

## **Omurilik yaralanmaları nedir?**

Omurilik, beyinden çıkarak omurilik kanalımız boyunca boyun, sırt ve bel omurlarının arasından geçerek, gövde, kollar ve bacaklarımıza giden sinirlere dallar verir. Omuriliğin bilinen en önemli fonksiyonu hareketlerimizi sağlamasıdır. Bunun dışında vücut ısımızı, kalp hızımızı, idrar ve barsak fonksiyonlarımızı da düzenleyici etkisi vardır. Omurilik yaralanması olduğunda hareket kaybının yanında bütün bu fonksiyonlarda da bozukluklar görülebilmektedir.

## **Omurilik yaralanmalarının sebepleri nelerdir?**

Ülkemizde ve dünyada omurilik yaralanmalarının en sık sebebi trafik kazaları ve yüksekten düşmedir. Ateşli silah yaralanmaları, sığ suya dalma gibi spor yaralanmaları, enfeksiyonlar, tümörler de omurilik yaralanmalarının diğer sebeplerindendir.

## **Omurilik yaralanmalarının düzeyleri:**

Hastalarda oluşacak fonksiyon kayıpları, omurilik yaralanmalarının seviyesine göre değişmektedir. Eğer boyun bölgesinde yaralanma olursa hastaların kollarında ve bacaklarında kuvvet kaybı ortaya çıkar. Sırt veya bel bölgesinde yaralanma olduğunda ise bacaklarda kuvvet kaybı görülür. Omuriliğin ne derece hasar gördüğü de önemlidir. Eğer omurilikte tam olarak hasar varsa, yaralanma seviyesinin altında hareket ve duyuda tam kayıp vardır. Eğer kısmi bir yaralanma olmuşsa, bir miktar hareket ve duyu korunmuştur.

## **Omurilik yaralanmalarında rehabilitasyon:**

Erken dönemde rehabilitasyonun başlaması önemlidir. İlk dönemde yatak içinde yapılacak eklem hareket açıklığı egzersizleri, hastalara uygun pozisyon vermek önemlidir. Yatak yaraları oluşmaması için 2 saatte bir pozisyon değişimi yapılmalıdır.

Rehabilitasyonda amaç günlük yaşam aktivitelerinde mümkün olduğunca hastayı bağımsız hale getirebilmek ve omurilik yaralanmalarına bağlı komplikasyonları önlemektir.

Akut dönem geçtikten sonra hastaya özel rehabilitasyon planlanmalıdır. Bu hastalarda hastaların seviyelerine göre eklem hareket açıklığı egzersizleri, elektrik stimülasyonu, güçlendirme egzersizleri, oturma dengesi egzersizleri, yürüme eğitimi, robotik rehabilitasyon uygulanabilmektedir. Hastalara gerektiğinde yürümesine yardımcı cihaz ve ortez planlanmaktadır.

## **Omurilik yaralanmalarında görülen komplikasyonlar:**

**Bası yaraları:** Kemik çıkıntılar üzerinde, basınca maruz kalan yerlerde görülür. Bası yaralarının çoğu önlenilebileceği için hastaların ve yakınlarının bilgilendirilmesi çok önemlidir.



Bası yaralarını önlemek için hastaların düzenli pozisyon değiştirmeleri gerekir. Hergün ciltlerini kontrol etmeleri, temiz ve kuru tutmaları önerilmektedir. Yataklarında ve tekerlekli sandalyelerde basınç azaltan destek yüzeyi kullanmalıdırlar.

**Otonom disrefleksi:** Omurilik yaralanma seviyesi T6 üzerindeki hastalarda görülen bir durumdur. Acil müdahale gerektirir. Omurilik yaralanma seviyesinin altındaki bir soruna bağlı oluşan aşırı reaksiyondur. Kan basıncında ani ve hızlı yükselme, zonklayıcı baş ağrısı, yüzde kızarma, tüylerin diken diken olması, burunda tıkanma gibi belirtiler ortaya çıkar. En sık mesane ve barsaktaki gerginliğe bağlı oluşur. Böyle durumlarda hasta önce oturtulmalı, sıkı kıyafet, ortez varsa gevşetilmelidir. Mesane boşaltıldıktan sonra yakınmalar devamediyorsa acil servise başvurulmalıdır.

**Solunum problemleri:** Boyun seviyesindeki yaralanmalarda solunum kaslarının etkilenmesine bağlı olarak solunum desteği gerekebilmektedir. Üst torakal seviyelerdeki yaralanmalarda da hastalar tam öksüremedikleri için akciğer enfeksiyonlarına yatkınlık oluşabilmektedir. Bu hastalara yardımcı öksürük teknikleri ve solunum egzersizleri de uygulanmalıdır.

**Mesane problemleri:** Omurilik yaralanmalı hastalarda mesane fonksiyonları da etkilenmektedir. Bu etkilenme her hastada farklı olmaktadır. Akut dönem geçtikten sonra ürodinami dediğimiz tetkikle mesanede ne tip bir problem olduğu tespit edildikten sonra ona göre tedavi ve idrar çıkış şekli planlanmalıdır. İdrar boşaltma problemi olan hastalarda temiz

aralıklı kataterizasyon (TAK) denilen boşaltma yöntemi önerilmektedir. Ayrıca bu hastalar uzun dönemde de üriner sistem açısından takip edilmelidirler.



**Barsak problemleri:** Omurilik yaranmasına bağlı olarak gaitanın depolanması veya atılması bozulabilmektedir. Hastalara barsak probleminin tipine göre rehabilitasyon programı uygulanmalıdır.