

OMUZ HASTALIKLARI POLİKLİNİĞİ HASTA BİLGİLENDİRME

Omuz ağrıları toplumda bel ve boyun ağrılarından sonra üçüncü sırada yer almaktadır. Omuz eklemi kollarin gövdeye bağlantısını ve onun sayısız pozisyon almasını sağlayan, vücudun en karmaşık eklemidir.

Omuz ağrıları doğrudan omuz içindeki anatomik yapılardan kaynaklanabileceği gibi; boyun sırt, kol gibi komşu yapılardan ve hatta karın içi organ hastalıklarından kaynaklanabilmektedir.

BAŞLICA EN SIK OMUZ AĞRISI YAPAN HASTALIKLAR

Omuz Sıkışma Sendromları

KalsifikTendinit

Donuk omuz

Bisepstendon lezyonları

Glenohumeralİnstabilite

Dejeneratif Eklem Hastalığı

Artrit

Avasküler Nekroz

Kırıklar

Tümörler

OMUZ DIŞINDA OMUZ AĞRISI YAPAN HASTALIKLAR

Servikal Disk Hernisi

PolimyaljiaRomatika

Fibromyalji ve Miyofasial Ağrı Sendromları

Brakialnörir ve BrakialPleksus Yaralanmaları

Torasik Çıkış Sendromu

Kardiak Kökenli Omuz Ağrıları

Abdominal Kökenli Omuz Ağrıları

Tümörler

OMUZ HASTALIKLARINDA TEDAVİ

Omuz hastalıklarında tedaviler hastalığın tanısına göre çeşitlilik göstermektedir. Tedavi amacı ile özellikle anti-inflamatuvar ilaçlar, sıcak ve soğuk uygulamalar, elektroterapi uygulamaları (TENS, ultrason, kısa dalga diatermi, ESWT vb.), kişiye ve hastalığa özel egzersiz uygulamaları yapılmaktadır. Bunun dışında tanı ve tedavi amacı ile omuz enjeksiyonlarından (eklem içi enjeksiyon, subakromial enjeksiyon, supraskapular sinir bloğu vb.) yararlanılmaktadır.

OMUZ AĞRILI HASTALARA ÖNERİLER

Yaşınız 50 yaşın üzerindeyse, omuz ağrınıza gece ağrısı, kilo kaybı veya ateş varlığı eşlik ediyorsa, dinlenmekle ağrınız azalmıyorsa, sigara kullanma hikayeniz varsa, kanser hikayeniz varsa, kalp hastalıkları açısından risk taşıyorsanız vakit kaybetmeden hekiminize başvurunuz.

Günlük yaşam aktiviteleri sırasında omzu zorlayacak aşırı ve zorlayıcı aktiviteleri kısıtlamalısınız. Ağır yük kaldırmaktan kaçınmalı, gece uyku sırasında ağrılı omuz üzerine yatmamalı ve kolun 90 dereceden fazla kaldırılmasını gerektiren tekrarlayan hareketlerden kaçınmalısınız. Hekiminizin hastalığınızın tanısına uygun bir şekilde düzenlediği ilaç tedavileri, egzersiz ve koruma önerilerine uymalısınız.