



Osteoartritte Kaplica Tedavisi

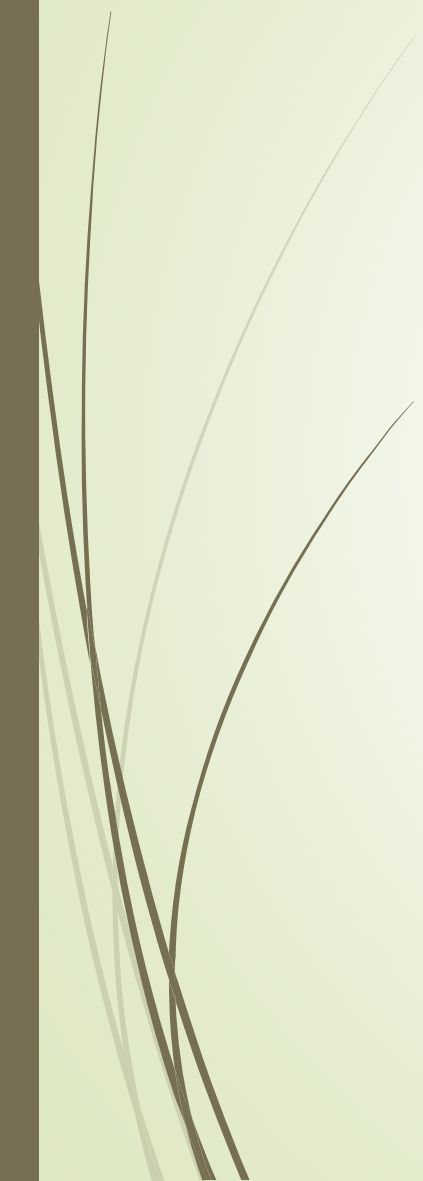

Osteoartritte kaplıca tedavisinin amaçları

- ağrının azaltılması,
- eklem hareket açıklığının ve kas gücünün artırılması
- ve ekstremitelerde fonksiyonlarında kısıtlanma gibi bulgu ve belirtilerin ve kısmen de hastalık sürecinin kontrol altına alınması,
- günlük yaşam aktivitelerinin ve yaşam kalitesinin artırılmasıdır.




Birçok nedene bağlı olarak gelişen osteoartritin kesin bir tedavisi olmamasına rağmen hastalıktan korunma ve tedavide çeşitli uygulamalar söz konusudur.

Uygun tedavi ile osteoartritli hastalar önemli ölçüde rahatlatılabilir, yaşam kaliteleri ile fonksiyonel durumları düzeltilebilir.




Diz ve kalça osteoartritli hastalarda üç haftalık kaplıca tedavisinin yararlı semptomatik etkinliğinin olduğunu ve bu etkinin altı ay sürdüğü literatür çalışmalarında bildirilmektedir.



Primer diz OA li hastalarda kaplıca tedavisinin kısa ve uzun dönem etkinliği prospektif, randomize, tek kör, kontrollü bir çalışmada araştırılmıştır.

80 hasta çalışmaya katılmış, birinci gruptaki 40 hastaya günlük lokal çamur paketleri 45°C 20 dakika ve bikarbonatlı, sülfatlı mineral su banyo tedavisi 38°C 15 dakika her gün toplam 12 seans, ikinci kontrol grubuna egzersiz, NSAİİ ve/veya analjezik içeren rutin tedavi verilmiştir.

Tüm tedaviye katılanlar kaplıcaya yakın yerde ikamet edenlerden seçilmiş ve çalışma süresince burada kalmaları sağlanmıştır.




Hastalarda klinik değerlendirmelerin yanı sıra yaşam kaliteleri de değerlendirilmiştir.

Değerlendirmeler başlangıçta, 2 hafta sonra, tedavi başlangıcından 3, 6 ve 9 ay sonra yapılmıştır.


Bu çalışma ile diz OA'lı hastalarda çamur ve bikarbonat, sulfatlı mineral su ile banyo tedavilerinin ağrıyı giderme ve fonksiyonel kapasitede düzelme şeklindeki yararlı etkilerinin kısa ve uzun dönemde olduğu bildirilmiştir.

Fioravanti A, Iacoponi F, Bellisai B, Cantarini L, Galeazzi M: Short- and long- term effects of spa therapy in knee osteoarthritis. Am J Phys Med Rehabil 2010;89:125-32.




Diz OA'lı hastalarda termal mineral sularla yapılan tedavinin kısa ve uzun dönem terapötik etkilerini araştırmak için bu konuda yapılmış randomize kontrollü çalışmaların irdelenmesi sonucu; termal mineral sularla yapılanbanyo tedavileri ile ağrı ve fonksiyonel kapasitede düzelme saptanmış olup, bu etkinliğin 24 haftaya kadar devam ettiği bildirilmiştir.

Harzy T, Ghani N, Akasbi N, Bono W, Nejjari C. Short and long-term therapeutic effects of thermal mineral waters in knee osteoarthritis: a systematic review of randomized controlled trials. Clin Rheumatol 2009;28:501-7.



Deneysel artrit modellerinde deniz suyu veya tuzlu su banyolarının antienflamatuar etkilerinin de olduğu gösterilmiştir.

Karaglle M, Karaglle MZ, Karaglle O, Dnmez A, Turan M. A 10-day course of SPA therapy is beneficial for people with severe knee osteoarthritis. A 24-week randomised, controlled pilot study. Clin Rheumatol 2007;26:2063-71.


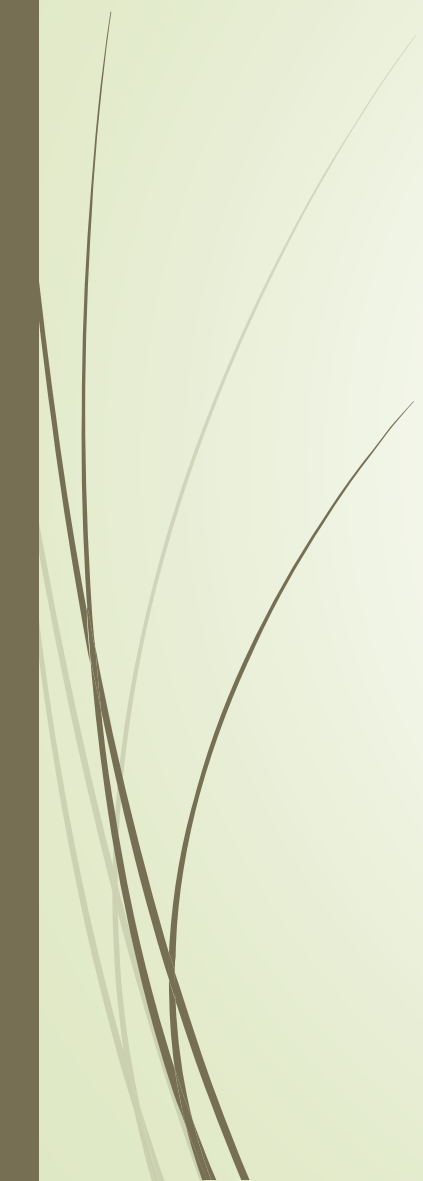



Osteoartritli hastalarda çamur bazlı kaplıca tedavileri (genel, lokal etkileri, etkinliği, etki mekanizmaları) ok yönlü

araştırılmıştır.

Çamur banyo tedavilerinin OA'nın önlenme ve tedavisinde primer rol oynadığı bildirilmiştir. Çeşitli alışmalar çamur tedavisinin yararlı etkilerini göstermiştir.

Çamur tedavisinin yararlı etkileri sıklıkla termal etkilerine bağlanır, ancak bazı çalışmalarda özel etkilerinden de söz edilmektedir.

- 
- 
- Çamur paket tedavisi ile sonuçta kıkırdak inflamasyonunda ve doku harabiyetinde azalma olduğu bildirilmiştir.
 - Çamur paketlerinin ısı ile uygulama yerindeki kan akımındaki artış sonucu inflamatuvar mediatörler ile ağrı oluşturan maddelerin uzaklaştırılması ile analjezik etki sağlanabilir.



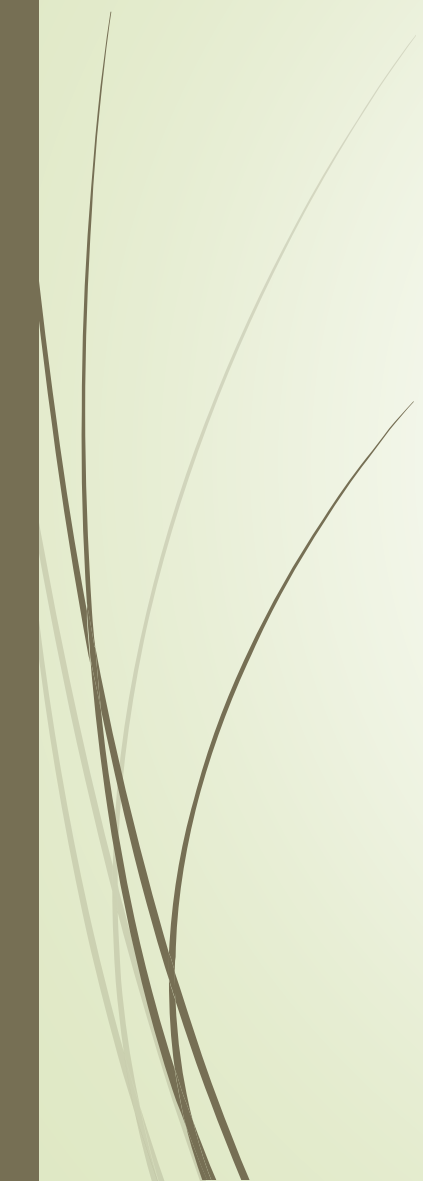

OA'lı hastaların ağrılarını azalttığı ve fonksiyonel durumlarını düzelttiği gösterilmiştir. Doğrudan uygulamanın daha üstün olduğu saptanmış olup, bu etkinlik ciltten kimyasal maddelerin geçişine bağlanmıştır .



Kaplıca tedavisi genel olarak günlük olarak, haftada 5-6 gün, 2-4 haftalık srelerde uygulanır.

Diz OA'lı hastalarda haftalık uygulanan 6 ay süreli kaplıca banyo tedavisinin pozitif sonuçlar verdiği gözlenmiştir.

Tishler M, Rosenberg O, Levy O, Elias I, Amit-Vazina M. The effect of balneotherapy on osteoarthritis: is an intermittent regimen effective. Eur J Intern Med 2004, 15(2):93-6.



Kaplıca tedavisine eklenen egzersizler ile postürün olumlu yönde desteklenmesi ve omurga eklem mobilitesinin geliştirilmesi de söz konusu olmaktadır.