

Kas İskelet Sistemi Hastalıklarında
KRONİK AĞRI
ve Yaşam Kalitesi

Kas İskelet Sistemi Hastalıklarında **KRONİK AĞRI** ve Yaşam Kalitesi

Dr. Ayça AYTAR TIĞLI

Başkent Üniversitesi Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu
Fizyoterapi Programı
Öğretim Görevlisi

Prof.Dr.Emine Handan TÜZÜN

Doğu Akdeniz Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi
Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü
Öğretim Üyesi



© 2018 Kas İskelet Sistemi Hastalıklarında
Kronik Ağrı ve Yaşam Kalitesi

ISBN: 978-605-7899-00-2

Tüm hakları saklıdır. 5846 ve 2936 sayılı Fikir ve Sanat Eserleri yasası gereği; bu kitabın basım, yayın ve satış hakları Hipokrat Yayınevi'ne aittir. Anılan kuruluşun izni alınmadan kitabın tümü ya da bölümleri mekanik, elektronik, fotokopi, manyetik kağıt ve/veya başka yöntemlerle çoğaltılamaz, basılamaz, dağıtılamaz. Tablo, şekil ve grafikler izin alınmadan, ticari amaçlı kullanılamaz.

Yazarlar

Dr. Ayça AY TAR TIĞLI
Prof.Dr.Emine Handan TÜZÜN

Yayıncı

Hipokrat Kitabevi

Grafik-Tasarım

Hipokrat Grafik Tasarım

Baskı - Cilt

Demircioğlu Matbaacılık Reklam ve Yayın San. Tic. Ltd. Şti.

Mustafa Kemal Mahallesi 2159. Sokak No: 4/A

Çankaya / Ankara



Süleyman Sırrı Caddesi
No:16/2 Sıhhiye/ANKARA
Tel: (0312) 433 03 05 - 15
www.hipokratkitabevi.com



Önsöz

Bu kitap, hayatta sıklıkla karşılaştığımız kronik ağrının kişilerin yaşamı üzerinde meydana getirdiği etkiler göz önüne alınarak hazırlanmıştır.

Kas iskelet sistem hastalıklarında kronik ağrı tanımı, buna etki eden mekanizmalar ve ağrının yaşam kalitesi üzerine etkilerini detaylı şekilde alan yazını destekli sunmaktadır.

Bu kitap ile amacımız ağrı problemi ve bunun sonucu meydana gelen sorunları ele almak ve çok boyutlu düşünmeyi sağlayarak farkındalık yaratmaktır.

İÇİNDEKİLER

	Sayfa No
Giriş	1
Ağrı	3
Ağrı Fizyolojisi.....	4
Ağrı Komponentleri.....	5
Ağrı Hafızası	5
Kronik Ağrı.....	6
Kronik Ağrı Mekanizması.....	6
Kronik Kas İskelet Sistemi Ağrıları	9
Kronik Kas İskelet Sistemi Hastalıkları Epidemiyolojisi	10
Kronik Kas İskelet Sistemi Hastalıkları.....	11
Yaşam Kalitesi	17
Sağlıkla İlgili Yaşam Kalitesi.....	19
Kronik Kas İskelet Sistemi Hastalıklarında Sağlıkla İlgili Yaşam Kalitesi	22
Kronik Kas İskelet Sistemi Hastalıklarının Fiziksel Sağlık Üzerine Olan Olumsuz Etkileri.....	23
Kronik Kas İskelet Sistemi Hastalıklarının Mental Sağlık Üzerine Olan Olumsuz Etkileri... ..	31
Kronik Kas İskelet Sistemi Hastalıklarının Sosyal Sağlık Üzerine Olan Olumsuz Etkileri.....	34
Öneri ve Alan Yazını	36
Kaynakça	46

Simgeler ve Kısaltmalar

- KİSH:** Kas iskelet sistemi
- DSÖ:** Dünya sağlık örgütü
- SiYK:** Sağlıkla ilgili yaşam kalitesi
- IASP:** Uluslararası ağrı araştırmaları teşkilatı
- SG:** Substantia gelatinosa
- FMS:** Fibromiyalji sendromu
- MAS:** Miyofasial ağrı sendromu
- % :** Yüzde
- AS:** Ankilozan spondiliti
- OA:** Osteoartrit
- ACR:** American college of rheumatology
- MTN:** Miyofasiyal tetik nokta
- RA:** Romatoid artrit
- ICF:** Uluslar Arası Fonksiyon Özürlülük ve Hastalıklar ile İlgili Fonksiyonel Sınıflama
- VKİ:** Vücut kitle indeksinin
- REM:** Uyku latentindeki hızlı göz hareketleri
- NREM:** Uyku latentindeki hızlı olmayan göz hareketleri

Şekiller

Sayfa No

Şekil 1: American College of Rheumatology diz OA'sı için tanı kriterleri.....	12
Şekil 2: Tanı kriterleri	16
Şekil 3: Fonksiyonel sınıflama	17
Şekil 4: Yeti yitimi ve sağlık için biyopsikososyal model ..	20
Şekil 5. Ağrı, yeti yitimi ve fiziksel kısıtlılık ilişkisi	24
Şekil 6. Yorgunluk ve ağrıda analitik model	30