

60 yaş üzeri her yüz kişiden

Acıbadem Maslak Hastanesi Ortopedi ve Travmatoloji Uzmanı Prof. Dr. Ahmet Alanay, kendisinin de içinde bulunduğu Avrupa Omurga Çalışma Grubu'nun bu alandaki çalışmalarına değinerek özel önerilerde bulunuyor

60'ında görülüyor!

Ortalama yaşam süremiz gittikçe artıyor. Tıp dünyasında yaşanan olumlu gelişmeler sayesinde birçok hastalık tedavi edilebiliyor. Ancak vücudumuzu taşıyan omurga sistemimiz modernleşen dünyada her geçen gün daha fazla yıpranıyor. Öyle ki 60 yaşın üzerindeki her 100 kişiden 60'ında ciddi skolyoz ve artmış kifoz gibi omurga deformiteleriyle karşılaşılıyor. Üstelik bu sorunları düzeltmek çok da kolay değil. Acıbadem Maslak Hastanesi Ortopedi ve Travmatoloji Uzmanı Prof. Dr. Ahmet Alanay, kendisinin de içinde bulunduğu Avrupa Omurga Çalışma Grubu'nun bu alandaki çalış-

malarına değinerek özel önerilerde bulunuyor.

■ **HAYATLARI KOAH HASTASI KADAR ZOR:** İçerisinde Türkiye, İspanya, Fransa ve İsviçre'den uzmanların bulunduğu Avrupa Omurga Çalışma Grubu, erişkin omurga deformitelerini masaya yatırdı. Erişkin omurga deformitelerinin yaşam kalitesine etkisi diyabet, tansiyon, KOAH ve artrit gibi hastalıklarla karşılaştırıldı. Araştırmanın sonucu öyle çarpıcıydı ki Avrupa Omurga Derneği'nin en iyi bilimsel çalışma ödülünün de sahibi oldu. Omurga deformitelerinin yaşam kalitesini en az diğer kronik hastalar kadar etkilediğini belirten Prof. Dr. Ahmet Alanay,

"Omurga sorunları zaman zaman hastaların 10 metre dahi yürüyememelerine neden oluyor. Bu durum KOAH hastasının rahat nefes alamaması kadar zor bir durum" diye konuşuyor.

■ **YAŞ İLERLEDİKÇE SORUNLAR ARTIYOR:** Aslında skolyoz ve kifoz gibi omurga deformiteleri daha çok çocukluk ve ergenlik döneminde sık rastlanan sorunlar olarak biliniyor. Ancak günümüz bilgi çağında giderek azalan bendenel aktiviteler, bilgisayar başında geçirilen uzun saatler ve hareketsiz yaşam, omurga deformitelerini artık ileri yaşlarda da ciddi bir sağlık sorunu olarak karşımıza çıkartıyor. Özellikle ortala-

ma yaşam süresinin eskiye oranla yükselmesi bu tip omurga sorunlarının ilerleyen yaşlarda daha fazla yaşanmasına neden oluyor. Teknoloji ve bilimin en üst düzeye ulaştığı günümüzde yaşlı popülasyonun daha iyi bir yaşam kalite beklentisi de artıyor ve normalde beraber yaşamayı kabullendikleri sağlık sorunlarına artık çözüm bekliyorlar. İleri yaşlarda görülen omurga sorunlarının tedavisinde öncelikli olarak cerrahi olmayan yöntemler (fizik tedavi, Ağrı tedavisi vs.) uygulanıyor. Ancak zaman zaman cerrahi operasyonlar da gündeme geliyor. Bu operasyonların komplikasyon oranı, hastanın yaşı da göz

önünde bulundurulduğunda oldukça yüksek olabiliyor. Bütün diğer tedavi yöntemlerinin işe yaramadığı durumlarda uygulanan cerrahi yöntemler yüksek komplikasyon oranlarına rağmen yaşam kalitesinde belirgin artış sağlıyor.

■ **60 YAŞIN ÜZERİNDE 100 KİŞİDEN 60'İ OMURGASINDAN DERTLİ:** 60 yaşın üzerindeki her 100 kişiden 60'ında omurga deformitelerine rastlanıyor ve önümüzdeki yıllarda bu sayıların çok daha fazla artması bekleniyor. Bu artışın önüne geçilebilir için ise yaşarken yapılan ve hatta alışkanlıklarına değıştirilmesi gerekiyor.