

Manuel Terapide Zincir Reaksiyonlar

DR. FİZYOTERAPİST
MEHMET ÜNAL

Hipokrat
Yayıncılık

© 2021 Manuel Terapide Zincir Reaksiyonlar

ISBN: 978-625-7399-10-4

Tüm hakları saklıdır. 5846 ve 2936 sayılı Fikir ve Sanat Eserleri yasası gereği; bu kitabın basım, yayın ve satış hakları Hipokrat Yayınevi'ne aittir. Anılan kuruluşun izni alınmadan kitabın tümü ya da bölümleri mekanik, elektronik, fotokopi, manyetik kağıt ve/veya başka yöntemlerle çoğaltılamaz, basılamaz, dağıtılamaz. Tablo, şekil ve grafikler izin alınmadan, ticari amaçlı kullanılamaz. Bölümler içinde kullanılan resim ve bilgilerin sorumluluğu o bölümün yazar(lar)ına aittir.

Yazar

**Dr. Fizyoterapist
Mehmet ÜNAL**

Yayıncı

Hipokrat Yayınevi

Grafik-Tasarım

Hipokrat Grafik Tasarım

Baskı - Cilt

Sözkesen Matbaacılık

İvedik Organize 1518. Sokak Matsit İş Merkezi No: 2/40

Tel: (0312) 395 21 10 - Yenimahalle / Ankara

Hipokrat
Yayıncılık

Süleyman Sırrı Cad. No:16/2 Sıhhiye
Tel: (0312) 433 03 05 - 15 ANKARA
www.hipokratkitabevi.com



Önsöz



iii

Son 20 yılda, birçok fizyoterapistin deneysel çalışması, hastanın patolojisine bütüncül bakmayı ve fiziksel sağlığı restore etmek için kapsamlı bir değerlendirme analizi ile efektif manuel terapi tekniklerinin gelişmesini sağlamıştır.

Manuel terapi, ağrıyı azaltmak ve eklemlerin, yumuşak dokuların ve sinirlerin hareketliliğini iyileştirmek için kullanılan, çok sayıda etkili değerlendirme ve tedavi yöntemi içeren klinik bir uygulamadır. Bunu, modern haliyle, her şeyden önce vücudun yapılarını ve işlevlerini sistemik olarak anlamasına borçludur. Kronik problemlerde, semptomu yüzeysel olarak görmez; semptoma neden olan anatomik ve fizyolojik ilişkileri düşünür. Akut şikayetler söz konusu olduğunda, altta yatan maruziyetin olası sistemik etkilerini de hesaba katar. Bu sistemik düşüncelere uygun olarak manuel terapi, kapsamlı ve etkili tedavi stratejilerinin geliştirilmesine katkı sağlar.

Üst servikal omurga, kranial sistem, temporomandibular eklem, fasyal sistem, skar doku ve kranial sinirler, vücutta yer alan disfonksiyon zincirlerinin önemli halkalarını oluşturur. Başlattıkları reaksiyonları bağlantılar ile vücudun uzak bölgesine aktarırlar. Bu disfonksiyon zincirlerinin gelişimini ve aktarım yollarını bilmek, kronik ağrılı bir problemde ağrının kökenine inmeyi kolaylaştırır.

Bu kitap, yukarıdaki bilgileri bir araya getirmeye çalışır ve yalnızca manuel terapinin temellerini değil, aynı zamanda postüral sistemin fonksiyonel anatomik bilgisi ile sinirlerin, damarların ve visseral sistemin karşılıklı ilişkisine odaklanır. Kronik ağrı sendromlarının gelişiminde fasyal yapıların, kraniomandibular sistemin, skar dokuların, üst servikal omurganın ve nörolojik sistemin önemini bütünleştirir.

Dr. Fizyoterapist
Mehmet ÜNAL

İçindekiler

v

Bölüm 1

Üst Servikal Omurga Disfonksiyonu ve Tedavisi

Üst Servikal Omurga Anatomisi	1
Fonksiyonel Anatomi.....	1
C0-C1 Hareket Aralığı ve Paterni	4
C1-C2 Hareket Aralığı ve Paterni	4
Nörofizyoloji	5
Üst servikal Omurga ve Bağlantılar	7
Üst Servikal Omurga ve Trigeminal sinir bağlantısı	7
Üst Servikal Omurga ve Vagus Kranial Sinir Bağlantısı	9
Üst Servikal Omurga ve Hipoglossal Sinir Bağlantısı.....	10
Üst Servikal Omurga ve Aksesuar Sinir Bağlantısı	11
Üst Servikal Disfonksiyon Kaynaklı Bacak Boyu Kısalığı	11
Üst Servikal Disfonksiyona Bağlı Bel ağrısı	12
Üst Servikal Disfonksiyona Bağlı Trigeminal Nevralji.....	13
Üst Servikal Disfonksiyona Bağlı Vertigo, Tinnitus ve İşitme kaybı.....	13
Üst Servikal Disfonksiyona Bağlı Baş Ağrısı	14
Üst Servikal Omurga Disfonksiyonları ve Değerlendirme	15
Atlas Disfonksiyonları	16
Odontoid Çizgisi	16
Odontoid Dikey Çizgisi	16
Atlas Çizgisi	16
Anterior Atlas Disfonksiyonu.....	18
Atlas Lateral Disfonksiyonu	19
Rotasyonel Atlas Disfonksiyonu.....	20
Palpasyon	21
Manipülasyon Teknikleri	22
Oturma Pozisyonu Teknikleri	22
Yan Yatış Pozisyonu	23
Sırtüstü Yatar Pozisyonu	24

Bölüm 2**Kraniomandibular Disfonksiyon (KMD)**

Komorbiditeler ve Diğer Vücut Sistemleriyle İlişki	27
Klinik.....	28
Temporomandibular Eklem ve Postür	29
Başın Duruşu	29
İskelet, Disk ve Oklüzal Dentojenik Faktörler	32
Dento-Oklüzyonel Faktörler	32
Ön Seviyelerde Erken Temas	35
Son Molar (azı) Dişlerin Erken Kapanması	35
Kemiksel Faktörler.....	36
Mandibula	36
Prosessus kondilaris.....	36
Temporal kemik	38
Disk Faktörü	39
Nörojen Faktörler.....	40
Trigeminal Sinir	41
Servikal Omurga ve Omuz Kuşağı	43
Miyojenik / Ligamentöz Faktörler	43
M. Temporalis	44
M. Masseter	45
M. pterygoideus lateralis.....	46
M. pterygoideus medialis	46
M. Digastricus.....	46
Subokspital Kaslar	47
Trigeminovasküler Sistemin Patofizyolojisi	48
Omurga	49
Skolyoz.....	50
Pelvis	51
Koksiks.....	52
Plantar Fasya	53
Stres	54
Kraniomandibular Disfonksiyonun Nörolojik Problemlerle Bağlantısı.....	54
Migren	54
Trigeminal Nevralji.....	55
Temporal Kemik Disfonksiyonları	56
Diyafraam Bağlantısı	57
Kronik Ağrı ve Otonom Sinir Sistemi.....	57
Bağırsak Bağlantısı.....	58
İleoçekal Kapak Sendromu.....	59
Böbrek ve Mesane Bağlantısı	59

Tedavi	61
Pelvik Torsiyon ve Lomber Segmental Disfonksiyon.....	63
Sakrotuberal Ligaman Tedavisi.....	64
Piriformis Tedavisi	66
Obturator İnternus	66
Torakal Omurganın Tedavisi.....	66
Atlas-Axis Disfonksiyon Tedavisi	66
Kosta Disfonksiyonları Tedavisi	66
Kranial Disfonksiyon Tedavisi	68
Vomer	68
Temporal Kemğin Rotasyonel Disfonksiyonunun Tedavisi	68
Sphenomandibular Ligament	70
Stylomandibular Ligament	70
Maksilla.....	71
Sutura Petrobasilaris ve Sphenopetrosa (Earpull)	71
Dural Membran	72
M. Masseter	72
Lateral Pterygoid.....	72
Medial Pterygoid	73
Fasya Klavipektoralis	74
Orta Servikal Fasya	74
Transvers Kısıtlamalar.....	75
Plevral Kubbe ve Transversoplevral Ligaman	75
Diyafram Disfonksiyon Tedavisi.....	75
Visseral Tedavi	76
Hyoid Kemik.....	79
A. Carotis Communis Tedavisi	79
A. Carotis Communis / A. Carotis Externa Tedavisi	79
V. Jugularis Interna Tedavisi	80
V. Jugularis Externa Tedavisi.....	81
Punctum Nervosum.....	82

Bölüm 3

Fasyal Bağlantılar ve Nörolenfatik Sistem

Fasyal Sistem	83
Epikranial Aponevroz	83
Temporal Fasya.....	83
Yüzün Yüzeysel Fasyası	83
Yüzün Derin Fasyası.....	83
Yüzeysel Servikal Fasya	84

Gövde Fasyası.....	84
İliak Fasya.....	85
İnternal Fasya Sistemi	86
Orta Servikal Fasya.....	86
Derin Servikal Fasya.....	86
Endotorasik fasya	86
Tranvers Fasya.....	87
Perine Fasyası ve Küçük Pelvis	88
Pelvis Fasyası	89
Fasya Praesakralis.....	89
Ligamentum Latum Uteri	90
Vezikoumbilikal Fasya.....	90
Merkezi Eksen Fasyası	90
Fasya İnterpterygoidea	90
Fasya Pterygotemporomandibularis.....	90
Palatin Fasya	90
Faringeal fasya ve Faringobaziler fasya	91
Perikard	92
Fibröz Perikard	92
Seröz Perikard	92
Diyafram	93
Plevra.....	94
Visseral Plevra	94
Parietal Plevra.....	94
Diyafragmatik Plevra.....	94
Plevral Mediastinalis.....	94
Plevral Kubbe.....	95
Periton ve Periton Boşluğu	95
Visseral Periton.....	96
Treitz-Fasya	97
Toldt Fasyası.....	97
Nörolenfatik Terapi	98
Nörofizyoloji.....	99
Segmental İletişim.....	99
Reseptörler	99
Suprasegmental İletişim	101
Lokal Etkiler	101
Kombine Bölgeler	101
Hücreler Arası Dokudaki Patojenetik Etkileşimler	102
Nörolenfatik Noktaların Sempatik Parasempatik Etkileri.....	103
Tedavi İlkeleri.....	104
Değerlendirme İlkeleri	105

Teknikler	107
Toraks Ventral Noktalar	107
Abdominal Nörolenfatik Noktalar	110
Pelvik Bölgede Ventral Noktalar	110
Uyluk Bölgesi	112
Dorsal Bölgede Servikal ve Torakal Alanlar	113
Lomber Omurga ve Dorsal Pelvik Bölgeler.....	114
Hormonal Disfonksiyon ve Vejetatif Distoni	117
Hormonal Regülasyon.....	118
Vejetatif Distoni	119
Bağlantılı Sendromlar	120
İleoçekal Kapak Sendromu.....	120
T4 Sendromu.....	122
T9 Spesifik Sendromu	122
L3 Vertebral Sendromu	124
Torakolomber Geçiş Sendromu.....	124
Huzursuz Bacak Sendromu	125

Bölüm 4

Yara İyileşmesi

İnflamasyon Aşaması.....	127
Ağrı Kesici ve İnflamasyon Önleyici İlaçlar ve Buz Tedavileri	129
Proliferasyon Fazı	130
Konsolidasyon Aşaması	131
Organizasyon ve Yeniden Şekillenme	132
Yara İyileşme Koşulları	132
Dokunun Esneklik Kontrolü.....	132
Kan Dolaşımı.....	132
Skar Doku	134
Skar Doku ve Etkileri	134
Değerlendirme	136
Skar Dokunun Postüral Etkisinin Değerlendirilmesi	136
Tedavi	137

Bölüm 5

Kranial Sinir Manipülasyonu

Olfaktör Sinir.....	141
Olfaktör Kranial Sinir Manipülasyonu	141
Optik Sinir	142

Optik Sinir Tekniđi.....	142
Trigeminal Sinir.....	144
Trigeminal Ganglion Tekniđi.....	145
Oftalmik Sinir Tedavisi.....	146
Infraorbital Sinir ve Maksiller Sinirin Dalları İçin Tedavi.....	146
Mandibular Sinir (V3) ve Dalları İçin Tedavi.....	146
Fasiyal Sinir.....	148
Fasiyal Sinir Tedavisi.....	149
Ganlion Pterygopalatinum Tedavisi.....	149
Vestibülokoklear Sinir.....	150
Glossofaringeal Sinir.....	150
Otik Gangliyon Tekniđi.....	151
Vagus.....	152
Temporal Kemik Üzerinden Vagus Sinir Stimülasyonu.....	153
Krikoid Üzerinden Vagus Sinir Stimülasyonu.....	153
Superior Laringeal Sinir İçin Teknik.....	154
Aksesuar Sinir.....	154
Aksesuar Sinir Tekniđi.....	154

Bölüm 6

Tamamlayıcı Değerlendirme Prosedürleri (Organlar)

El Refleks Noktaları.....	157
Organ Saatleri.....	158
Böbrek.....	158
Kolon.....	158
İnce bağırsak.....	158
Karaciđer ve Safra Kesesi.....	158
Mide.....	159
Diş Refleks Noktaları.....	159
Böbrek ve Mesane.....	159
Kalın Bağırsak.....	159
İnce Bağırsak.....	159
Karaciđer ve Safra Kesesi.....	160
Mide.....	160
Dil Organ Noktaları.....	160
Yüzün Refleks Bölgeleri.....	161
Kranial Refleks Noktaları.....	161
Kaynaklar.....	163