

Radyal Ekstrakorporeal Şok Dalga Tedavisi (R-ESWT)

Basınç dalgaları ile ağrı tedavisi

(Radial Extracorporeal Shockwave Therapy (R-ESWT) - Pain therapy with pressure waves – Turkish)

Hasta bilgilendirme broşürü



Bu tedavi nedir?

- Ekstrakorporeal Şok Dalga Tedavisi (ESWT), ameliyat gerektirmeyen bir tedavi yöntemidir. Ciltten geçen şok dalgalarını kullanarak vücudun tedaviye ihtiyaç duyan bölgesine yardımcı olur.
- Şok dalgaları, elektrik dalgaları değil, sudaki dalgalanmalar gibi hareket eden dalgalardır. Kronik tendinopatilerde (tendon ağrıları) ağrıyı hafifletebilirler ve İngiltere’de bu rahatsızlığı olan kişilere yardımcı olmak için sıklıkla kullanılırlar.

Nasıl çalışır?

- Radyal şok dalgaları, tedavi edilen bölgenin daha iyi iyileşmesine yardımcı olacak şekilde tepki vermesini sağlar.

- Radyal şok dalgaları, vücudun kendi iyileşme süreçlerini teşvik eder. Vücut, tedavi edilen bölgedeki kan dolaşımını artırarak ve dokuyu onararak tepki verir.
- Şok dalgaları, sinirlerin gönderdiği sinyalleri kısa bir süreliğine bloke ederek ağrıyı azaltmaya yardımcı olabilir. Ayrıca vücudun ağrı giderici kimyasallar üretmesine de yardımcı olurlar.
- Bu, “hiperstimülasyon anestezi” olarak bilinir.

Şok dalgası nasıl iletilir/verilir?

- Etkilenen bölge dokunularak muayene edilir.
- Tedavi, şok dalga makinesine bağlı el tipi bir cihaz aracılığıyla basınçlı hava kullanılarak uygulanır.
- Şok dalgası, el tipi cihazın başlığı aracılığıyla etkilenen bölgeye iletilir. Şok dalgasının iletimini artıran temas jeli cilde uygulanır.

Neden ESWT'yi seçmelisiniz?

- Şok dalga tedavisi vücudun kendi kendini iyileştirme tepkisini tetikler.
- Cerrahi veya enjeksiyon tedavisi gibi invaziv bir tedavi değildir.
- ESWT ile ilgili bildirilmiş önemli bir güvenlik sorunu bulunmamaktadır.
- Genellikle ağrı hemen hafifler.
- Ulusal klinik kılavuzları tarafından desteklenen, önerilen bir tedavi yöntemidir.

Sıklıkla Sorulan Sorular

Tedavi seansı ne kadar sürer?

- ESWT tedavisi 5-10 dakika sürmelidir.
- 3-5 hafta boyunca 3 seansa katılmanız gerekmektedir.

Şok dalga tedavisi ağrı/acı verir mi?

- Çoğu hasta tedavi sırasında biraz rahatsızlık hisseder.
- Tedaviyi, tedaviye cevap verişinize göre ayarlayacağız.
- Yapıldığı günün ilerleyen saatlerinde hafif bir ağrı hissedilebilir, ancak 24 saat sonra geçmelidir.

- Gerekirse sonrasında veya bir sonraki seansa katılmadan önce ağrı kesici alabilirsiniz (bu konuda daha fazla ayrıntı için aşağıya bakınız).

ESWT için sevk kriterleri nelerdir?

- Teşhis edilmiş durumunuz olmalı ve en az üç ay boyunca fizyoterapi egzersiz rehabilitasyonu denemiş olmalısınız.
- Birden fazla ağrı bölgesi için sevk edildiyse, tedavi önce en ağrılı bölgeye odaklanacaktır.
- İlk alan iyileştirildikten sonra bir sonraki alana geçeceğiz.
- Aynı seansta iki farklı bölgedeki ağrının tedavisi yapılamaz.

Lütfen dikkat: Randevu saatinde semptomlarınızda akut bir alevlenme olursa, tedavi bu durum yatışana kadar ertelenecektir.

Nelere dikkat etmeliyim?

ESWT aşağıdaki durumlarda uygulanamaz:

- 18 yaşın altındaysanız
- Hamileyseniz.
- Şok dalgalarının uygulandığı bölgede akciğer dokusu bulunması durumunda.
- Son 12 hafta içinde aynı bölgeye steroid enjeksiyonu yaptırdıysanız.
- Kemik kanseri veya şüpheli tümör teşhisi konmuş, olması durumunda.
- Tedavi edilecek bölgede şişlik varsa.
- Hedef bölgenin üzerinde kan damarları ve sinirlerin bulunması durumunda.
- Hedef bölgede duyu değişikliği, veya bölgenin çok hassaslığı, yani nöropati söz konusuysa.
- Yerel metal veya plastik implantlarınız (kalp pili gibi) varsa.

Aşağıdaki durumlarda ESWT uygulaması yapılamayabilir:

- Vücudunuzda kalp pili veya kalp cihazı bulunması durumunda.
- Eğer kan sulandırıcı ilaçlar kullanıyorsanız.

Tedavi sonrasında

- Normal aktivitelere hemen dönebilir ve işinize derhal başlayabilirsiniz.

- Tedaviden sonra iki gün boyunca zorlu, ağırlı aktiviteler yapmayın ve zıplama egzersizlerinden uzak durun.
- Eğer o bölgede ani bir ağrı hissederseniz veya hareket kabiliyetinizi kaybederseniz, lütfen aile hekiminizle temasa geçin veya en yakın Acil Servisi'ne gidin.
- Ağrınız devam ediyorsa basit ağrı kesiciler kullanabilirsiniz.
- İbuprofen/Voltarol gibi antienflamatuar ilaçlar **kullanmayın** veya tedavi edilen bölgeye buz uygulamayın. Bunlar, vücudun şok dalgası tedavisine tepki verme şeklini etkileyecektir.
- Ağrı kesici etkisini hemen gösterebilir, ancak uzun vadeli etkiler genellikle üç ay sonra görülür.
- Tedavinizin ardından, servisimiz tarafından başka bir muayenenin gerekip gerekmediğine sizi yönlendiren hekim karar verecektir.
- Tüm hastalar, ESWT'nin etkilerinden yararlanmak için tedavilerini tamamladıktan sonra ağrıları izin verdiği ölçüde egzersiz yapmaya devam etmelidir.

Servisimizle iletişime geçin

MSK CATS and Physiotherapy Services - Kas-iskelet sistemi klinik değerlendirme ve tedavi hizmeti (MSK CATS) ve fizyoterapi hizmetleri

Telephone: 020 7288 3317

E-posta: whh-tr.mskinterfaceservice@nhs.net

Kurumumuzla iletişime geçin

Övgü, şikayet veya endişeniz varsa, lütfen Hasta Danışma ve İletişim Servisimizle (Patient Advice and Liaison Service - PALS) 020 7288 5551 numaralı telefondan veya whh-tr.PALS@nhs.net E-posta adresinden iletişime geçiniz.

Eğer bu broşürün büyük baskılı, sesli veya tercüme edilmiş kopyasına ihtiyacınız varsa, lütfen whh-tr.patient-information@nhs.net adresine E-posta gönderiniz. İhtiyaçlarınızı karşılamak için elimizden geleni yapacağız.

020 7272 3070 | Whittington Health NHS Trust, Magdala Avenue, London, N19 5NF
www.whittington.nhs.uk | x.com/WhitHealth | facebook.com/WhittingtonHealth

Belge bilgileri

Yayın tarihi: 11/12/2025 | İnceleme Tarihi: 20/08/2027 | Ref: ACS/MSKCATS/R-ESWT/01-Turk
© Whittington Health NHS Trust. Lütfen geri dönüştürün.