

# SAKROİLİYAK EKLEM DİSFONKSİYONU

# SAKROİLİAK EKLEM

- ▶ Sakroiliak eklem , sakrum ve ilium arasında , S1-S3 hizasında, yönü aşağıya bakan, L şeklinde gerçek sinovial eklemdir.
- ▶ Primer görevi pelvik halkanın stres relaksasyonunu sağlamaktır.
- ▶ Pelvisle birlikte pelvik tabanı korur ve destekler, kaslar için tutunma yeri oluşturur, kadınlarda doğum kanalı olarak rol alır.

- Gövdenin ve üst ekstremitenin ağırlığını alt ekstremitelere iletir ve yer reaksiyonunu karşılar. Bu nedenle oldukça güçlü bir yapıya sahiptir.
- SİE' i en kuvvetli destekleyen bađ **interosseöz ligamenttir.**

- ▶ SİE'i ve bağlarını destekleyen kaslar ise;
- ▶ Priformis
- ▶ Biceps femoris
- ▶ Gluteus maksimus
- ▶ Gluteus minimus
- ▶ Quadratus lumborum
- ▶ Erector spina
- ▶ İliacus
- ▶ Latissimus dorsi
- ▶ Thoracal fasya dır.

- Eklem; myofasial ve sinir bağlantıları, ağırlık taşıma kapasitesi ve farklı biyomekanik özelliklere sahip olduğundan ,
- **Disfonksiyon**
- **Patolojik problemler**
- **Ağrı**

gibi farklı pek çok problemin ortaya çıkmasına neden olmaktadır.

# Sakroiliak Eklem Disfonksiyonu

- ▶ Sakroiliak eklemdede herhangi bir patoloji saptanmadığı, ancak eklemde alt ekstremiteye yük dağılımını sağlamada biyomekaniksel olarak yetersiz olduğu durumlarda SİE disfonksiyonu söz konusudur.

- ▶ SİE disfonksiyonu genelde küçük bir travmatik olaydan sonra ortaya çıkar.
- ▶ Her iki kalça üzerine düşme, aniden ağır bir cisim kaldırma, eğilmiş pozisyondan kalkma, tek ayak otomobil pedalındayken arkadan çarpmalı trafik kazası gibi durumlar olayı başlatabilir.
- ▶ Ağrı kalça, kasık ve tüm alt ekstremiteye yayılabilir; ancak tipik olarak ağrılı bölge spina iliaca posterior superiorun (SİPS) 10 cm aşağısı ve 3 cm yukarısı arasındadır.

- ▶ Sacroiliak eklemdede ağrının nedeni patolojik problemlerin olduğu durumlarda görüntüleme yöntemleriyle kolaylıkla bulunabilmesine rağmen eklemdede patolojik problem olmaksızın eklem biyomekaniğinin bozulduğu disfonksiyon varlığında çoğunlukla bulunamamaktadır.



SIE de ağrı tanısı ; Uluslararası Ağrı Çalışmaları Birliğine göre ;

- ▶ Posterior superior spinöz etrafında ağrı ,
- ▶ Stres testlerinin 3 tanesinin pozitif olması (pelvik kompresyon, pelvik distraksiyon, shear, faber, geaslen gibi)
- ▶ Lokal anestezi blok ile ağrıda azalma gözlenmesi ile konulur.

# Deęerlendirme

- ▶ Demografik bilgi
- ▶ Hikaye
- ▶ Esas Őikayet
- ▶ Postür analizi
- ▶ Ağrı değerlendirmesi
- ▶ Kas kuvveti
- ▶ Kısıalık değerlendirmesi
- ▶ Eklem hareket açıklığı
- ▶ Yürüyüş deęerlendirmesi
- ▶ Ekstremiteler uzunluk ölçümleri
- ▶ Özel testler

# *TEDAVİ PROGRAMI*

- ▶ *Akut dönem (1-3. günler):*
- ▶ NSAİİ, istirahat, buz tedavisi.

- ▶ *Subakut dönem (3. gün-8. hafta):*
- ▶ Pelvis mobilitesini bozan kısalmış kalça abduktörleri, adduktörleri, derin kalça dış rotatorlarının esnekliğini arttırıcı egzersizler.
- ▶ Düzeltici manevralar (otururken, ayakta ve yatarken kalçaya maksimum fleksiyon yaptırıp beli sağa ve sola döndürme şeklindeki manevralar).
- ▶ Güçlendirme egzersizleri.

## *Kronik dönem (8. haftadan sonra):*

Lumbopelvik stabilizasyon egzersizleri.

Fiziksel ajanlardan yüzeysel ve derin ısıtıcılar, elektroterapi

Yüzme gibi aktiviteler önerilebilir. Eklem üzerine binen stresi azaltmaya yardımcı olur.

► **Manipülasyon tedavisi**

SİE patolojisi olan hastalarda manüpilasyon tedavisinin kısa dönemde yararlı olduğu söylenebilir. Ancak uzun dönemde şikayetlerin tekrarlamaması için egzersiz ve koruyucu önlemler ihmal edilmemelidir.

► **Cerrahi**

Konservatif tedaviye cevap vermeyen seçilmiş vakalarda SİE artrodez uygulanabilir.

- ✓ *SİED tedavisinde önemli olan hangi evrede olursa olsun , hastaya özgü tedavi programının oluşturulması ve bireysel egzersiz yaklaşımlarının uygulanmasıdır.*

# kaynakça

- ▶ Parlak Demir Yasemin, Ülger Özlem. Lumbosakral Bölge , Patolojileri ve Fizyoterapisi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Cilt 2, 2016,Ankara
- ▶ <https://www.epainassist.com/articles/orthopedic-tests-for-hip-and-pelvis>
- ▶ <http://www.drdenizdogan.com/2013/03/sakroiliak-eklem-disfonksiyonu.html>
- ▶ Byung-Yun Cho, Jung-Gyu Yoon. The effect of gait training with shoe inserts on the improvement of pain and gait in sacroiliac joint patients, *Department of Physical Therapy, Incheon City Jung Hospital, Republic of Korea,2015.*