

## MENİSKÜSÜNÜZ NE DURUMDA?

- 1 Dizinizde ağrı var mı?  
 EVET  HAYIR
- 2 Diz kapağınızda takılma ve kilitleme var mı?  
 EVET  HAYIR
- 3 Dizinizde şişlik var mı?  
 EVET  HAYIR
- 4 Diz kapağınızda kopma sesi meydana geldi mi?  
 EVET  HAYIR
- 5 Dizinizde güvensizlik hissi var mı?  
 EVET  HAYIR

### TEST SONUCU

- Yukarıdaki soruların cevaplarından en az
- 1 tanesine **EVET** yanıtını veriyorsanız lütfen
- doktorunuza başvurun

**SGK**  
ANLAŞMAMIZ  
VARDIR

0212693 93 93  
Atatürk Mah. Salıpazarı Cad.  
No: 30, 34303 İkitelli/İstanbul  
info@istanbulhospital.com.tr

Whatsapp Danışma  
0541 698 30 79



istanbulhospital.com.tr



ÖZEL  
**İSTANBUL**  
HOSPITAL

0212693 93 93



istanbulhospital.com.tr

## Menisküs

Menisküsler, diz bölgesinde en büyük iki kemiğin kesiştiği noktada 'C' şeklinde mevcut olan ince yastıkcıklardır. Dizde yükün taşınması, birçok yöne dönme hareketinin yapılabilmesi, uyluk kemiği ve kaval kemiği arasındaki güç dengesinin sağlanması gibi görevleri vardır. Dizleriniz hafif bükülü ve üzerine yük binmiş durumda iken vücudunuz kuvvetlice döndüğünde menisküs yırtığı meydana gelebilir. Tedavide, fizik tedavi ve kas güçlendirici egzersizlerden faydalanılabilir. Ağrının ısrarla devam ettiği durumlarda, cerrahi müdahale önerilir. Menisküs yırtığı artroskopik ameliyatlara tedavi edilebilir.



## Artroskopi dönemi

Menisküs tanısı konulduktan sonra zaman kaybetmeden tedaviye geçilmelidir. Menisküs yırtığı, tanısı ortopedi uzmanının muayenesi ve sonrasında çekilen MR ile konulur. Menisküs tedavisinde günümüzde modern tedavi yöntemi olan kapalı ameliyatlara yani artroskopi yapılmaktadır. Diz eklemine yaklaşık 5 mm çaplı optik sistemle (kamera) girilir. Diz içinin görüntüsü ekrana yansıtılıp diz içindeki bağ ve diğer yapıların muayenesi yapılır. Menisküs yırtıklarının çoğunda yırtık bölümü çıkarmak tedavi için yeterlidir.

## Artroskopinin avantajları

- ▼ Hastalar büyük kesiklere maruz kalmazlar. Dokulara zarar gelmez.
- ▼ Operasyon oldukça kısa zamanda sona erer.
- ▼ Açık operasyonlar esnasında ulaşılabilen bölgeler incelenebilir, fotoğrafları çekilebilir.
- ▼ Fizik tedaviye daha çabuk başlanabilir ve iyileşme süreci daha hızlı ilerler.
- ▼ Ameliyat sonrası ağrı minimum seviyededir böylece kişiler normal hayatlarına kısa zaman içerisinde dönebilirler.

## SORULAR VE CEVAPLAR

### ▼ Menisküs ameliyatı olmazsam ne olur?

Ameliyat olmadığı takdirde ağrı ve hareket kısıtlılığı yanında yırtık menisküs yıllar içerisinde eklem kıkırdağını aşındırarak geri dönüşü olmayan erken kireçlenmeye yol açar.

### ▼ Menisküs ameliyatı süresi nedir?

Menisküs ameliyatı yırtığın şekline, dikiş uygulanıp uygulanmayacağına, ekstra eklem içi müdahale gerektiren hasar bulunup bulunmamasına göre 20 dakika ile 90 dakika arasında sürer.

### ▼ Menisküs ameliyatı sonrası hastanede ne kadar yatarım?

Yapılan işleme göre değişmekle birlikte ortalama 1 gece yatmak genellikle yeterlidir.

### ▼ Ameliyat sonrası dizlik gerekli mi?

Menisküs yırtığı çıkarıldı ise herhangi bir dizliğe gerek yoktur. Ek olarak bağ tamiri yapılır ise işleme uygun dizli kullanmak gerekebilir

### ▼ Ne zaman yürüeyebilirim?

Eğer menisküs yırtığı ameliyatı menisküsün bir kısmının çıkarılması ile yapıldı ise ameliyattan 3-4 gün sonra tam yük verilerek yürünebilir. Ancak menisküs tamiri yapıldı ise ve kıkırdak hasarı tedavisi (kıkırdak nakli veya mikrokırık gibi) yapıldı ise 6 (altı) hafta yük vermeden koltuk değneği ile yürünebilir.