

El bileği kisti nedir? Neden oluşur?

Eklem kapsülü, tendon veya tendon kılıfı üzerinden çıkan içi jel kıvamında bir sıvı ile dolu kistik yapıdaki iyi huylu kitlelerdir. Daha çok eklem kapsülünün zayıf olduğu bölgelerden eklem kapsülünün yukarı doğru fıtıklaşarak içine eklem sıvısı ile dolması ile oluşur. Eklem sıvısının fıtıklaşan kapsülün içine girip çıkması nedeni ile şişliğin sertliği ve büyüklüğü günden güne değişiklikler gösterir

El bileği kistleri kimlerde görülür? El bileği dışında başka yerlerde oluşabilir mi?

Genellikle 20-40 yaş arasında ve daha çok kadınlarda görülür. Tek bir kist şeklinde ve çoğunlukla el bileği ve eldeki belli yerlerde çıkmakla beraber, el ve el bileğinin hemen her eklemine yerleşebilir. Ganglion el bileğinin sırtında, el bileğinin iç yüzünde, avuç içinin parmaklara yakın kısmında ve parmakların en uç eklemleri hizasında, hatta ayakta oluşabilir.

Bu kitlelerin oluşmasının nedenleri nedir? Kistler kendiliğinden gerileyebilir mi?

Kesin bir sebebi yoktur. Tekrarlayan küçük travmalar sonrası oluşabilir. Hastanın mesleği ile doğrudan bir ilişki yoktur. Aniden ortaya çıkabileceği gibi aylar içinde yavaşça gelişebilir. Hastalar genellikle oluşan şişlik nedeni ile doktora başvururlar. Şişlik dinlenme ile azalır aktivite ile artabilir. Bazen kistin patlaması sonucu tamamen ortadan kalkabilir. Fazla büyüyen kistler eklem hareketleri sırasında ağrıya neden olabilir. Bu kistler kötü huylu değildir, başka bölgelere yayılmaz.

Tanı nasıl konur? Bulguları nedir?

Muayene sırasında kist bölgesinde çıkan kitlenin tespiti ile tanı konulur. Oval veya daire şeklinde; yumuşak veya çok sert kıvamda olabilirler. Üzerine bası geldiğinde veya yumruk yapma sırasında ağrılı olabilirler. Genellikle parmak dibindeki küçük nodüller sert kıvamdadır.

Alttaki eklem mekanik patolojilerini ve kemik lezyonlarını ekarte etmek için radyolojik tetkik yapılması faydalıdır. Aslında ağrı her zaman kist nedeni ile oluşmaz. Bazen altta yatan bağ yaralanması ağrının asıl nedeni olabilir. Bu ayrımın çok iyi yapılması; şüpheli durumlarda MRI denen bilgisayarlı film tetkikinin eklenmesi faydalı olabilir. Operasyon sonrası gerilemeyen ağrının en sık rastlanan sebebi tanı konmayan bağ hasırlanmalarıdır.

Kistlerin tedavisi nasıl yapılır ? Ameliyat ne zaman yapılmalıdır?

Tedavi çoğu hastada gözleme almak yönünde olmalıdır. Genellikle süreç kitlenin azalıp çoğalması setleşip yumuşaması ile seyreder. Kitleler çoğu zaman ağrısız olarak seyreder. Bazıları zaman içinde kaybolabilir. Kist ağırlı hale geldiğinde; hareketler ve fonksiyonlarda kısıtlanma meydana geldiğinde; çok aşırı şişlik oluşup estetik olarak kötü görünüm oluştuğunda cerrahi tedavi uygulanmalıdır.

Kist ameliyatı nasıl yapılıyor?

Ameliyat kolun tamamının uyuşturulduğu bölgesel anestezi altında yapılıyor Kola uygulanan turnike ile tamamen kanamasız ortamda ameliyat gerçekleştiriliyor. Kist üzerinden açılan yaklaşık iki cm'lik kesi ile girilerek kitleye ulaşılır Kitlenin duvarı çok incedir. Ameliyat sırasında patlayabilir Mümkün olduğunca dikkatli şekilde kitle etrafından ayrılarak eklem kadar takip edilir. Cerrahi işlemin usulüne uygun yapılması tekrarlama oranını düşürür. Özellikle lokal anestezi ile yeterli uyuşturma sağlanmadan; kanamasız ortam yaratmadan yapılan ameliatlarda cerrahi yetersiz kalabilir. Kistin tamamının eklem kadar takibini sağlamak gereklidir.

Ameliyat sonrası kist tekrarlayabilir mi?

Kistin tekrarlama riski mümkündür. Cerrahi ne kadar dikkatli yapılırsa yapılsın belli oranda tekrarlama riski vardır. Kistin nüks ihtimalini en aza indirmek için köken aldığı eklem aralığına kadar ulaşmak ve burada bir pencere oluşturarak çıkarmak gerekir. Bazı olgularda ameliyat sonrasında on gün süre ile atel kullanımı gerekebilir. Hastalar normal aktivitelerine kısa sürede geri dönerler. Bazı olgularda ameliyat sonrası kısa şişlik dönemi olur ama bu gittikçe azalır.

Elde başka yerleşim bölgeleri var mı? bu bölgelerde dikkat edilmesi gereken durumlar nedir?

El bileğinin iç tarafında oluşan kistler genellikle damarların etrafını sararlar bu kistlerin eksizyonu sırasında damarların güzelce ayrılıp herhangi bir zarara uğratılmadan kistin çıkarılması gerekir.Bu her zaman kolay olmaz damarla kist içiçe girmiş olabilir.

Bazen parmakların bükülmesini sağlayan kirişlerin üzerinde yeralan ve hareketin aksını düzenleyen köprülerin üzerinde de kistler oluşmaktadır. Bunlar bazen üzerinden geçen sinire basısı nedeni ile çok ağrılı olabilmektedirler. Bu tip kistler genelde gerilemezler. Cerrahi olarak kitlenin çıkarılması en iyi tedavi yöntemidir.

Bazen el bileği iç tarafında kirişler ve ana sinirlerin geçtiği tünel tabanında eklem fıtıklaşması olabilir ve sinire ciddi bası oluşabilir.Ani olarak kısa zamanda sinir sıkışması olan olgularda şüphelenmek, gereğinde bilgisayarlı film çekirmek gereklidir. Eğer tetkik yaptırma imkanı yok ise en azından sinir gevşetme ameliyatlarında tünel tabanını dikkatlice değerlendirmek gerekir.