

Kalça Protezi

Giriş

Bu makalede **total kalça protezi** yapılacak hastalara bu ameliyatın faydaları ve sınırlamaları, normal bir kalçanın nasıl çalıştığı, kalça kireçlenme sebepleri, kalça protezinden ne beklenmelidir, protez sonrası günlük aktivitelerde nelere dikkat etmeli ve ne tür egzersizleri yapılmalı sorularının cevapları anlatılacaktır.

Ağrılı ve sertleşmiş bir kalça günlük basit hareketlerinizi bile etkileyebilir. Yıllar geçtikçe istirahat halinde gelen ağrılar uyku düzeninizi dolayısıyla ruhsal yapınızı da bozabilir. Oysa ağrılı kalçanıza yapılacak olan kalça protezi ameliyatı ile bu ağrılı ve hareket kapasitesi azalmış olan eklemizin normal haline dönmesi mümkündür. Bu operasyon, bozulmuş olan eklem yüzeylerinizin aynı görevi yapacak özel malzemelerden üretilmiş, total kalça protezi adını verdiğimiz malzeme ile değiştirilme işlemidir.



Kalça protezi güvenli ve efektif bir tedavi metodudur. Ağrı ortadan kalkar, kalça hareketleriniz artar, günlük aktivitelerinize geri dönersiniz.

Anatomi

“Ağrılarınızı yaşamın doğal bir parçası olarak görmeyin”



Kalça, topuz ve soketten oluşan bir eklemdir. Soket, büyük pelvis kemiği tarafından oluşturulur, topuz ise femur denilen uyluk kemiği tarafından oluşturulur. Kaygan bir yapıya sahip kıkırdak dokusu ise soket ve topuzun etrafını örter ve düşük sürtünme yüzeyleri oluşturur.

Soketin iç kısmında, topuzun yaslandığı ve amortisör vazifesi gören labrum denilen fibrokartilaj bir yarım ay tarzı yapı vardır.

Kalça Ağrısının En Sık Sebepleri

En sık sebep kireçlenmedir.

- **Osteoartrit:** Kalça eklemindeki eklem kıkırdağın soyulması, incilmesi sonucu alttaki kemik yapıların birbirine sürtmesine kireçlenme veya osteoartrit denir.



- **Romatoid Artrit:** Bu otoimmün bir hastalık olup zamanla kalça ekleminde kıkırdak harabiyeti oluşturur.

“Ağrılarınızı yaşamın doğal bir parçası olarak görmeyin”

- **Posttravmatik artrit:** Kalça kırığı veya çıkık sonrası kıkırdak hasarı ve beslenme bozukluğu sonrası oluşur.



- **Avasküler Nekroz:** Uyluk topuzuna gelen kan akımının azalması sonucu ortaya çıkar. Yeterli kan akımının olmaması durumunda uyluk topuzundaki kıkırdak dokuları ölür ve hızlı bir şekilde baş çöker. Sonuç olarak kıkırdak ortadan kalkar ve topuz ile soket arasında hızlı bir kireçlenme ile sonuçlanır.

Klinik Bulgular

Sabah uyandığınızda ilk belirti, kasık bölgesinde ağrı ve sertlik, bazen uyluğa, bazen kalçaya yayılabilir. Ağrılarınız aktivite ile artar, dinlenme ile azalır.



Tedavi olmaz ve kireçlenme ilerlerse, ağrılarınız istirahat ile de devam eder ve gece uykudan uyandıran ağrılara dönüşebilir. İlerleyen vakalarda kireçlenmeler eklem çevresinde de oluşarak hareket kabiliyetini azaltabilir.

“Ağrılarınızı yaşamın doğal bir parçası olarak görmeyin”

Eklem kıkırdakları tamamen ortadan kalkarsa kemikler birbirine daha çok sürterek, hareketler çok ağrılı hale gelir. Kalçayı içe-dışa çevirme, öne-arkaya hareket ettirme zorlaşır. İlerleyen dönemde ise ağrıyı azaltmak için kalçayı hareketsiz tutma ve sonrasında kalça çevresi kaslarda zayıflık gelişir.

Hekim Muayenesi ve Tanı

Doktorunuz hastalığın ne kadar ilerlediğini tespit etmek için, şikâyetleriniz ve tıbbi geçmişiniz sorguladıktan sonra muayene edecektir.

Kalça muayenesinde kalça hareketlerinin hassasiyetine bakılacaktır. Kalça hattını duruşunuzu görmek için ayakta durma ve yürümenize bakacaktır.

Görüntülemeye ise röntgen çok önemli bir araçtır. Kemik ve eklem değişikliklerini çok iyi gösterir.



Total Kalça Protezi Nedir ve Nelerden Oluşur

Kireçlemiş veya kırık sonrası bir kalçada hasarlanmış olan kemik ve kıkırdak yapıları çıkarıp yerine prostetik komponentlerden oluşan yapıları koymaktır. Total kalça protezi ana 4 komponentten oluşur;

- **Acetebular(Soket) Kompenet;** Normal kalçada soketin görevini alır. Metal yapıda olup vidalama ya da çimentolama ile sabitlenir.
- **Plastik Lineer;** Soket ile topuz arasına yerleştirilen plastik yapıdadır. Bunların metal ve seramik türlerde vardır.
- **Femoral-Uyluk-Kompenent;** Metal yapıda olup uyluk kemiğinin içine yerleştirilir. Çimentolu veya press fit şeklinde olabilir.
- **Femoral Baş(topuz);** Femur topuzunun yerini alır. Metal veya seramik olabilir. Femoral stem ile acetebular lineer arasında yer alır.

“Ağrılarınızı yaşamın doğal bir parçası olarak görmeyin”



Kime Total Kalça Protezi Yapılmalıdır?

Cerrahi için kesin olarak belirlenmiş yaş ve kilo sınırlaması yoktur. Fakat hastanın ağrı ve kalça hareketleri önemli iki kriterdir. Cerrah her hastayı bireysel olarak inceler ve genellikle 50 ile 80 yaş arasında ameliyat olması önerilir.

Aşağıdaki durumlarda ameliyat düşünülmelidir;

- Kalça ağrısı günlük işleri kısıtlıyorsa, örneğin; yürüme ve oturup kalkma
- Gece ve gündüz ağrı devam ediyorsa
- Kalça hareketlerinde kısıtlılık gelişmişse
- İlaç, fizik tedavi ve aktivite düzenlemesi ile ağrı geçmiyorsa.

Ameliyat Kararı ve Dikkat Edilmesi Gereken Hususlar

Kendiniz, aileniz ve doktorunuzun ortak kararı ile cerrahiye karar verilmelidir ve cerrahiye karar verirken size yapılacak olan işlem hakkında yeterince bilgilendirilmiş olduğunuza kanaat getirmiş olmalısınız. Cerrahiye karar verildikten sonra yapılması gereken bir takım işler vardır. Ameliyat öncesi kan tahlilleri ile anestezi açısından detaylı bir muayeneniz olacaktır. Gerekirse eşlik eden hastalıklarınız (diyabet, yüksek tansiyon, guatr, vs.) için ek tetkik ve muayeneleriniz yapılacaktır. Ameliyat sonrası fizik tedavinizi yapacak olan fizyoterapist ile görüşme yaparak ameliyat sonrası fizyoterapiniz için bilgi almanız ve egzersizlere önceden başlamanız gerekebilir.

Cerrahi Öncesi Yapılması Gerekenler

- Eğer ihtiyacınız varsa yeni kalça eklemenizin yükünü azaltmak için kontrollü bir şekilde kilo verin. Eğer kullanıyor iseniz sigarayı bırakın.
- Düzenli olarak kullandığınız ilaçların listesi yapın ve doktorunuzu bilgilendirin. Ağrı kesicilerin çoğu, kanı sulandıran ilaçlar (kumadin gibi) ve bazı sinir ilaçları ameliyattan bir hafta önce kesilmelidir.
- Evde yapılacak düzenlemeler:
- Eğer 2 katlı bir eviniz varsa yatak odanızın alt katta olması daha iyi olacaktır.

“Ağrılarınızı yaşamın doğal bir parçası olarak görmeyin”

- Yerdeki kilimleri kaldırın ve büyük halıların kenarlarını takılmamak için koli bandı ile zemine yapıştırın.
- Yürüyüş alanlarındaki mobilyaları, elektrik ve telefon kablolarını kaldırın.
- Evin içindeki merdivenlere tırabzan taktırın.
- Acil durumlarda ulaşılacak telefon numaralarını telefonun üzerine yazın. Tercihen telsiz telefon kullanın.
- Karanlık koridorlara gece lambası koyun ve gece tuvalete kalkarken el feneri kullanın.

Total Kalça Protezi Ameliyatı Sonrası İlk 8 Hafta Alınması Gereken Tedbirler

Kalçanızın yerinden çıkmaması için ameliyattan sonra en az 6 hafta dizleriniz kalçanızdan aşağıda kalacak şekilde oturmanız gerekeceği için yatağınızın kenarına, en sık oturduğunuz sandalyeye, kanepeye, klozete ve arabanızın koltuğuna otururken dizlerinizin kalçanızdan aşağıda kalıp kalmadığı kontrol edin ve gerekli düzenlemeleri yapın(yükseltici yastıklar ve tuvalet için yükseltici oturak).

1- Ameliyatlı kalçanızı 80 dereceden fazla eğmeyin.



- Dizlerinizi kalçanızdan yukarıya kaldırmayın.
- Kanepeler veya tabureler gibi alçak yerlere tercihen oturmayın veya yükseltici yastık koyduktan sonra oturun.
- Yüksek tuvalet oturağı kullanın.
- Otururken öne eğilmeyin. Pantolon, çorap vs. giyerken yardım alın veya alet kullanın.
- Otururken dizlerinizin arkası koltuğa/yatağa temas edinceye kadar geri gidin. Koltuk kenarlarından veya yataktan kollarınızla destek alın ve ameliyatlı bacağınızı ileriye doğru kaydırın. Otururken öne eğilmeyin.

“Ağrılarınızı yaşamın doğal bir parçası olarak görmeyin”

2- Bacak bacak üstüne atmayın veya ameliyatlı bacağınız vücudunuzun orta hattına getirmeyin.

- Yatarken bacaklarınızın arasına yastık koyun.
- Otururken dizlerinizi en az 15-20 cm ayırık tutun.
- Yan tarafınıza yatarken bacak aranızı yastık koyun.
- Doktorunuz izin vermeden yan tarafınıza dönerek yatmayın.

Total Kalça Protezi Ameliyatı Sonrası Karşılaşılabilecek Sıkıntılı Durumlar

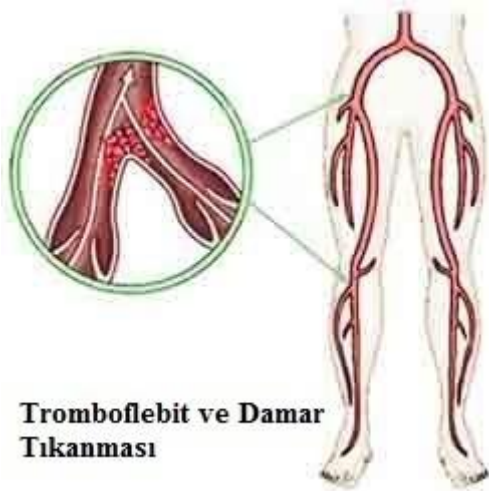
Diğer büyük cerrahi müdahalelerde olduğu gibi total kalça protezi ameliyatlarında da bir takım komplikasyonlar-durumu güçleştiren şeyler olabilir. Kalça protezi ameliyatı sonrası en sık görülen komplikasyonlar şunlardır:

- Tromboflebit
- Kalçada iltihap
- Eklemler çıkığı
- Eklemin gevşemesi

Bu listede yazılanlar muhtemel komplikasyonların tamamı değil en sık karşılaşılanlarıdır.

Tromboflebit

Bazen derin ven trombozu (DVT) da denilen tromboflebit her hangi bir operasyondan sonra oluşabilen bir durumdur.



Kalça, leğen kemiği ve diz çevresinde yapılan ameliyatlarda sonra daha sık görülür. Bacaktaki büyük toplardamarlar içindeki kanın damar içinde pıhtılaşması sonucu DVT oluşur. Bunun sonucu bacakta şişme, ısı artışı ve ağrı olur. Eğer bu pıhtılardan parça

“Ağrılarınızı yaşamın doğal bir parçası olarak görmeyin”

koparsa, bu parçalar kan yolu ile akciğerlere ulaşabilir ve akciğerin kılcal damarlarını tıkararak akciğerin bir kısmının kanlanmasını engelleyebilir ve hayati risk oluşturabilir. Bu duruma pulmoner embolizm denir.



Pulmoner “akciğer” manasına gelir. Embolizm ise damar vasıtası ile vücutta bir yerden başka yere giden parçacık demektir. DVT riskini azaltmanın birçok yolu vardır; ancak muhtemelen en etkili mümkün oldukça erken sürede yürümeye başlanmasıdır! DVT önlenmesinde sık kullanılan araç ilaçlar:

- Kanı sulandıran ve pıhtılaşmasını önleyen ilaçlar
- Damarlarda kan akımını hızlandıran ve emboli oluşumunu engelleyen özel çoraplar

Enfeksiyon

Yapak eklem konulmasını takiben enfeksiyon çok ciddi bir komplikasyondur. Total kalça protezi sonrası enfeksiyon görülme sıklığı hastaneden hastaneye ve doktordan doktora farklılık göstermekle beraber ortalama % 2-3 seviyelerindedir. Bazı enfeksiyonlar çok erken dönemde daha taburcu olmadan çıkarken bazıları ameliyattan aylar hatta yıllar sonra ortaya çıkabilir. Yapay eklemimize enfeksiyon, vücudunuzda enfeksiyonu olan başka bir bölgeden de yayılabilir. Bu sebepten, ameliyat öncesi ve sonrası diş çürüğü, idrar yolları ve barsak enfeksiyonları gibi şikayetleriniz varsa antibiyotik ile derhal tedavi edilmelidir.

Çıkık

Aynı doğal kalçanız gibi yapay kalçanızda çıkabilir. Ameliyat sonrası erken dönemde kalça bölgenizdeki kas ve tendonlar henüz iyileşmemiş olduğundan çıkık olma riski fazladır. Kalça bir defadan fazla çıkar ise operasyonla ilgili bir sorun olduğu düşünülmelidir. Düzeltmek için yeniden operasyon gerekebilir.

Gevşeme

Yapay bir kalçanın nihayetinde yetersiz hale gelmesinin ana nedeni metalin veya sementin (kemik çimentosunun) kemikle temasının gevşemesidir. Yapay eklemlerin uzun ömürlü olmasına yönelik çok büyük gelişmeler olmasına rağmen halen

“Ağrılarınızı yaşamın doğal bir parçası olarak görmeyin”

eklemlerin çoğu nihayette gevşemekte ve düzeltici bir ameliyata gerek olmaktadır. Yapay kalçanız size ortalama 15-20 yıl hizmet edecektir. Bazı kişilerde bu süre daha kısa olabilmektedir. Hastalıklı kalçanızda olduğu gibi gevşemiş proteziniz de ağrıya neden olacaktır. Ağrılar başladığı zaman ağrı nedeni olarak protez gevşemesi düşünülüyor ise gevşemiş protezi çevreleyen kemikte aşınma olmaması için kısa zamanda yeniden operasyon yapılmalı ve yeni ve farklı bir protez kalça konulmalıdır.

Anestezi Komplikasyonları

Çoğu cerrahi prosedür öncesi anestezi yapmak gereklidir. Hastaların çok az bir kısmının anestezi ile sorunları olur. Bu sorunlar şunlardır:

- Kullanılan ilaçlara reaksiyon verilmesi
- Diğer sağlık sorunlarınız ile ilişkili problemler
- Anesteziye bağlı problemler

Anestezi doktoru ile riskleri ve endişelerinizi ameliyat öncesi konuşmalısınız.

HASTANEDEN TABURCU OLDUKTAN SONRAKİ KONTROLLER

Hastanede ameliyat sonrası 4-5 gün yattıktan sonra ek bir sorun gelişmez ise taburcu edilirsiniz. Taburcu olduktan 2 hafta sonra ilk poliklinik kontrolünüz olacaktır; muayeneniz yapıp dikişleriniz alınacaktır. Taburcu olduktan 6 hafta, 3 ay, 6 ay ve 1 yıl sonra diğer poliklinik kontrolleriniz olacaktır. Takiben yıllık takibe gireceksiniz.

Eğer aşağıdakilerden biri olursa derhal doktorunuza ulaşın

- Ameliyat yerinizde kızarıklık, şişlik veya akıntı.
- Bir günden uzun süren açıklanamayan ateş (38° C üstü) veya titreme.
- Ağrı kesiciler ile geçmeyen şiddetli kalça ağrısı.
- Bacakta mutad olmayan kısalma ve dönüklük olması.
- Uyluk veya baldırda ani gelişen şişlik.

Kliniğimizde kalça protezi başarıyla tedavi edilmektedir.