

GİRİŞ

Topuk, vücut ağırlığının zemine aktarılmasında son basamak olarak yer alır ve günlük yaşamımızda fiziksel bir dayanak noktasıdır. İlkel çağlarda çıplak ayakla gerçekleştirilen yürüme paterni günümüzde yerini çok farklı çeşitlerde ayakkabı, bot, terlik vb. kullanımına bırakmasına rağmen topuk ağrısı kendine özgü belirtiler ve farklı etiyolojik nedenlerle ortopedi polikliniklerine başvuru nedenleri arasında yer almaya devam etmektedir. Plantar fasiit (PF), tüm ayak patolojilerinin % 11-15'ini oluşturmaktadır (1).

PLANTAR FASIİTİS

Kalkaneus mediyal tuberositasından köken alan ayak mediyal plantar kısımda yer alan kalın fibröz bantın (plantar fasya) inflamasyonu olarak tanımlanır. Plantar fasiitis, fasyanın aşırı irritasyonu ve tekrarlayıcı gerilmesi sonucu mikro yırtıklar ve yapışma yerinde zorlanmalar ile oluşur (2).

Plantar fasiitis yetişkin populasyonda topuk ağrısının en sık nedenlerindendir ve yılda yaklaşık 1 milyondan fazla kişiyi etkilemektedir (3). Ortalama görülme yaşı 45'tir ve kadınlarda erkeklere oranla 2 kat daha fazla görülür (4).

Her 10 insandan birinin yaşamı boyunca bu şikayetlerle karşılaştığı bilinmektedir (5).

Hastalığın etyolojisini oluşturan ekstrinsik ve intrinsik faktörler bulunmaktadır. Ekstrinsik faktörler arasında başlıca uzun süreli ağırlık taşıma aktiviteleri ve ark desteği uygun olmayan ayakkabı tercihi yer almaktadır (6).

1 Uzm. Dr. Ortaç GÜRAN, Sancaktepe Şehit Prof. Dr. İlhan Varank Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Ortopedi ve Travmatoloji AD. ortacguran@gmail.com

KAYNAKLAR

1. Pfeffer G, Bacchetti P, Deland J, et al. Comparison of custom and prefabricated orthoses in the initial treatment of proximal plantar fasciitis. *Foot Ankle Int.* 1999;20(4):214-21.
2. Pfeffer GB. Plantar heel pain. *Instr Course Lect* 2001;50:521-31
3. Goff JD, Crawford R. Diagnosis and treatment of plantar fasciitis. *Am Fam Physician.* 2011 Sep 15;84(6):676-82. PMID: 21916393
4. TOTBİD Dergisi 2013; 12:447-454 Topuk ağrısı
5. Crawford F, Thomson C. Interventions for treating plantar heel pain. *Cochrane Database Syst Rev.* 2003;3:CD000416
6. Buchbinder R. Clinical practice: plantar fasciitis. *N Engl J Med.* 2004;350:2159-2166
7. DuVries HL. Heel spur (calcaneal spur). *Arch Surg.* 1957;74:536-542.
8. Davies MS, Weiss GA, Saxby TS. Plantar fasciitis: how successful is surgical intervention? *Foot Ankle Int.* 1999;20(12):803-807.
9. Moroney PJ, O'Neill BJ, Khan-Bhambro K, et al. The conundrum of calcaneal spurs: do they matter? *Foot Ankle Spec.* 2014;7(2):95-101
10. Osborne HR, Breidahl WH, Allison GT. Critical differences in lateral X-rays with and without a diagnosis of plantar fasciitis. *J Sci Med Sport.* 2006;9(3):231-237.
11. Prichasuk S. The heel pad in plantar heel pain. *J Bone Joint Surg.* 1994;76B(1):140-142.
12. Hicks, J. H. "The mechanics of the foot: II. The plantar aponeurosis and the arch." *Journal of anatomy* 88.Pt 1 (1954): 25.
13. Pfeffer GB. Plantar heel pain. *Instr Course Lect* 2001;50:521-31
14. Whittaker GA, Munteanu SE, Menz HB, et al. Foot orthoses for plantar heel pain: a systematic review and meta-analysis. *Br J Sports Med.* 2018 Mar;52(5):322-328.
15. Sun J, Gao F, Wang Y, et al. Extracorporeal shock wave therapy is effective in treating chronic plantar fasciitis: A meta-analysis of RCTs. *Medicine (Baltimore).* 2017 Apr;96(15):e6621
16. Goff JD, Crawford R. Diagnosis and treatment of plantar fasciitis. *Am Fam Physician.* 2011;84(6):676-82.
17. Ling Y, Wang S. Effects of platelet-rich plasma in the treatment of plantar fasciitis: A meta-analysis of randomized controlled trials. *Medicine (Baltimore).* 2018 Sep;97(37):e12110
18. Mao DW, Chandrakumara D, Zheng Q, et al. Endoscopic plantar fasciotomy for plantar fasciitis: A systematic review and network meta-analysis of the English literature. *Foot (Edinb).* 2019 Dec;41:63-73. doi: 10.1016/j.foot.2019.08.001. Epub 2019 Aug 20. PMID: 31706064.