

El bileği kisti, yaşam kalitesini düşüren sorunlardan biri. Genelde kadınlarda görülen hastalık, kistin büyümesi ve ağrılı hale gelmesiyle kişiyi ameliyata kadar götürüyor

Gaziosmanpaşa Hastanesi El Cerrahisi ve Mikrocerrahi Bölümü'nden ortopedi ve travmatoloji uzmanı Doç. Dr. İ. Bülent Özçelik, el bileği kistini (ganglion) anlattı:

“Eklem kapsülünün yukarı doğru fıtıklaşarak içine eklem sıvısı dolmasıyla el bileği kisti oluşur. Daha çok eklem kapsülünün zayıf olduğu bölgelerde ortaya çıkar. Her yaşta görülmekle beraber genellikle 20-40 yaşları arasındaki kadınlarda sık rastlanır. Ganglion; el bileğinin sırtında ve iç yüzünde, avuç içinin parmaklara yakın kısmında, parmakların en uç eklemleri hizasında, hatta ayakta oluşabilir.

Kist patlayabilir Kesin bir nedeni olmayan ganglion, tekrarlayan küçük travmalar sonrası ortaya çıkabilir. Aniden ortaya çıkabileceği gibi aylar içinde yavaşça gelişebilir. Şişlik dinlenmeyle azalıp aktiviteyle artabilir. Bazen kistin patlaması sonucu tamamen ortadan kalkabilir. Fazla büyüyen kistler, eklem hareketleri sırasında ağrıya neden olabilir. Eğer ağrı var ise altta yatan bağ yaralanmaları ileri tetkikle incelenmeli.

Farklı formlarda olabilir

Muayene sırasında kist bölgesinde çıkan kitlenin tespitiyle tanı konur. Oval veya daire şeklinde; yumuşak veya çok sert kıvamda olabilir. Üzerine baskı uygulandığında veya yumruk yapma sırasında ağrılı olabilir.

Altta yatan eklem mekanik patolojileri, bağ yaralanmalarını ve kemik bozukluklarını ekarte etmek için röntgen çekilmesi fayda sağlar.

Ne zaman ameliyat gerekir?

Tedavi, çoğu hastada gözlemlerle ilerler. Süreç, kitlenin azalıp çoğalması ve sertleşip yumuşamasıyla seyreder. Kitleler çoğu zaman ağrısızdır, bazıları zaman içinde kaybolur. Kist ağrılı hale geldiğinde; hareketler ve fonksiyonlarda kısıtlanma olduğunda, estetik görünümü bozduğunda cerrahi tedavi uygulanır. Sadece kistin çıkarılması yeterli değildir. Eğer saptanmışsa alttaki bağ yaralanmalarının tamiri, ağrının giderilmesi için önemli.

Kist ameliyatı

Ameliyat bölgesel anestezi altında, kolun tamamı uyuşturularak yapılır. Kola uygulanan

turnikeyle tamamen kanamasız ortamda operasyon gerçekleştirilir. Kist üzerinden açılan yaklaşık 2 cm.'lik kesiyle kitleye ulaşılır. Kitlenin duvarı çok incedir, ameliyat sırasında patlayabilir.

Kiste kameralı takip

Kistin tamamı, eklem kadar takip edilir. Bölgede açılan küçük deliklere sokulan kameralarla kist çıkarılır. Kameralı sistemle tedavi, hastaya daha az zarar verir ve el bileği fonksiyonlarına erken geri dönüşü sağlar. Aynı anda eklem yapılarının incelenerek ağrı yapan nedenlerin tespitine olanak verir.”

TEKRAR EDEBİLİR

Cerrahi ne kadar dikkatli yapılırsa yapılsın kistin tekrarlama riski var. Nüks ihtimalini en aza indirmek için kistin köken aldığı eklem aralığına kadar ulaşmak ve burada bir pencere oluşturarak çıkmasını sağlamak gerekir. Ameliyat sonrasında 10 süre atel kullanımı gerekebilir.

“BAŞKA BÖLGELERDE DE OLUŞABİLİR”

Bazen parmakların bükülmesini sağlayan kirişlerin üzerinde yer alan ve hareketin aksını düzenleyen köprülerin üzerinde de kistler oluşur. Bunlar, üzerinden geçen sinire baskı yaptığı için ağrıya yol açar. Bu tip kistler genelde gerilemez. Cerrahi olarak kitlenin çıkarılması en iyi tedavi yöntemidir.

Bazen el bileğinin iç tarafında kirişler ve ana sinirlerin geçtiği tünel tabanında eklem fıtıklaşması olabilir. Ani olarak kısa zamanda sinir sıkışması olan olgularda şüphelenmek, gereğinde bilgisayarlı film çekirmek gerekir. Eğer tetkik yaptırma imkanı yoksa en azından sinir gevşetme ameliyatlarında tünel tabanını dikkatlice değerlendirmekte fayda var.

KAYNAK: [CADDE MİLLİYET](#)