

### **Kısalmış kasın özellikleri nelerdir?**

Kısalmış kasta ağrı, spazm ve sertlik oluşur. Damarlar üzerindeki baskı nedeniyle kas dokusunun kan akımı azalır. Bu nedenle dolaşıma katılmayan toksinler dokuda birikir. Ağrıyı tetikleyen hassas noktalar oluşur. Ayrıca kasın kemiğe yapışma yerine baskı nedeniyle tendonlarda tendinoz tablosu gelişebilir.



### **Kuru iğne (İMS) tedavisi bir akupunktur yöntemi midir?**

Kuru iğne (İMS) tedavisinde kullanılan iğneler akupunktur iğnelere benzer. Ancak kuru iğne tedavisi (İMS) akupunturdan tamamen farklı bir tedavi yöntemidir.



### **Kuru iğne tedavisi (İMS) ağrılı bir tedavi yöntemi midir?**

Kuru iğne tedavisi için kullanılan çok ince iğneleri normal bir kasa penetre etmek neredeyse ağrısızdır. Ancak kasta bir kontraktüre rastlandığında kas iğneyi kavrar ve hasta tuhaf, kramp benzeri bir duyum yaşar. Kas rahattıdıkça bu durum da tedricen düzelir.

### **Tedavi Ettiğimiz Hastalıklar**

- Bel ve boyun ağrıları
- Bel ve boyun fıtıkları
- Omuz ağrıları ve donuk omuz
- Baş ağrıları
- Fibromiyalji
- Osteoartrit (eklem ve omurga kireçlenmeleri)

# İMS

## İntramüsküler Stimülasyon Kuru İğne Tedavisi

**Doç. Dr.  
Habib BOSTAN**

**Anesteziyoloji ve  
Reanimasyon Uzmanı**

**www.habibbostan.com**

**www.bogaziciagrimerkezi.com**

Kartaltepe Mahallesi Başarı Sokak No:1  
Altay Apt. A Blok Kat:3 D:6 34145 Bakırköy/ İstanbul  
(İncirli Caddesi Üzeri, Oğuz Kaan Koleji Yanı)  
gsm : 0545 229 55 88 Tel : 0212 542 55 88  
www.habibbostan.com  
www.bogaziciagrimerkezi.com

## **İMS (İntramüsküler Stimülasyon, Kuru İğne Tedavisi) nedir?**

Kuru iğne tedavisi diğer bir ismiyle intramüsküler stimülasyon (İMS) olarak da bilinir. Bu tedavi yöntemi Kanadalı bir anestezi doktoru olan Dr. Gunn tarafından geliştirilmiştir.

Kuru iğne tedavisi (İMS) kas spazmı yada kas kısılğından kaynaklanan akut ve kronik ağrıların tedavisinde kullanılır.

Kuru iğne tedavisi (İMS) için çeşitli uzunluklarda, çok ince iğneler kullanılır ve bu iğneler herhangi bir ilaç veya solüsyon içermez. Bu nedenle alerjik reaksiyonlar ve ilaçtan kaynaklanan yan etkiler oluşmaz.



Bu özel iğnelerin kasılmış ve kısılmış kaslara uygulanması ve sonrasında kas spazmının çözülmesi, tedavinin esasını oluşturur.

Ağrılı bölgede kasılmış olan çok sayıda kas demeti bulunur ve bundan dolayı çok sayıda iğneleme gerekebilir.



# **İMS**

## **İntramüsküler Stimülasyon**

### **Kuru İğne Tedavisi**

#### **Kuru iğne (İMS) tedavisi hangi durumlarda kullanılır?**

- Bel ağrıları, siyatik ve bel fıtığı
- Boyun ağrısı, kol ağrıları ve boyun fıtığı
- Bel ve boyun kireçlenmesine bağlı ağrılar
- Migren, gerilim baş ağrıları ve boyun kaynaklı baş ağrıları
- Sırt ağrıları ve sırt kireçlenmelerine bağlı ağrılar
- Bilgisayar ve klavye kullanımına bağlı ağrılı durumlar
- Omuzda hareket kısıtlılığı ve omuz ağrısı
- Sinir sıkışmasına bağlı ağrılar
- Duruş bozukluğuna bağlı ağrılar
- Tenisçi ve golfçü dirseği
- Miyofasiyal ağrı sendromu
- Fibromiyalji
- El, dirsek, omuz, topuk ve kasık tendinitleri
- Diz ağrısı



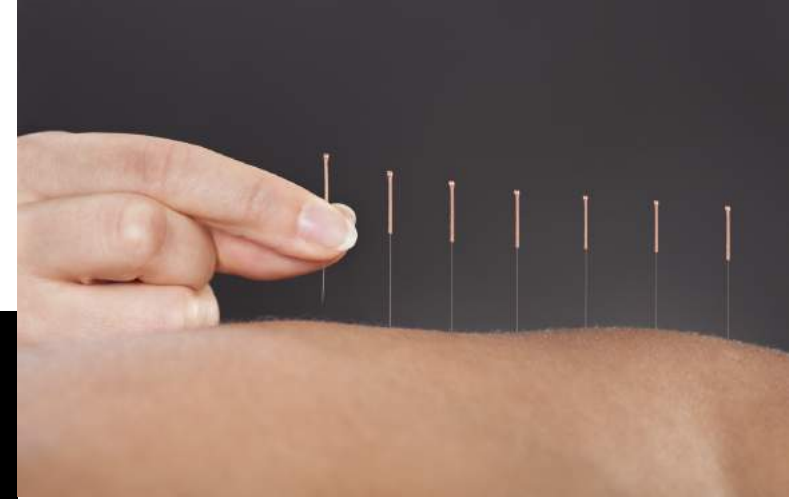
#### **Kuru iğne tedavisinin (İMS) uygulanma sıklığı ne olmalıdır?**

Kuru iğne tedavisinin (İMS) etkileri birikici özelliktedir. Yani her seansta bazı kas lifleri iyileşir ve seans sayısı arttıkça iyileşen kas lifi sayısı artar.

Tedavi haftada iki defa olacak şekilde planlanmalıdır. Seanslar arasında kasların iyileşmesi için zaman tanınmalıdır. Seans sayısı hastalığın süresi ve şiddetine bağlıdır.

Hastalığın şiddeti ne kadar ağırsa seans sayısı o kadar fazla olmalıdır. Yeni başlamış ağrılı durumlar 1-2 seansta iyileşebilir. Bel ağrılarında 6-8 seans yeterli olur.

Boyun ağrıları bel ağrılarına göre biraz daha çabuk iyileşir. Donuk omuz gibi durumlarda seans sayısı artırılmalıdır.



#### **Kuru iğne (İMS) tedavisinin başarı oranı nedir?**

Bu yöntemin ağrı tedavisinde başarı oranı oldukça yüksektir. Hastaların çoğu tedavi sonrasında ağrılarının hafiflediğini ifade etmektedir. Hafif ve orta şiddetli ya da yeni başlangıçlı ağrılarda düzelme oranı daha yüksektir.

#### **Omurga etrafında bulunan kaslarda oluşan spazmın disk ve sinirler üzerine etkisi nedir?**

Kısılmış kas nedeniyle omurga kemikleri birbirine yaklaşır. Disk aralığı daralır, disk balonlaşır ve ilerleyen zamanda fıtıklaşır. Kas spazmının devam etmesi diskin iyileşmesini engeller. Aynı zamanda omurları birbirine bağlayan faset eklem yüzleri birbirine yaklaşır ve omurganın arka kısmının hareket etmesini sağlayan mekanizma bozulur.