid complications and side effects. *Pain Physician*. 2008;11(2):105-20.
48. Azubike N, Moseley M, Powers JS. Opioid Management in Older Adults: Lessons Learned From a Geriatric Patient-Centered Medical Home. *Fed Pract*. 2021;38(4):168-73.
49. Finnerup NB, Sindrup SH, Jensen TS. The evidence for pharmacological treatment of neuropathic pain. *Pain*. 2010;150(3):573-81.
50. Gilron I, Baron R, Jensen T. Neuropathic pain: principles of diagnosis and treatment. *Mayo Clinic Proceedings*. 2015;90(4):532-45.
51. Prentice WE, Quillen WS, Underwood FB. *Therapeutic modalities in rehabilitation*, McGraw-hill New York, 2005.
52. Perret DM, Rim J, Cristian A. A geriatrician's guide to the use of the physical modalities in the treatment of pain and dysfunction. *Clinics in Geriatric Medicine*. 2006;22(2):331-54.
53. Kramer AF, Erickson KI, Colcombe SJ. Exercise, cognition, and the aging brain. *Journal of Applied Physiology*. 2006;101(4):1237-42.