

BOYUN BÖLGESİ PROBLEMLERİ

HASTALIĞIN TANIMI

Servikal bölge ile ilişkili boyun ağrısı toplumlarda çok yaygın görülen bir sağlık problemidir. Boyun ağrısında semptomlar kişilerin %50-80'inde 1-5 yıllık dönemde tekrar eder.

Servikal bölgeyi oluşturan vertebralar yapı ve fonksiyonlarına göre üst servikal bölge (oksiput-C1-C2) ve alt servikal bölge (C3-C7) olmak üzere iki grupta incelenir.

Tüm servikal bölge göz önünde bulundurulduğunda;

- Fleksiyon: 80-90°
- Ekstansiyon: 70°
- Lateral fleksiyon: 20-45°
- Rotasyon: 90°dir.

Torakal bölge kolumna vertebralisin en rijit bölümü olmakla birlikte üç düzlemde harekete izin verir.

- Fleksiyon: 20-45°
- Ekstansiyon: 25-45°
- Lateral fleksiyon: 20-40°
- Rotasyon: 35-50°

Servikal bölge daha çok baş hareketleri için gerekli olan esnekliği sağlarken torakal bölge stabiliteden sorumludur.

Boyun ağrıları süresine göre akut (7 günden daha az), subakut (7 gün 3 ay arası) ve kronik (3 aydan daha uzun süreli) olmak üzere 3 grupta sınıflandırılır. Kronik boyun ağrılı kişiler akut olanların aksine profesyonel bir bakıma ihtiyaç duyarlar.

Boyun ağrısı ile ilgili değiştirilemeyen risk faktörleri;

- İlerlemiş yaş
- Cinsiyet (kadınlar>erkekler)
- Genetik faktörler

Diğer risk faktörleri;

- Daha önce geçirilmiş boyun ağrıları
- Bel ağrısı
- Psikolojik faktörler
- Sigara içmek ya da dumanına maruz kalmak
- Düşük seviyeli fiziksel aktivite
- Obezite
- Mesleki şartlar

Altta yatan herhangi bir sistemik hastalık veya anormal anatomik yapı olmaksızın dejeneratif değişiklikler gibi mekanik bozukluklara bağlı boyun ağrısı non-spesifik boyun ağrısı olarak isimlendirilir.

Anatomik lokalizasyona göre boyun ağrısı posteriorda nukhal hat ile spina skapulanın arasında, lateralde klavikulanın superioruna ve anteriorda suprasternal çentiğe uzanan ve baş, gövde ve kollara yayılan ağrı olarak tanımlanır.

Servikal bölge ağrıları ile birlikte görülen üst torasik bölge ağrıları T1-T4 torakal vertebraların arasında kalan anatomik bölgeyi içerir.

Torasik bölge ağrılarının anatomik lokalizasyonu ise T1-T12 torakal vertebralar arasında kalan sırtın posterior bölümüdür.