

Bölüm 19

KALÇA EKLEMİ HASTALIKLARI

Ramazan Atıç
Azad Yıldırım

KONTÜZYONLAR

A. İliak kanat kontüzyonları: Kontakt sporlarda bu bölgeye direkt darbe olabilir. İliak apofiz avülsiyonu adelösan atletlerde görülebilir. Tedavide buz, kompresyon, ağrı kontrolü ve etkilenen bacağı maksimum gerginlikte tutulması şeklindedir. Baen kortikosteroid enjeksiyonları tavsiye edilir. Akut faz sonrası bu bölgenin ilave olarak korunması gerekir.

B. Kasık kontüzyonları: Destekleyici tedaviye başlamadan önce trokanter minör avülsiyon kırığı, travmatik flebit, tromoz, atletik pubalji veya femoral nöropati ayırıcı tanısı yapılmalıdır.

C. Kuadriceps kontüzyonu: Hemoraji ve geç dönemde miyozitis ossifikans ile sonuçlanabilir. Akut tedavide soğuk kompresyon ve 120 derece fleksiyonda bir gecelik immobilizasyon uygulanır. Ayrıca akut dönemde kompartman açısından takip edilmelidir.

KAS YARALANMALARI

Hamstrig gerginliği: Bu yaralanmalar sıklıkla depar atma sırasında ani germeler sonucu kas-tendon bileşkesinde meydana gelen yaralanmalar şeklindedir. Uyluk arka kesiminde herhangi bir yerde olabilir. Germe ve güçlendirmeyi takiben destekleyici tedavi yapılır. Tekrarlamayı önlemek için kuvvet karşı tarafın %90 nına ulaşana kadar spora dönüş ertelenir.

Atletik pubalji (spor hernisi): Futbol gibi sporlarda sıktır. Gizli hernilerden ayırt edilmelidir. Abdominal kaslar ya da adduktor longus kasındaki yaralanma gerçek inguinal herniye ait fizik bulguları olmadan pelvis önü ve / veya kasık ağrısı yapar. Akut travma sonrası yada etkilenen kasta aşırı kullanıma bağlı tekrarlayan mikro travmalar sonrası oluşabilir. Abdominal hiper ekstansiyon ve uyluk hiperabdüksiyonu kombinasyonu neden olur. Ağrının diğer nedenleri radyografi kemik taraması veya MRG yada bunların kombiansyonu kullanılarak araştırılmalıdır. 6-8 hafta istirahat ve terapiyle tedavi edilir. Diğer nedenler ekarte edildikten sonra konservatif tedavi başarısız olursa anterior abdominal duvar tamiri veya güçlendirme tedavisi endikedir.

Rektus femoris gerginliği: Kronik yaralanmalar daha sıklıkla kas başlangıç yerine yakın bölgede oluşurken akut yaralanmalar sıklıkla uyluğun daha distal kesimlerinde gelişir. Kalça fleksiyon ve ya ekstansiyonuna direnç göstermekle ağrı oluşur. Tedavide soğuk uygulama germe ve güçlendirme egzersizleri yapılır.