

# Çocuklarda Kas İskelet Sistemi Ağrılarına Genel Yaklaşım

Yrd. Doç. Dr : Tanju ÇELİK  
MKÜ. Tıp Fak.

# Ağrı

- Ağrının tanımı Uluslararası Ağrı Araştırmaları Teşkilâtı tarafından 1979 yılında řu şekilde yapılmıştır: "Ağrı, vücutun herhangi bir yerinden kaynaklanan, organik bir nedene bağlı olan veya olmayan insanın geçmişteki tüm deneyimlerini kapsayan, hoş olmayan bir duygudur.
- Non-spesifik özelliklere sahip olan kas iskelet sistemi ağrılarının çoğunluğunda organik bir patolojiye rastlanamaz.

# Ağrı

- Kas-iskelet sistemi ağrılarının büyük bir çoğunluğunda etiyoloji genellikle multifaktöriyeldir.

# Ağrı

- İki grupta incelenmektedir.
- Akut
- Kronik

# Akut ağrı

- Akut ağrı bir hastalık belirtisidir.
- Çoğu kez vücutta var olan bir doku hasarının habercisidir.
- Akut ağrı vücudun alarm sisteminin önemli bir parçasıdır.
- Varlığı ile vücutta bir bozukluk olduğuna işaret eder ve hastanın hekime başvurmasını sağlar.
- Bazen kas iskelet sistemindeki bir hasarın, mekanik bir problemin, romatizmal bir hastalığın, bazen iltihabi bir durumun hatta bazen de kanserin habercisi olabilir.

# Akut ağrı

- Anamnez
- Fizik muayene
- Laboratuvar testleri
- Görüntüleme yöntemleri

# Kronik ağrı

- 3-6 aydan uzun süren ağrılar
- Bir hastalığın uyarıcı sistemi olmaktan çıkan
- Sorunun kendisi olarak karşımıza çıkmaktadır.
- Bu hastalarda;
- Üretkenlik
- Depresyon
- İşgücü kaybı
- Sosyal kayıp

# Ađrı tűrleri

- Bel ve bacak ağrıları
- Boyun ağrıları
- Sırt ağrıları
- Omuz-kol ağrıları
- Dolaşım sorunlarına bağlı ağrılar
- Baş ağrıları
- Yűz ađrıları-nevraljiler
- Kanseri ağrıları
- Nedeni bilinmeyen ağrılar



# Ağrının Değerlendirilmesi

- Ağrı şiddetinin değerlendirilmesinde vizüel analog skala, nümerik skalalar, kategorik skalalar, yüz skalaları gibi tek boyutlu skalalar
- Ağrının emosyonel, fiziksel ve davranışsal yönlerinin de irdelendiği, kısa ağrı değerlendirme formu,
- Minesota ağrı değerlendirme formu McGill ağrı değerlendirme formu gibi çok boyutlu değerlendirme formları da kullanılabilir.

# Ağrı skalası

- Tek boyutlu skalalarda örneğin hastadan ağrısının Şiddetini tanımlayan kelimeleri seğmesi istenir; hafif, can sıkıcı, rahatsız edici, berbat, çok Şiddetli gibi.
- Subjektif ağrı değerlendirilmesinde en basit ve en sık kullanılan ölçüm Őekli ise nümerik değerlendirmez. Hastalar 0'ın ağrısızlığı 100'ün olabilecek en Şiddetli ağrıyı belirttiği bir skalada ne Őiddette ağrı duyduğunu ifade eder.
- Bu tip skalalar hasta tarafından kolay anlaşılır. Yazılı yada sözlü olarak uygulanabilir.
- Yine sıklıkla kullanılan bir skalada hasta kendi başına bir ucunda “ağrı yok” diğer ucunda “olabilecek en Şiddetli ağrı” yazan 10 cm lik bir cetvel üzerinde kendi ağrısını işaretler. Bu yöntemde hastaya iki uç nokta olduğu ve bu noktalar arasında herhangi bir noktayı işaretlemekte özgür olduğu söylenir.

# Çok boyutlu skala

- Çok boyutlu yöntemler içinde genellikle ağrı uzmanları tarafından kullanılan ağrı değerlendirme formları bulunmaktadır.
- Ayrıca hasta günlüğü denen günlük ağrı takibi formları ağrı takibi ve tedavi etkinliğinin değerlendirilmesi açısından çok yararlı olmaktadır

Ağrı azalması ve tedavinin değerlendirilmesinde hastalara hissettikleri ağrı azalmasını % olarak tahmin etmeleri istenebilir. Bu puanlama % 0 (değişiklik yok) % 100 arasında veya Hiç azalma yok, Hafif derecede azalma var, Orta derecede azalma var, Belirgin derecede azalma var ve Tamamen azalma var şeklinde bir puanlama kullanılabilir.

# Objektif ölçüm yöntemleri

- Kronik ağrılı hastalıkların bazılarında termometre ya da termografi ile deri ısısının ölçümü objektif bir parametre olabilir.
- Sinir ileti hızları, uyarılmış yanıtlar, kantitatif sensoryal testler kapsamında farklı duyuların; örneğin, dokunma, sıcak-soğuk ve basınç gibi duyuların eşiklerinin ölçümleri veya bu tip uyarılara karşı ağrı eşik ölçümleri gibi bazı objektif ölçümler ağrılı durumlarda tanıda ve tedavinin değerlendirilmesinde yardımcı olabilir

# Bel ve bacak ağrıları

- **Büyüme dönemi ağrıları**
- **Kasların sodyum-potasyum pompası bozukluklarına bağlı olarak görülebilen sızlama şeklindeki ağrılar**
- **Özellikle dizlerde artrit ve menisküs gibi nedenler**
- **Bacaklardaki dolaşım sorunlarına bağlı ağrılar**
- **Sakro iliaka bölgesinden kaynaklanan ve buradan bacaklarımıza yayılan ağrılar.**
- **Lumba bölgede meydana gelen fitikleşme bacak ağrısı sebeplerinden bazılarıdır.**

# Boyun ve sırt ağrıları

- **Boyun tutulması ve fitiğı olabilir.**
- **Boyun fitiğına bağlı sinir sıkışması ve refleks olarak boyun hareketlerini kısıtlama**
- **Boyun fitiğı tonsillit, diş problemi ve lenfadenopati gibi rahatsızlıklara neden olabilir**
- **Göğüste sıkışma hissine yol ačan sırt ağrısı epidural spinal kord basısını akla getirmelidir.**

# Omuz kol ağrıları

- Makrozomik doğumlu bebekler
- İnjuriler
- Bursit, tendinit, torasik çıkış sendromu gibi nedenlere bağlı ağrılar
- Donuk omuz ve adezif kapsülit (hareket açıklığının kaybedilmesi)

# Dolaşım sorunlarına bağlı ağrılar

- Bacak ve ayak şişlikleriyle birlikte gelişen ağrılar dolaşım problemlerine işaret edebilir.
- Genellikle tek bacakta görülen şişme veya ağrı.
- Bu problemin ihmaline bağlı olarak bacakta kaybetmeye kadar varan sorunlar ortaya çıkabilir.



# Baş ağrıları

- Her zaman belirgin bir senptomaya veya hastalığa bağlı olmayabilir.
- Cluster tipi (küme baş ağrısı); göz yuvarlağı arkasında zonklayıcı tip ağrıdır.
- Tek taraflı, erkeklerde daha sık görülen ağrı tipidir.

# Baş ağrısı

- Gerilim tipi ağrılar
- Devamlı bir ağrı
- Başlangıçta ensede
- Sonra mengene ile sıkıştırıyor gibi bütün başa yayılır.
- Günlerce sürebilir
- Akşamları artar
- Stres, aile ve iş problemleri ağrıyı ortaya çıkarır veya arttırır.
- Boyun bölgesi kaslarında sertleşme vardır.

# Yüz ağrıları-nevraljiler

- Çene eklemi ağrıları
- Mekanik yada enfeksiyon kökenli ağrılar
- Diş ağrıları
- Sinüzitler
- IX sinirden kaynaklanan ağrılar (yutma güçlüğü önplandadır )

# Kanser ağrıları

- Ağrı şiddetini değerlendirme  
Ağrının detaylı hikayesinin sorgulanması  
Hastanın psikolojik durumunun değerlendirilmesi  
Dikkatli bir fizik muayene  
Gerekli tüm araştırmaların yapılması  
Ağrı kontrolünde alternatif yöntemleri hatırlamak  
Tedavi sonuçlarının değerlendirilmesi şeklinde  
özetlenebilir

# Kanser Ağrıları

- Tümör invazyonu veya kompresyonuna bağlı ağrılar
- Cerrahi, kemoterapi veya radyoterapiye bağlı ağrılar
- Kanser dışı nedenlere bağlı ağrılar

# Ağrı

- Aşırı nemli günler, çok yorgun olunduğu zaman, soğukta fazla kalmaya bağlı olarak sinir ve kaslarda dengesizliklere yol açar ve bacaklarda ağrı ve sızlamalara neden olur.
- Bu ağrı ve sızıların gezici tarzda olması sodyum-potasyum pompası bozukluklarına işaret edebilir.

# Nedeni bilinmeyen ağrılar

- Çocuklarda özellikle hızlı büyüme ve gelişme gösteren gençlerde sıkça gözlenen büyüme ağrıları.
- Özellikle baldırdan başlayan eklemlerin etrafında sık gözlenen ağrılardır.
- Bazen bu ağrılar şiddetli sızlamalar şeklindedir. Gün içerisinde aşırı aktif olan çocuklarda daha sık gözlenir.
- Geceleri çocukları uykudan uyandırabilecek seviyeye ulaşabilir.