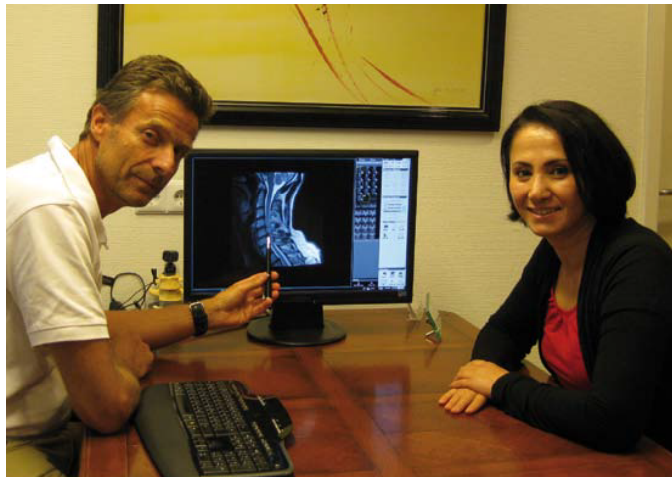


## TIP

# Omurga incinmesi, ağrısız sonrası

## Schmerzfrei nach Schleudertrauma



*39 yaşındaki Fatma Yıldırım bir çarpışma sonrası omurga incinmesi yaşıyor. Sağ elini çok az hareket ettirebiliyor ve sırt ağrıları nedeniyle gece boyunca uyuyamıyor. Ağrıları, yeni bir dekompresyon tedavisi ile hafifletilinceye kadar iki sene boyunca sürüyor.*

*Nach einem Auffahrunfall leidet die 39-jährige Fatma Yıldırım unter den Folgen eines Schleudertraumas. Sie kann ihre rechte Hand kaum noch bewegen und aufgrund ihrer Rückenschmerzen nächtelang nicht schlafen. Zwei Jahre dauert ihre Tortur bis eine neuartige Dekompressionstherapie endlich Linderung bringt.*

**A**slında Fatma Yıldırım yaşamı boyunca ne sırt ağrısı ne de başka sağlık sorunları yaşamıştı. İki sene önceki çarpışmadan öncesini hatırlayarak, "Senede en fazla bir kez grip sebebiyle doktora giderdim" diyor 39 yaşındaki Yıldırım. Durmakta olan arabasına bir kamyon çarpıyor ve bu, öndeki arabasının hızla ileri fırlamasına neden oluyor. Bunu, "arkadan kamçı darbesi gibi bir darbe hissettim ve öne doğru fırladım." diye belirtiyor iki çocuk annesi Türk. İlerleyen günlerde boyun omurgasında giderek artan ağrılar ortaya çıkıyor (whiplash sendromu). Kısa bir süre sonra ise sağ elini zar zor hareket ettirebiliyor: "Kalem dahi tutamıyordum. Deterjan şişesine bastırmak bile bana korkunç bir acı veriyordu."

Sonraki aylarda Fatma Yıldırım, omurga incinmesinin sonuçlarından giderek daha fazla sıkıntı çekmeye başlıyor. Dayanılmaz ağrılarından dolayı sonunda yataktan bile güçlükle kalkacak hale geliyor. Aile doktoru, bilgisayar tomografisi ile kendisine disk kayması teşhisi koyuyor. Ayrıca ayrı ayrı omurların dönmesi ile belkemiği eğriliği anlamına gelen skolyoz tespit ediyor. İstirahat raporu veriyor ve fizyoterapist masajı ile evde uygulan bazı esneme egzersizleri tavsiye ediyor. Kortizon iğneleri ise Fatma'nın ağrılarını sadece kısa bir süre için dindiriyorlar. Eczacı asistanı olarak çalışan Fatma, bu arada giderek artan baş ağrıları da çekmeye başlayınca bir nöroloğa başvuruyor. Ancak nörolog da, sürekli tedaviye gittiği fizyoterapist gibi ona pek yardımcı olamıyor. Tüm kas egzersizlerine rağmen herhangi bir iyileşme gözlenmiyor. Eczane deposundaki ağır fiziksel çalışmayı devam ettirmesi ise düşünülemez hale geliyor.

Sonunda kız kardeşi, Fatma'ya Köln'deki MediaPark Kliniği'nin yönetici beyin cerrahisi Dr. med. Patrick Simons'a gitmesini tavsiye ediyor. Cerrah, detaylı bir muayene-

**E**igentlich kannte Fatma Yıldırım zeitlebens weder Rückenschmerzen noch andere gesundheitliche Probleme. „Ich bin höchstens einmal im Jahr wegen einer Grippe zum Arzt gegangen“, erinnert sich die 39-jährige an ihre Zeit vor dem Auffahrunfall vor zwei Jahren. Ein LKW war in ihr haltendes Fahrzeug gerast. Dieses war darauf hin in das davor stehende Auto katapultiert worden. „Ich spürte einen peitschenartigen Schlag von hinten und wurde nach vorne geschleudert“, berichtet die türkische Mutter von zwei Kindern. In den Tagen danach quälten sie immer stärker werdende Schmerzen in der Halswirbelsäule (HWS-Syndrom). Kurz darauf kann sie ihre rechte Hand kaum noch bewegen: „Ich konnte keinen Stift mehr halten und schon das Drücken der Spülmittelflasche tat mir schrecklich weh.“

In den folgenden Monaten leidet Fatma Yıldırım immer heftiger unter den Folgen ihres Schleudertraumas. Schließlich kann sie wegen der quälenden Beschwerden kaum noch das Bett verlassen. Ihr Hausarzt diagnostiziert anhand einer Computertomographie einen Bandscheibenvorfall. Außerdem stellt er eine Skoliose fest, eine Verkrümmung der Wirbelsäule mit Verdrehung einzelner Wirbelkörper. Der Mediziner schreibt sie krank und rät ihr zu Massagen beim Physiotherapeuten sowie zu Dehnungsübungen zu Hause. Kortisonspritzen lindern ihr Leiden nur für kurze Zeit.

Da die Apothekenhelferin vielmehr inzwischen auch zunehmend unter Kopfschmerzen leidet, sucht sie einen Neurologen auf. Doch dieser kann ihr ebenso wenig helfen wie der Physiotherapeut, bei dem sie nun in ständiger Behandlung ist. Trotz Muskelaufbautrainings stellt sich keine Besserung ein. An eine Fortsetzung ihrer schweren körperlichen Arbeit im Lager der Apotheke ist nicht zu denken.

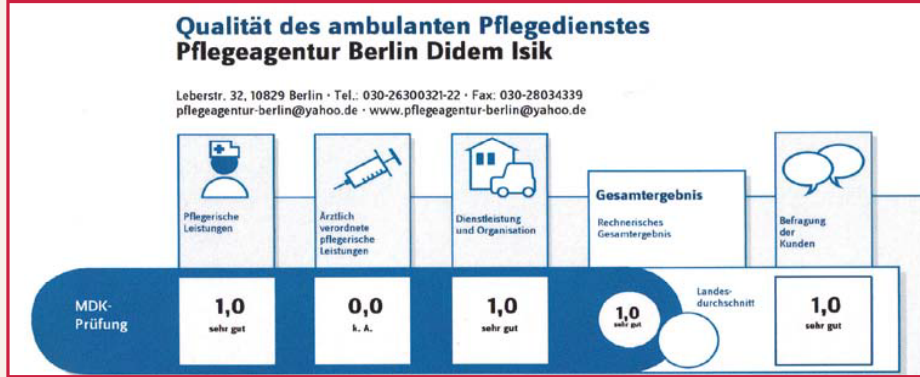
Ihre Schwester rät Fatma schließlich zum Besuch des Rückentherapeuten Dr. med. Patrick Simons, leitender Neurochirurg der MediaPark Klinik in Köln. Dieser empfiehlt seiner Patientin nach eingehender Untersuchung die spinale Dekompression. „Diese Methode nimmt durch gezielte Dehnung der Wirbelsäule den schmerzhaften Druck von den Bandscheiben“, erläutert der Facharzt. Der Hintergrund: Verletzte oder beschädigte Band-

# ॐ Pflegeagentur Berlin® ॐ

## Daima sizinleyiz

Kendi evinizde günün 24 saati kültüre yönelik kendi alışkanlıklarınızı bozmadan her yaşta hasta ve hasta yakınlarına evde bakım ve refakat hizmetleri verilir.

„Medizinische Dienst der Krankenkasse (MDK) tarafından **Pekiye** olarak notlandırılmıştır“



## Hizmetlerimiz

- ❖ **Temel bakım**  
Kültüre yönelik vücut bakım, kıyafet değiştirme, beslenme yardımı.
- ❖ **Ev işleri ve alışverişte yardım**  
Evde günlük temizlik, çamaşır, bulaşık, yemek pişirme, alışverişi, ihtiyaçları giderilmesi.
- ❖ **Aile bakımı**  
Hasta yakınlarının evde bakıma muhtaç aile bireylerine bakım, örnek: anne hastanede yatıyor çocuklarına bakacak hiç kimsesi yok ise bu çocukların her türlü bakımı, okula götürme, alma, beslenme, temizliği v.s anne sağlığına kavuşuncaya kadar refakat edilir.
- ❖ **Önleyici bakım**  
Bakmakta olduğunuz aile ferdinize sizin yerinize refakat etme, örnek: siz annenize bakıyorsunuz ve izine gideceksiniz veya başka sebeple bir müddet bakamayacaksınız biz sizin için geçici refakat ediyoruz.
- ❖ **Psikolojik refakat grupları**  
Diğer hastalarla grup halinde etkinliklere katılma.
- ❖ **Meşgale etkinlikleri**  
Grup halinde oyun oynama, el işi, resim v.s.
- ❖ **Hasta yakınlarını bilgilendirme**  
Danışmanlık ve bakım programı hazırlama.
- ❖ **Uzman doktor tavsiyeleri**  
Siz en doğru doktoru tavsiye ediyoruz.
- ❖ **Sosyal Danışmanlık**  
Devlet dairelerinde sosyal haklarınızı arama, kira yardımı Job Center, Arbeitsamt gibi kurumlarla ilgili yazışmalarınıza yardım ediyoruz.



yaradılanı severiz yaradandan ötürü

**Daha ayrıntılı bilgi için 24 saat yanınızdayız. Bizi arayın! sizi evinizde ziyaret edelim**

**Leberstraße 32 • 10829 Berlin / Schöneberg**

**• Fax: (030) 280 34 339**

**Bereitschaftshandy: 0163 - 26 30 100**

**Internet: [www.pflegeagentur-berlin.com](http://www.pflegeagentur-berlin.com)**

**E-Mail: [info@pflegeagentur-berlin.com](mailto:info@pflegeagentur-berlin.com)**



Dentinox®

Çürük önleyen Xylit maddeli, şekerli



## Bebeğinizin dişleri acı çekmeden çıksın

... Dentinox®-Gel N Diş Çıkarma Yardımı'nı zamanında kullanarak

Süt dişlerinin çıktığının ilk belirtileri görüldüğünde Dentinox-Gel N Diş Çıkarma Yardımı bebeğinizin diş etine yavaşça sürülmelidir. Dentinox®-Gel N Diş Çıkarma Yardımı, ilk dişlerin ve tüm süt dişlerinin ağrısız ve rahatsızlık vermeden çıkmasını sağlamak için özel olarak geliştirilmiştir.

Dentinox®-Gel N Diş Çıkarma Yardımı, yaraları tedavi edici ve iltihaplanma önleyici papatya özünün yanı sıra bebeklere uygun dozda ve lokal etkili ağız kesici maddeler de içermektedir.

tüm eczanelerde satılmaktadır.



## Bebeğinizin diş bakımı artık „parmağınızın ucunda“

... nenedent-baby Diş Bakımı Öğrenme Seti ile çürükleri erkenden önleyin

İlk süt dişlerinin çıkmasıyla beraber, diş bakımı bebek diş sağlığının önemli bir parçası haline gelir. Bebek dişi sağlığını korumak için özel olarak geliştirilen ve [ ] ile temizleyici yumuşak [ ] diş kremi ikilisinden oluşan diş bakımı öğrenme seti bunu rahatça başarabilirsiniz.

nenedent®-baby, çürük önleyici tatlandırıcı madde Xylit içermektedir.

- Sakarın içermez
- Florid içermez
- Koruyucu madde içermez
- Mentol içermez
- Hemoepati toleranslı.

Tüm eczanelerden satın alabilirsiniz.  
PZN 1439821



Dentinox®-Gel Diş Çıkarma Yardımı  
Kullanım alanları: İlk diş çıkarma sırasında meydana çıkan şikayetleri kısa süre için rahatlatmak için kullanılan hafif etkili ilaç. Sorbitol içerir. İlacın yan etkileri ve ortaya çıkabilecek muhtemel riskler konusunda doktorunuz veya eczacınızdan bilgi alabilir ya da prospektüsteki açıklamaları okuyabilirsiniz.

Dentinox Gesellschaft für pharmazeutische Präparate Lenk & Schuppen KG, 12277 Berlin, [www.dentinox.de](http://www.dentinox.de)

Geçerlilik: 02/2010

ILAN/ANZEIGE

den sonra hastasına spinal dekompresyon öneriyor. „Bu yöntem omurganın hedeflenen yöne döndürülmesi yoluyla omur arası disklerinin üzerindeki acı veren baskıyı kaldırıyor“ diye açıklıyor uzman hekim. Arka plan: Boyun veya bel omurga bölgesindeki yaralanmış ya da hasar görmüş diskler sabit basınç yükü yüzünden yavaş iyileşirler. „Bugüne kadar ameliyatı geri çeviren hastalarımı şikayetlerini azaltmak için sadece esneme egzersizleri ve başka egzersizler verebiliyordum. Artık bu hastalar için cerrahi müdahaleye gerçek bir alternatif var.“ diye vurguluyor Patrick Simons.

Almanya'nın ilk nöroşirürji kliniği MediaPark'ın omurga terapistleri, spinal dekompresyonu disk çukurtması ve disk kayması tedavilerinde bir siyatik ile takıyorlar (bu yöntem felç gibi ağır durumlar için uygun değil). Yöntemin avantajı sisteminde yatıyor: Etkilenen omurlar arası bölge, SpineMED-Table adı verilen bilgisayar kontrollü tedavi yataklarının üzerinde yavaşça ve acısız bir şekilde geriliyor. Entegre edilmiş sensörler kasların karşı gerilimini ölçüyor ve cihaz tarafından dinamik olarak uygulanan gerilimi sürekli olarak uygun hale getiriyorlar. Ve bu, Fatma Yıldırım'ın da beşinci uygulamadan sonra belirttiği gibi omur arası disklerinde iyi hissetmeyi sağlıyor: „Nihayet sağ elimi rahatsızlık duymadan tekrar hareket ettirebiliyordum.“ Beş uygulama daha sonrası ağrıları da tamamen dinliyor. Hasta, „Yıllar süren dertlerim nihayet son bulmuştu ve artık geceleri de uyuyabiliyordum.“ diyerek tedavinin başarısından mutlu olduğunu söylüyor. Bol bol hareket ederek ve düzenli yüzme ile de tedavinin başarısını kalıcı hale getirmek istiyor. „Bir kez daha böyle bir işkence çekmek istemiyorum.“ ■

scheiben im Hals- oder Lendenwirbelsäulenbereich heilen aufgrund der ständigen Druckbelastung nur langsam. „Bisher konnte ich Patienten, die eine Operation ablehnten, nur Streckungsübungen und andere Maßnahmen zur Linderung ihrer Beschwerden empfehlen. Jetzt eröffnet sich diesen Patienten eine echte Alternative zum chirurgischen Eingriff“, betont Patrick Simons.

Als erste neurochirurgische Praxis in Deutschland setzen die Wirbelsäulenteherapeuten der MediaPark Klinik die spinale Dekompression bei der Behandlung von Bandscheibenvorwölbungen und Bandscheibenvorfällen mit einer Ischialgie ein (nicht geeignet ist die Methode bei ausgeprägten Vorfällen mit Lähmungen, wo eine schnelle Entlastung des Nervs erforderlich ist). Der entscheidende Pluspunkt liegt im System: Auf dem SpineMED-Table, so heißen die computer-gesteuerten Behandlungsliegen, wird der betroffene Zwischenwirbelraum sanft und schmerzlos gedehnt. Integrierte Sensoren messen dabei die Abwehrspannung der Muskeln und passen die vom Gerät dynamisch ausgeführte Dehnung kontinuierlich an. Und das tut der Bandscheibe spürbar gut, wie Fatma Yıldırım bereits nach der fünften Anwendung feststellte: „Ich konnte plötzlich meine rechte Hand wieder ohne Beschwerden bewegen.“ Fünf weitere Anwendungen später sind auch ihre Schmerzen völlig verschwunden. „Das jahrelange Leiden hatte endlich ein Ende und ich konnte erstmals wieder die Nächte durchschlafen“, freut sich die glückliche Patientin über den Behandlungserfolg. Mit viel Bewegung und regelmäßigem Schwimmen will sie nun den Therapieerfolg dauerhaft sichern. „Noch einmal möchte ich solch eine Tortur nicht erleben.“ ■