

Myofasiyal Ağrı Sendromunda Tens

Orhan ÖZCAN*
Merih YURTKURAN*
Münir Kerim KARAKAYA**
Nahide ÜZÜMÇEKER***

ÖZET

Çalışma 42 myofasiyal ağrı sendromlu hastada yapıldı. Ağrı, duyarlılık, kas spazmı, uyku bozukluğu, sabah yorgunluğu sendromun tedavi parametreleriydi, TENS tedavisinden sonra tüm parametrelerde anlamlı bir düzelme görüldü.

SUMMARY

TENS'in Myofascial Pain Syndrome

This study had been performed on 42 patients with myofascial pain syndrome. Pain, tenderness, muscle spasm, sleep disturbance, morning fatigue were the treatment parameters of this syndrome. After TENS treatments, a significant improvement in all parameters was observed.

GİRİŞ VE AMAÇ

Ağrıyı gidermek amacıyla elektrik stimülasyonun uygulanması 19. yüzyılın başlarında primitif yöntemlerle kullanılmaya başlanmış, 1965 yılında Melzak ve Wall'ın kapı kontrol mekanizmasını ileri sürmesiyle bilimsel değer kazanmıştır¹.

Transkutaneal elektriksel sinir stimülasyonu (TENS) bugün çok çeşitli hastalığın tedavisinde kullanılmakta olup, hastalıklardaki ağrıyı % 25-85 arasında giderdiği bildirilir².

-
- * Doç. Dr.; Uludağ Univ. Tıp Fak. Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon Anabilim Dalı Öğretim Üyesi.
** Prof. Dr.; Uludağ Univ. Tıp Fak. Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon Anabilim Dalı Öğretim Üyesi.
*** Asistan Dr.; Uludağ Univ. Tıp Fak. Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon Anabilim Dalı Araştırma Görevlisi.

Romatoid Artrit de,³ doğum sancılarının giderilmesinde⁴, osteoarthritis de^{5,6}, Neuroma ağrılarında⁷, başarıyla uygulanmakta olan TENS'in bilinen etki mekanizmasının ağrıyı giderme şeklinde olması nedeniyle myofasiyal ağrı sendromunda da etkili olabileceği görüşünden hareketle aşağıda gereç ve yöntemini açık olarak anlattığımız çalışmayı planladık.

GEREÇ VE YÖNTEM

Çalışma Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon Anabilim Dalı Polikliniğine başvuran Amerikan Romatizma Derneğinin ölçütlerine göre fibrozitis tanısı konan 42 hasta üzerinde gerçekleştirilmiştir. Ek hastalığı bulunan ya da hematolojik incelemede patolojik durum olan hastalar çalışmaya alınmamıştır.

Araştırmaya 35'i kadın, 7'si erkek, 42 hasta alındı. Olguların yaşları 21-52 arasında değişmekte olup yaş ortalaması 32 ± 6.880 idi.

Çalışmada Staodynamics, Inc. firmasının pulse süresi 250 mikrosn, pulse frekansı 2-130 sm., maksimum akım şiddeti 70 mA. olan Staodyn 4000 cihazı kullanılmıştır. Cihazın elektrodları karbon silikondan yapılmış olup herbirinin yüzölçümü 20 cm^2 'dir.

Uygulama öncesi hastanın supraskapuler yöresindeki palpasyon duyarlı noktalar işaretlendi. Elektrodlar iletken bir jelle ıslatılıp flasterle deri üzerine tutturuldu. Akım şiddeti hasta güçlü bir iğneleme duyuncaya dek arttırıldı. Tedavi günde 1 kez 20 dakika süreyle haftada 5 kez olmak üzere 10 kez uygulandı. Uygulama sırasında hastaya ilaç almaması salık verildi. Hastalar tedavi öncesi (T.Ö.) 7. gün (1. Vizit) - 14 gün (2. Vizit) yeniden muayene edilerek bulgular saptandı.

Bulguların değerlerinde aşağıdaki parametreler kullanıldı.

1- Ağrı şiddeti ağrı skalası ile belirlendi.

0 1 2 3 4

0 Puan — Ağrı yok

1 Puan — Hafif derecede ağrı

2 Puan — Orta derecede ağrı

3 Puan — Şiddetli ağrı

4 Puan — Çok şiddetli ağrı, varsa verildi.

2- Basmakla duyarlılık, şiddetli ise 2 puan, orta şiddetli ise 1 puan, yoksa 0 puan verildi.

3- Kas spazmı şiddetli ise 2 puan, orta derecede şiddetli ise 1 puan, yoksa 0 puan verildi.

4- Uyku bozukluğu şiddetli ise 2 puan, orta derecede şiddetli ise 1 puan, yoksa 0 puan verildi.

5- Sabah yorgunluğu şiddetli ise 2 puan, orta derecede şiddetli ise 1 puan, yoksa 0 puan verildi.

Bulguları içeren tabloda görüldüğü gibi tedavinin 7. gününden başlayarak ağrı, basmakla duyarlılık, kas spazmı, uyku bozukluğu, sabah yorgunluğu parametrelerinde belirgin düzelme olduğu ve bu düzelmenin istatistiksel anlam taşıdığı görüldü ($p < 0.05$).

3. MANNHEIMER, C., CARLSSON, C.: The analgesic effect of transcutaneous electrical nerve stimulation in patients with rheumatoid arthritis pain. 6: 329, 1979.
4. BRAOWN, G., MACHEK, O.: TENS Management of post of pain in ostetrical and gynecological procedures. Pain. Control., 39: 5039, 1983.
5. LEWIS, D., NEWIS, B., STURROCK, R.D.: Transcutaneous electrical nerve stimulation in osteoarthritis: a therapeutic alternative? Ann. Rheum. Dis., 43: 47, 1984.
6. TAYLOR, P., HALKETT, M., FLAHERTY, L.: Treatment of osteoarthritis of the knee with transcutaneous electrical nerve stimulation. Pain, 11: 233, 1981.
7. RICHARDSON, R., MEYER, P., CERUALLA, L.: Neurostimulation in the modulation of intractable paraplegic and travmatic neuroma pains. Pain, 8: 75, 1980.
8. MELZACK, R.: Myofascial trigger paints: Relation to a cupuncture and mechanisms of pain. Arch. Phys. Med. Rehabil., 62: 1381, 1981.
9. THORSTEINSSON, G., STONNINGTON, H.H., STILLWELL, G.K.: Transcutaneous electrical stimulation: Double-blind trial of its efficacy for pain, Arch. Phys. Med. Rehabil., 58: 8, 1977.
10. SIMMONS, D.G.: Muscle pain syndromes, Arch. 3. Phys. Med. 55: 15-42, 1976.
11. RICE, J.: Fibrositis syndrome. Advances in rhenmatology, Medical Clinics of North America, 70: 155, 1986.

Doç. Dr. Orhan ÖZCAN
Uludağ Üniv. Tıp Fakültesi
Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon
Anabilim Dalı
BURSA