



OR-CLLS

Orthopedic Reconstruction - Cosmetic Limb Lengthening Surgery

Doç. Dr. Özgür Karakoyun  
Ortopedi ve Travmatoloji Uzmanı

# HASTALAR İÇİN KALÇA PROTEZİ REHBERİ





**OR-CLLS**

Orthopedic Reconstruction - Cosmetic Limb Lengthening Surgery

**Doç. Dr. Özgür Karakoyun**  
**Ortopedi ve Travmatoloji Uzmanı**

# **TOTAL KALÇA PROTEZİ**

## **CERRAHİSİ REHBERİ**

İçindekiler Tablosu

Kalça protezi ameliyatı kime yapılır?.....	4
Total Kalça Protezi Ameliyatı Hakkında.....	8
İyileşme Ve Ağrı Yönetimi.....	10
Sonuç .....	12



Kırık ya da artrit(kireçlenme) nedeniyle kalça ağrınız var mı? Merdivenleri tırmanmak veya ayakkabılarınızı giymek gibi günlük işleriniz size acı veriyor ve hayatınızı zorlaştırıyor mu? Ağrı kesicileri kullandınız, enjeksiyonlar yaptırdınız, yardımcı cihazlar kullandınız, fakat ağrılardan hala muzdarip iseniz, kalça protezi cerrahisi düşünebilirsiniz. Kalça durumunuza bağlı olarak ya kısmi (parsiyel) ya da total kalça protezi için iyi bir aday olabilirsiniz.

Her yıl, ülkemizde yaklaşık 50.000 'den fazla kişiye kalça protezi ameliyatı ve dünya çapında yaklaşık bir milyon hastaya bu ameliyat yapılır. Hastaların ağrılarını gidermek, kalça hareketlerini rahatlatmak ve insanların normal hayatlarına dönmeleri açısından, kalça protezi ameliyatının güvenli ve etkili cerrahi tedavi yöntemi olduğu kanıtlanmıştır. Elinizdeki bu kaynak kalça protezi cerrahisinin aşağıdaki yönlerini kapsar:

- *Kalça protezi ameliyatı kime yapılır?*
- *Ameliyat öncesi süreci nelerden oluşur?*
- *Ameliyat sonrası süreç nasıldır?*



OR-CLLS

Orthopedic Reconstruction - Cosmetic Limb Lengthening Surgery

## Kalça protezi ameliyatı kime yapılır?

Aşağıdaki kriterlerden birine veya daha fazlasına uyuyorsanız kısmi veya total kalça protezi için iyi bir aday olabilirsiniz:

1. **Şiddetli kronik ağrı** – Hayatımızın bir döneminde kalça ağrısı yaşamış olabiliriz. Ancak, günlük işleyişi engelleyen, devam eden ve gece uykudan uyandıran kalça ağrısı varsa kalça protezi ameliyatı gündeme gelebilir. Bu ağrıların sebebi osteoartrit (kalça kireçlenmesi), osteonekroz, avasküler nekroz (femur başı kemiğinde canlılığın bozulması), veya romatoid artrit olabilir. Bunların yanında kalça kırıkları ve yaralanmaları, kemik tümörleri de ameliyat gerektiren kalça eklemi sorunlarından sayılabilir.
2. **Hasar ve / veya deformiteler** – Bacakta ciddi eğrilik gelişmesi veya osteoartritin (kireçlenmenin) aşırı olması veya başka bir durum nedeniyle ciddi kalça eklemi hasarı olduğunda, bu sorunları düzeltmek için tek yol ameliyattır.
3. **Alternatif tedaviler işe yaramıyor** – Ortopedi cerrahları kalça problemleri için son çare olarak ameliyatı düşünürler. Genelde daha az risk ve komplikasyon içeren, daha az girişimsel tedavileri tercih ederler. Ağrı kesici gibi ilaçlar, eklem enjeksiyonları ve yardımcı cihazları (örn. Baston gibi) denediniz ve işe yaramadığında ya da etkileri zaman içinde azalmışsa, kalça protezi ameliyatı bir sonraki seçenek olabilir.
4. **Sağlık durumunuz ve aktivite düzeyi** - Kalça protezi ameliyatında fayda görebilmek için iyi bir fiziksel durumda olmanız ve en azından orta derecede aktivite düzeyiniz olmalıdır. Hastanın genel durumunun iyi olması gerekir.

Aslında, kalça protezi cerrahisi için önerilen kesin bir yaş yoktur. Eskiden, bu ameliyatlara 60 yaş ve üzeri bireyler için önerilirdi. Yaşlı insanlar daha az aktif olma eğilimindedir ve gençlere göre kalçalarına daha az yüklendikleri düşünüldüğü için bu ameliyatların ileri yaşlarda daha uygun olduğuna inanılıyordu. Ancak, yeni teknoloji ile daha dayanıklı ve uzun ömürlü protezler geliştirildi. Son yıllarda gençlere çok başarılı kalça protezi ameliyatları yapıldı. Hatta yirmili yaşlarda kalça kireçlenmesi olan kişilere bile kalça protezi yapılabilmektedir. Kalça protezi genelde 50-80 yaş arası hastalara yapılmaktadır. Fakat hastalar şikayetlerine göre değerlendirildiğinde, erken yaşta kalça kireçlenmesi nedeniyle ağrı çeken hastalarda kalça protezi yaşam kalitesini artırmak için yaşa bakılmaksızın iyi bir seçenektir.

Aşağıdaki kriterlerden birine veya daha fazlasına uyuyorsanız, kalça protezi ameliyatı için iyi bir aday olmayabilirsiniz:

- **İleri eklem bozulması** - Deforme veya bozulmuş eklemler total kalça protezi cerrahisi için daha zor olabilir, fakat bu hastalarda da kalça protezi ameliyatı ağrılarını azaltmakta faydalı olur.
- **Enfeksiyon veya yüksek enfeksiyon riski** - Vücudunuzun herhangi bir yerinde enfeksiyon olması, kalça protezinin ameliyatta veya ameliyatı takip eden günlerde enfeksiyon kapmasına neden olabilir. Bu nedenle öncelikle mevcut olan enfeksiyonun tedavi edilmesi gerekir. Kalçada enfeksiyonları olan hastalar total kalça protezi ameliyatı geçirebilir, ama iki ayrı ameliyat gerekebilir: enfeksiyon temizlemek için bir ameliyat ve yeni kalça protezi yerleştirilmesi ameliyatı.
- **Sağlık sorunlarının bazı türleri** - Parkinson hastalığı veya kronik kas güçsüzlüğü gibi hastalıkları olan hastalara kalça protezi uygulandığında, kalçanın yerinden çıkma riski çok yüksektir. İleri derece kemik erimesi olan



OR-CLLS

Orthopedic Reconstruction - Cosmetic Limb Lengthening Surgery

# Doç. Dr. Özgür Karakoyun Ortopedi ve Travmatoloji Uzmanı

hastalar için de total kalça protezi ameliyatı önerilmez. Genel sağlık durumu kötü olan ve anesteziyi kaldıramayacak kadar düşük olan hastalara da total kalça protezi ameliyatı yapılmaz

- **Ağrının nedeni bilinmiyorsa** – Eğer bir ortopedist ağrının nedenini belirleyemiyorsa, tedavi seçeneğini daraltmadan önce test etmeye devam edecek ve daha fazla görüntüleme tetkiki isteyecektir. Şiddetli kalça ağrısının birçok nedeni vardır. Örneğin sinir hasarı, kalça protezi ile düzeltilemez.
- **Aşırı kilolu olma** – Kalça protezinin aşırı kilolu kişilerde başarısız olma ihtimali daha fazladır.
- **Fiziksel zorlu spor veya ağır işlerde çalışma** - Eğer protez ameliyatından sonra fiziksel olarak zorlu sporlar yapmayı düşünüyor veya ağır yük taşımak gibi işler yapıyorsanız, yaptığınız sporu bırakmalı veya işinizi değiştirmelisiniz. Çünkü bu gibi durumlarda kalça protezi üzerine aşırı yük binecek ve aşınmalara neden olacaktır.



Eğer bir kalça protezi için iyi bir aday olduğunuzu düşünüyorsanız, bir ortopedi ve travmatoloji uzmanıyla görüşmeniz gerekecektir. İlk randevunuzda büyük olasılıkla aşağıdaki işlemler yapılacaktır:

- **Hastalık öyküsü-** Kalça ağrınızın şiddeti ve günlük hayatınızı nasıl etkilediğini anlatmanız istenecektir. Kalça ağrınız vücudunuzun başka bir yerine yansıyor veya beliniz ve dizinizde olan ağrıyı kalçada hissediyorsanız bunu mutlaka anlatınız. Ağrınızın olduğu durumları kaydediyorsanız, bu belgeleri de beraberinizde getirin. Genel sağlık durumunuzu anlatın. Kansızlık, romatizma, hipertansiyon, şeker hastalığı gibi rahatsızlıklarınızı mutlaka doktorunuza bildirin.
- **Fizik muayene –** Ortopedi ve travmatoloji uzmanı, yürürken, ayakta dururken, otururken, merdiven çıkarken, ileri geri eğilirken ve diğer temel hareketleri tamamlarken hareket etme yeteneğinizi gözlemleyecektir. Hareket aralığını inceleyecek, bazı fiziksel testler yapacaktır. Reflekslerinize, cilt durumunuza ve şişlik olup olmadığına bakacaktır.
- **Röntgen grafisi ve diğer görüntülemeler –** Röntgen grafisinde doktor kalça eklemindeki değişiklikleri görür ve hastalığın hangi safhada olduğuna karar verir. Erken evre hastalıklarda doktorunuz sizden MRI görüntülemesi isteyebilir. Daha önceki çekilen röntgenleri yanınızda götürmeniz doktorunuzun hastalığın nasıl ilerlediğini görmesi açısından önemlidir.

Bir cerrah mevcut durumunuzu anlamak, mevcut komplikasyonları (örneğin enfeksiyon) öngörmek ve ideal tedavi seçeneğini belirlemek için tüm bu bilgileri kullanır. Doktorunuz tedavi seçeneğini sunduktan sonra, potansiyel riskleri ve komplikasyonları, hastanede kalış dahil olmak üzere iyileşme ve rehabilitasyon sürecini ve maliyetleri tartışacaktır.



## Total Kalça Protezi Ameliyatı Hakkında

### *Kısmi (parsiyel) kalça protezi veya Total Kalça protezi*

Kısmi(parsiyel) kalça protezi, sadece femur başının hasarlı olduğu hastalarda, sadece femur başının (kalça içinde top şeklindeki kemik kısım) protez ile değiştirilmesidir. Total kalça protezinde buna ek olarak asetabulum dediğimiz femur başının içinde hareket ettiği soket kısmı yerine de protez yerleştirilmektedir. Kısmi kalça protezi genelde kalça kırıklarında kullanılır, total kalça protezi ise genellikle kokartoz(kalça kireçlenmesi) durumunda yapılır. Cerrah uygun gördüğü hastalarda kemik çimentosu (sement) kullanarak protezi kemiğe sabitleyebilir.

Kısmi kalça protezi en sık yaşlı hastalarda, günlük aktivitesi kısıtlı hastalarda tercih edilir.

### *Minimal kesi cerrahisi*

Bazen doktorlar kalça protezi için minimal invaziv bir ameliyat gerçekleştirebiliyor. Bu durumda, daha az kan kaybı ve daha küçük bir yara izi ile sonuçlanan küçük bir kesi yaparlar. Daha az kas hasarı olduğu için, ameliyat sonrası erken dönemde hastanın ağrısı daha az olur ve daha rahat yürür. Bu ameliyat yöntemi için cerrahın tecrübeli olması gerekir. Bazı durumlarda, küçük bir kesi ile başlanan bir ameliyatta, gerek görüldüğünde büyük kesiye geçilebilir. Doğuştan kalça çıkığı olan hastalar ve aşırı kilolu hastalarda cerrah büyük kesi ile ameliyat yapmayı tercih eder.



## *Anestezi*

Çoğu doktor kalça protezleri için genel anestezi kullanır, bu da ameliyat sırasında baygın olduğunuz anlamına gelir. Hastanın durumuna göre bölgesel anestezi de tercih edilebilir. Bölgesel anestezide hasta ameliyat alanını hissedemez ve hasta hala uyanıktır. Doktorunuz kalça protezi ameliyatınızda hangi anestezi türünü kullanacağınıza karar verirken genel sağlık durumunuzu göz önünde tutar.

## *Antibiyotik*

Birçok doktor enfeksiyon riskini azaltmak için ameliyat öncesinde ve sonrasında damardan antibiyotik yapar. Eğer dişlerinize ilgili bir işlem yaptıracaksanız bunu kalça protezi ameliyatından önce yaptırmanız daha iyi olur. Kalça protezi olan hastaların, diş çektirme veya diş dolgusu yaptırmaları gerektiğinde işlem öncesinde antibiyotik almaları gerekmektedir.

## *Kan transfüzyonu*

Küçük kesiler, daha hızlı cerrahi ve geliştirilmiş ilaçlar sayesinde kalça protezi ameliyatlarında kan kaybının büyük ölçüde önüne geçilmiştir. Cerrahlar genelde tedbir amaçlı olarak ameliyat öncesi en az 1 ünite kan hazırlığı yaparlar.





OR-CLLS

Orthopedic Reconstruction - Cosmetic Limb Lengthening Surgery

# Doç. Dr. Özgür Karakoyun Ortopedi ve Travmatoloji Uzmanı

## İyileşme Ve Ağrı Yönetimi

Hastaların iyileşme süreci, hastanın tutumuna, motivasyonuna ve ağrı toleransına bağlıdır.

### *Ameliyattan hemen sonra*

Ameliyattan sonra hastanın ağrısı için bir çok ilaçlar kullanılır. Bu ilaçlar düşük doz narkotik ve diğer ağrı kesicilerden oluşur. İlaçların dozu yan etkileri göz önünde bulundurularak ayarlanır.

Damar yoluyla, size antibiyotik ve ağrı kesiciler yapılacaktır. Kan pıhtılaşmasını önlemek için göbeğinizden antikoagulan(kan sulandırıcı) yapılacaktır. Bacakta kan pıhtılaşmasını önlemek için antiembolik çorap (varis çorabı) giyeceksiniz. Yeni kalçanızı doğru şekilde tutmanıza yardımcı olması için bacak aranızda yastık koymanız istenecektir.

### *İlk birkaç gün*

Ağrı kesici dozu yavaş yavaş iyileşme ilerledikçe azaltılacaktır. Rehabilitasyon süreci, protezi takmak için çimento veya çimentosuz yöntemler kullanıp kullanmadığına göre belirlenir. Ameliyat günü veya bir gün sonra hasta walker(yürüteç) yardımıyla ayağa kaldırılır ve nasıl yürüyeceği öğretilir. Bir kaç hafta yürümek için walker(yürüteç) koltuk değneği veya bastona ihtiyaç duyacaksınız

Fizyoterapist egzersiz ve yürüyüş ile ilgili konularda size yardımcı olacaktır. Buna ek olarak elbiselerinizin nasıl giyileceği, tualete nasıl gidileceği gibi faaliyetler size öğretilecektir. Cerrah, dizinizi kalçanızdan daha yükseğe kaldırmamanız ve 90 dereceden fazla bükmemeniz gibi hareket sınırlarınızı size tarif edecektir. Bu talimatlara çok dikkatli bir şekilde uyunuz.

## *İyileşme süreci*

Genelde hastanede kalma süresi bir kaç gün ile bir hafta arasındadır. Eğer kapsamlı rehabilitasyon gerekiyorsa ya da evde size yardımcı olabilecek biri yoksa, daha fazla tedavi için özel bir rehabilitasyon merkezine gitmek zorunda kalabilirsiniz. Genelde 10. gün dikişler alınır. O zamana kadar 2 günde bir pansuman yapılması gereklidir. Ateşiniz olduğunda veya yara yerinde akıntı ve kızarıklığınız olduğunda mutlaka doktorunuz ile temasa geçiniz.

Çoğu insanın ameliyattan sonra yürümek için birkaç hafta süreyle bir yardımcı cihaz kullanması gereklidir. Doktorunuz size ne zaman bacağına tam yük vermeniz gerektiği konusu hakkında bilgi verecektir. Evde takip etmek için bir egzersiz programı yanı sıra fizik tedaviyi en az 6 ay yapmanız gerekecektir. Günde iki ya da üç kez kısa süreli yürüyüş yapın ve eğer kalçanızda ağrı oluşuyorsa, kalçanıza soğuk uygulama yapın. Zaman içinde egzersizleri azaltabilirsiniz ama hareket etmeyi ve yürüyüşü asla bırakmayın.

## *Kalça protezi ile yaşamak*

Kalça protezinin takibi için yılda en az bir kez doktorunuzu ziyaret etmelisiniz. Zamanla, normal hayatınıza döneceksiniz. Gücünüzü, dayanıklılığınızı, esnekliğinizi korumak ve ağırlığınızı kontrol etmek için aktif kalın. Kalça protezinizin daha uzun ömürlü olması için kilo almamaya dikkat edin.

Kalça protezi ameliyatı sonrası onaylı egzersizler arasında yürüyüş, egzersiz bisikleti kullanma, düz yerlerde normal bisiklete binme, yüzme, orta ağırlık çalışma, dans, golf, çiftler tenisi ve binicilik yer almaktadır. Tüm bu orta etkili egzersizleri iyileşme sürecinde yardım edecek ve yeni kalçanıza zarar vermeden kas gücü ve kardiyovasküler fitnessi artıracaktır. Temas sporları, basketbol, koşu,



OR-CLLS

Orthopedic Reconstruction - Cosmetic Limb Lengthening Surgery

# Doç. Dr. Özgür Karakoyun Ortopedi ve Travmatoloji Uzmanı

atlama, yüksek etkili aerobik ve ağır kaldırma içeren aktivitelerden kaçınınız. Bu faaliyetler kalçaya zarar verebilir veya bazı protez parçalarının gevşemesine neden olabilir.

Ameliyatı takip eden en az iki yıl boyunca, kalça protezi etrafında enfeksiyon riskini azaltmak için dışıye gittiğinizde veya girişimsel tıbbi prosedürlerden önce antibiyotik almak en iyi uygulamadır. Bu süreden sonra, doktorunuz ve dış hekiminiz antibiyotik almaya devam edip etmeniz gerekip gerekmediğini size söyleyecektir.

## Sonuç

Total kalça protezi önemli bir ameliyattır. Bu kararı hafife almamalısınız. Ameliyattan önce, ameliyat sırasında ve sonrasında ne beklemeniz gerektiğini bilmeniz için prosedür hakkında bilgi edinmek için yapabileceğiniz tüm araştırmaları yapınız. Herhangi bir sorunuz varsa, onları düşündüğünüz anda not alın, böylece ortopedi doktorunuza sorabilirsiniz. Bir şeyden emin değilseniz, sormaktan çekinmeyin. Ameliyata girmeden önce kendinizi rahat hissetmeniz çok önemlidir.

Eğer siz veya sevdiğiniz biri total kalça protezi ameliyatı düşünüyorsa ve deneyimli bir doktorla konuşmak istiyorsanız, [www.drozgurkarakoyun.com](http://www.drozgurkarakoyun.com) adresinden veya 0545 919 54 13 numaradan iletişime geçebilirsiniz.