

BÖLÜM 13

DİRSEK BÖLGESİ SAKATLIKLARI

Kemal SARI¹

Giriş

Dirsek eklemi aktivite sırasında sporcuların ellerini pozisyonlayabilmeleri ve uygun şekilde kullanabilmeleri için önemli bir bağlantı konumundadır. Spora bağlı dirsek yaralanmaları aslında tüm sporlarda, tüm aktivite ve yaş gruplarında görülebilir. Bununla birlikte özellikle fırlatma aktiviteleri ile bir raket ya da spor ekipmanına itme, çekme, kaldırma veya yük aktarmayı gerektiren sporlarda dirsek yaralanmalarına daha sık rastlanır. Bu yaralanmalar akut travma ya da kronik aşırı kullanıma bağlı olabilir. Yanlış teşhis, tanıda veya tedavide gecikme ya da uygun olmayan tedaviler dirsekte hareket kaybına yol açabilir ve sporcunun yarışma yeteneğini etkileyebilir. Bu bölümde dirsek bölgesinde sık görülen bazı sakatlıkların patofizyolojisi, klinik değerlendirmeleri ve tedavileri tartışılacaktır.

Dirsek Anatomisi

Dirsek eklemi; humeroulnar, humeroradial ve proksimal radioulnar olmak üzere 3 eklemin birleşiminden oluşan sinoviyal bir eklemdir. Humeroulnar eklem, distal humerusun medialindeki troklea ile ulnanın troklear çentiği arasında menteşe tipi; humeroradial eklem, humerusun kapitellumu ile radiusun fovea artikülarisi arasında sferoid tipi; proksimal radioulnar eklem ise radius başındaki sirkumferensia artikülaris ile ulnadaki radial çentik ve bunu halkaya tamamlayan anüler ligament arasında trokoid tipi eklemlerdir. Eklem kapsülü önde ve arkada zayıf olmasına rağmen her iki tarafta medial (ulnar) ve lateral (radial) kollateral bağ

1 Uzm. Dr., Suluova Devlet Hastanesi, Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Kliniği, kemal.sari@hotmail.com.tr

Kaynaklar

1. Ahmad, Z., et al., *Lateral epicondylitis: a review of pathology and management*. Bone Joint J, 2013. 95-b (9): p. 1158-64.
2. Cyriax, J.H., *The pathology and treatment of tennis elbow*. The Journal of Bone & Joint Surgery, 1936. 18 (4): p. 921-940.
3. Jobe, F.W. and M.G. Ciccotti, *Lateral and Medial Epicondylitis of the Elbow*. J Am Acad Orthop Surg, 1994. 2 (1): p. 1-8.
4. Meunier, M., *Lateral Epicondylitis/Extensor Tendon Injury*. Clin Sports Med, 2020. 39 (3): p. 657-660.
5. Brummel, J., et al., *Epicondylitis: lateral*. Sports Med Arthrosc Rev, 2014. 22 (3): p. e1-6.
6. Hartnett, D.A., J.D. Milner, and S.F. DeFroda, *The Weekend Warrior: Common Shoulder and Elbow Injuries in the Recreational Athlete*. Am J Med, 2022. 135 (3): p. 297-301.
7. Dimitrios, S., *Lateral elbow tendinopathy: Evidence of physiotherapy management*. World J Orthop, 2016. 7 (8): p. 463-6.
8. Savnik, A., et al., *Magnetic resonance imaging in the evaluation of treatment response of lateral epicondylitis of the elbow*. Eur Radiol, 2004. 14 (6): p. 964-9.
9. Dingemans, R., et al., *Evidence for the effectiveness of electrophysical modalities for treatment of medial and lateral epicondylitis: a systematic review*. Br J Sports Med, 2014. 48 (12): p. 957-65.
10. Amin, N.H., N.S. Kumar, and M.S. Schickendantz, *Medial epicondylitis: evaluation and management*. J Am Acad Orthop Surg, 2015. 23 (6): p. 348-55.
11. Ciccotti, M.C., M.A. Schwartz, and M.G. Ciccotti, *Diagnosis and treatment of medial epicondylitis of the elbow*. Clin Sports Med, 2004. 23 (4): p. 693-705, xi.
12. Shiri, R., et al., *Prevalence and determinants of lateral and medial epicondylitis: a population study*. Am J Epidemiol, 2006. 164 (11): p. 1065-74.
13. Van Hofwegen, C., C.L. Baker, 3rd, and C.L. Baker, Jr., *Epicondylitis in the athlete's elbow*. Clin Sports Med, 2010. 29 (4): p. 577-97.
14. Tarpada, S.P., et al., *Current advances in the treatment of medial and lateral epicondylitis*. J Orthop, 2018. 15 (1): p. 107-110.
15. Klingele, K.E. and M.S. Kocher, *Little league elbow: valgus overload injury in the paediatric athlete*. Sports Med, 2002. 32 (15): p. 1005-15.
16. Benjamin, H.J. and W.W. Briner, Jr., *Little league elbow*. Clin J Sport Med, 2005. 15 (1): p. 37-40.
17. Brogdon, B.G. and N.E. Crow, *Little leaguer's elbow*. Am J Roentgenol Radium Ther Nucl Med, 1960. 83: p. 671-5.
18. Delgado, J., D. Jaramillo, and N.A. Chauvin, *Imaging the Injured Pediatric Athlete: Upper Extremity*. Radiographics, 2016. 36 (6): p. 1672-1687.
19. Ootoshi, K., et al., *Age-Specific Prevalence and Clinical Characteristics of Humeral Medial Epicondyle Apophysitis and Osteochondritis Dissecans: Ultrasonographic Assessment of 4249 Players*. Orthop J Sports Med, 2017. 5 (5): p. 2325967117707703.
20. Patel, R.M., et al., *The thrower's elbow*. Orthop Clin North Am, 2014. 45 (3): p. 355-76.
21. Gerbino, P.G., *Elbow disorders in throwing athletes*. Orthop Clin North Am, 2003. 34 (3): p. 417-26.
22. Ellington, M.D. and E.W. Edmonds, *Pediatric Elbow and Wrist Pathology Related to Sports Participation*. Orthop Clin North Am, 2016. 47 (4): p. 743-8.

23. Savoie, F.H., 3rd and M. O'Brien, *Sprains, Strains, and Partial Tears of the Medial Ulnar Collateral Ligament of the Elbow*. Clin Sports Med, 2020. 39 (3): p. 565-574.
24. Zaremski, J.L., K.R. Vincent, and H.K. Vincent, *Elbow Ulnar Collateral Ligament: Injury, Treatment Options, and Recovery in Overhead Throwing Athletes*. Curr Sports Med Rep, 2019. 18 (9): p. 338-345.
25. Hariri, S. and M.R. Safran, *Ulnar collateral ligament injury in the overhead athlete*. Clin Sports Med, 2010. 29 (4): p. 619-44.
26. Kadri, O.M., et al., *Nonoperative Treatment of Medial Ulnar Collateral Ligament Injuries in the Throwing Athlete: Indications, Evaluation, and Management*. JBJS Rev, 2019. 7 (1): p. e6.
27. Ciccotti, M.C. and M.G. Ciccotti, *Ulnar Collateral Ligament Evaluation and Diagnostics*. Clin Sports Med, 2020. 39 (3): p. 503-522.
28. O'Driscoll, S.W., R.L. Lawton, and A.M. Smith, *The "moving valgus stress test" for medial collateral ligament tears of the elbow*. Am J Sports Med, 2005. 33 (2): p. 231-9.
29. Nassab, P.F. and M.S. Schickendantz, *Evaluation and treatment of medial ulnar collateral ligament injuries in the throwing athlete*. Sports Med Arthrosc Rev, 2006. 14 (4): p. 221-31.
30. Schickendantz, M.S. and S. Yalcin, *Conditions and Injuries Affecting the Nerves Around the Elbow*. Clin Sports Med, 2020. 39 (3): p. 597-621.
31. Hariri, S. and T.R. McAdams, *Nerve injuries about the elbow*. Clin Sports Med, 2010. 29 (4): p. 655-75.
32. Bencardino, J.T. and Z.S. Rosenberg, *Entrapment neuropathies of the shoulder and elbow in the athlete*. Clin Sports Med, 2006. 25 (3): p. 465-87, vi-vii.
33. Izzi, J., et al., *Nerve injuries of the elbow, wrist, and hand in athletes*. Clin Sports Med, 2001. 20 (1): p. 203-17.
34. Behr, C.T. and D.W. Altchek, *The Elbow*. Clinics in Sports Medicine, 1997. 16 (4): p. 681-704.
35. Keleş Ercişli, A. *Dirençli lateral epikondilit olgularında radial tünel sendromu varlığının ultrasonografik ve elektrofizyolojik olarak değerlendirilmesi*. İstanbul: İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa, Cerrahpaşa Tıp Fakültesi, Tıpta Uzmanlık Tezi, 2021
36. Rezaie, N., et al., *Elbow Dislocation*. Clin Sports Med, 2020. 39 (3): p. 637-655.
37. Sheps, D.M., K.A. Hildebrand, and R.S. Boorman, *Simple dislocations of the elbow: evaluation and treatment*. Hand Clin, 2004. 20 (4): p. 389-404.
38. Hildebrand, K.A., S.D. Patterson, and G.J. King, *Acute elbow dislocations: simple and complex*. Orthop Clin North Am, 1999. 30 (1): p. 63-79.
39. Nalbantoğlu, U. and A. Gereli, *Dirsek kırıklı çıkıkları: genel yaklaşım ve sınıflama*.
40. Jennings, J.D., et al., *Management of Adult Elbow Fracture Dislocations*. Orthop Clin North Am, 2016. 47 (1): p. 97-113.
41. Badia, A. and C. Stennett, *Sports-related injuries of the elbow*. J Hand Ther, 2006. 19 (2): p. 206-26.
42. Midtgaard, K.S., et al., *Elbow Fractures*. Clin Sports Med, 2020. 39 (3): p. 623-636.
43. Been, J. and D. Eygendaal, *Dirsek kırıkları tedavisinde güncel yaklaşımlar*. TOTBİD Dergisi 2014. 2014; 12: p. 92-107.
44. Mason, M.L., *Some observations on fractures of the head of the radius with a review of one hundred cases*. Br J Surg, 1954. 42 (172): p. 123-32.
45. O'Driscoll, S.W., et al., *Difficult elbow fractures: pearls and pitfalls*. Instr Course Lect, 2003. 52: p. 113-34.