

Preartrozik Dönemde Kaplıca Tedavisinin Yeri

Dr. Nurten (Usman) ÖZER (*)

ÖZET

Çevresel faktörlerin enerjetik unsurlarının insan organizması üzerindeki etkilerini inceleyen, hastalık ve tedavi yönünden değerlendiren bilim dalı Tıbbi Ekoloji'dir.

Bu kapsam içinde Kaplıca Tedavisi, fiziksel çevrenin atmosferik ve hidrosferik enerjisinin tedavide kullanımı anlamını taşır. Kaplıca kürlerinin fiziksel ve kimyasal etkisi yanısıra nonspesifik stress etkisi, preartrozik dönemde lokal etki ile birlikte organizmanın dolaşım - solunum, termoregülasyon, enzim ve metabolizma faaliyetlerini düzenleyerek olumlu etki yaratır.

SUMMARY

SPA TREATMENT DURING PREARTHROSIS PERIOD

Medical Ecology is an interdisciplinary science which studies and reveals the effect of environmental energetic parameters on human organism in health, disease and in treatment.

At this context, spa Treatment uses atmospheric and hydrospheric energies for treatment. Together with physical, chemical and local effects, the "nonspecific stress effect" of that Treatment has beneficial effects during prearthrosis period by regulating cardio respiratory system, thermo regulation, enzymatic and metabolic activities of the body.

Doğuda tek veya gruplar halinde yaşayan canlı organizmalar, dış çevreleriyle sürekli ilişki ve karşılıklı etkileşim halindedirler. Çevrenin değişken faktörlerinin kompleks etkisi altında, canlıda gelişen yapısal ve işlevsel tepkileri inceleyen bilim dalı "Ekoloji" olarak tanımlanır. Doğanın en gelişmiş biyolojik birimi insan, yaşa-

(*) İstanbul Üniversitesi İstanbul Tıp Fakültesi Tıbbi Ekoloji ve Hidro-Klimatoloji Kürsü Başkanı.

mını sürdürdüğü, doğal çevresi yani fiziko - kimyasal ve biyolojik ortamlar ile, sosyo-kültürel koşulları kapsayan toplumsal çevre ve kendi ürünü olan teknolojik koşulların yarattığı yapay çevrenin etkisi altındadır. İnsan ve Toplumun, doğal ve yapay çevreleri ile her tür ilişkilerini, biyolojik ve biokültürel evrim içinde inceleyen ve uygulama alanına getiren bilim dalı ise, "İnsan Ekolojisi" adı altında çeşitli disiplinleri içermektedir^{1.2.3.}

İnsan, dış çevresinin stressör etkili faktörlerine filogenetik ve ontogenetik özelliklerine, sosyo - kültürel yapı ve gelişimine vegetatif türü, durumu, ayrıca ilk değerler kanunu önemli ölçüde rol oynar.

Seri halinde etken stressörlerin organizma üzerindeki tesiri sağlıklı veya hasta organizma için ayrı ayrı düşünülmektedir. Bilindiği gibi çevresel faktörlere karşın, organ ve sistemlerin fonksiyonlarını koordine eden, dengede tutan iç ortam, başka bir deyimle intra sellüler ortamın sabitliğini koruyabilme yeteneği homeostasis olarak tanımlanır. Bu yeteneği, çevreye uyumda yeterli olan sağlıklı organizma, yetersiz olan ise hasta organizma olarak mütalea edilir. Sağlıklı organizmada, seri stressör uygulanması ve birikimi, organizmanın reseptörleri ile alınarak gerekli merkezlere taşınır ve homeostasis uyanır. Reaksiyon kapasitesini organizmanın uyum yeteneği ile direncini artırır. Çevresel faktörünü dozu, şiddeti ve etki süresi sağlıklı organizmanın, hipofiz, sürrenal aksı ile merkezi ve vegetatif sinir sistemleri yoluyla gösterdiği reaksiyonun, homeostasin kapasitesinin sınırları içinde olabileceği ölçüde ise bu durum söz konusudur. Ancak etkinin şiddeti ve süresi bu kapasiteyi aşacak doza eriştiğinde organizmanın iç dengesindeki düzen bozulur, hastalık olgusu ortaya çıkar. Bu durumda başlangıçta infraklinik safhada bir stress tarzında gelişen bu etki, düzenleme - regülasyon mekanizmasının boyutlarını aşması halinde çevreye uyumsuz inadaptasyon reaksiyonu olarak şekillenir^{4.5.6.7.8.}

İşte çevresel faktörlerin, özellikle fiziksel çevrenin enerjetik unsurlarını, şiddet ve sürelerine bağlı olarak, insan organizmasının çeşitli özelliklerini dikkate alarak, kişinin durum ve davranışlarını tıbsal açıdan değerlendiren bilim dalı "Tıbbi Ekoloji"dir^{1.}

Tıbbi Ekoloji, doğal enerjetik unsurların, kişinin ve toplumun sağlığını korumak, uyumsuzluk reaksiyonlarına karşı vücut direncini arttırmak amacını güden uygulamaları kapsadığı gibi, çevresel faktörlerin patolojik düzeye ulaşmasını önlemek, bu dozdaki patolojik olguların tedavi amacını da içermektedir. Örneği, sağlıklı kişilerdeki Helioterapi - Talassoterapi ve ikinci amaca örnek olarak da, radyasyon, ısı ve sualtı hiperbarik patolojisi tedavilerini verebiliriz.

Tıbbi Ekoloji, çeşitli etkenlere bağlı olarak gelişen hastalıklarda doğal çevrenin enerjetik unsurlarıyla tedaviyi de içermektedir. Balneoterapi, Peleidoterapi, Klimaterapi gibi Genel Balneoterapi veya medikal Hidro - Klimatoloji veya toplumsal deyişle Kaplıca Tedavisi, doğal enerji kaynaklarından yeraltı sıcak maden sularıyla yapılan bir tedavi olarak tanımlanmakla beraber, kaplıca yöresine özgü iklimatik, iklim faktörlerinde seri halindeki etkisini kapsamaktadır. Sağlıklı veya hasta yani yapısal ve ruhsal fonksiyon hormonisi bozulmuş kişiye termo - mineral sularla, iklimatik kürün müşterek etkisi, organizmanın regülatör sistemini uyarıcı, stress yaratıcı bir stressör grubun etkisi olarak düşünülür^{3.9.10.11.}

Şöyle ki;

1. Spesifik etki, suyun ısı, hidrostatik basıncı, mineral ile gazları, dış çevrenin, iklimin fotoaktinik - termik özellikleri ile basınç, elektrisite, pollüsyonun yarattığı etki ile ölçülür.

2. Nonspesifik veya genel etki ise, Kaplıca su ve iklimin kür halinde seri olarak banyo - içme - inhalasyon türündeki uygulamaları ile bağlantılı ekolojik bir etki kompleksi olarak kabul edilir¹¹.

Bu genel etki ile, organizmanın reaksiyon ve uyum kapasitesine ayarı söz konusudur; negatif denge, hipofiz - orta beyin - sinir sistemi yoluyla adaptasyon sağlanır, sürrenal aktivitesi arttırılır. Bunun işareti olarak, gliko kortikoid itrahında düşme, mineral kortikoid de artma tesbit edilir. Özellikle romatizmal hastalarda, iddia edilen sürrenal hormona karşı azalan duyarlılık, kür etkisi ile tekrar kazanılır, adeta sürrenal dokulardaki utilizasyonu artar; 17 - Ketosteroid itrahındaki artma bunun bir işareti olarak kabul edilmektedir.

Suyun ısı, mineral ve gazların direkt etkisi ise, öncelikle dolaşım - deri dolaşımını yoluyla belirginleşir. Özellikle periferik damar vasodilasyonu - damar elastikiyetinin azalması ve dolaşımdaki bu tepki ile kas spazmının çözülmesi, eklem hareketlerinin çözülmesi ve ağrının hafiflemesi söz konusudur. Ayrıca gaz ve minerallerin deri ve solunum yolları ile diffüzyonu çeşitli metabolizmaların belirli ara düzeninde etkin rol oynarlar, doku enzimlerinin ana unsurlarının yapımına katkıda bulunurlar¹¹.

Bu özellikleri nedeniyle Genel Balneoloji, insan sağlığında, Herodot ve Hipokrat devrinden beri bilinen ve uygulama yapılan bir bilim dalıdır. Çağlardan beri Kaplıca Kürleri öncelikle romatizmal kökenli ağrılı hareket sistemi hastalıklarında ampirik olarak kullanılmış, ancak son 150 yıldan beri koruyucu ve önleyici doğrultuda bilimsel olarak değerlendirilmiştir. Özellikle dejeneratif eklem hastalıkları, artrozlar, Balneoterapi'ye geniş çapta endikasyon gösterilen sendromlardır. Bu sendromlarda Kaplıca tedavisi uygulamasının amacı, genel etkisi yardımı ile, bozulan regülasyon sistemini stimüle ederek, etyolojik faktörlere yönelik önlem almak, lokal etkisi ile, semptomatik sağlık sağlayarak hastaya rehabilitasyonun uygulanabileceği ortamı ve normal yaşamını temin etmektir^{9,10}.

Bilindiği gibi osteortroz ve osteortrit veya artroz denilen dejeneratif eklem hastalıkları, eklem hyalin kıkırdığında gelişen primer veya sekonder kökenli, kronik, prodüktif, nonenflamatuar bir olgudur. Genellikle ileri yaşlarda eklemlerdeki şekil ve fonksiyon bozukluğu ile manifest hale geçen skleroz sürecinin gelişmesini sağlayan hazırlayıcı faktörler olarak, doğmalık bir malformasyon mevcut değilse, hormonal disarmoni, metabolik dengesizlik, vasküler bozukluklar ön planda gelmektedir. Özellikle kadınlarda yaygın olarak saptanan fibrositiz zemini hazırlayıcı faktör olarak dikkate alınır. Skleroz sürecinin hazırlanma dönemine "Preartrozik Sendrom" adı verilir. Anabolizma ve katabolizma arasındaki denge bozukluğu ile karakterize olan bu sendromun humoral ilk belirtilerinin 25 - 30 yaşından itibaren görülmeğe başladığı iddia edilmektedir. Menopoz döneminde söz konusu dengesizlik aşikar duruma geçer, bu dengesizliğin nedeninin hipofiz stimülüsüne karşı, sürrenal glüsido - protidik ve androjenoglüsidik hormonların salgılanması arasındaki farklılıktan doğduğu görüşü genellikle hakimdir. Gerçekten preartrozik dönemde

17 - Ketosteroid itrahi azalması, aldosteron, mineral kortikosteroid artması ile birlikte gider. Skleroz dönemi başladıktan sonra 17 - Ketosteroid itrahinin azalması durur ve itrah normale döner. Fibrositik - abartiküler olgularda deri altı yağ infiltrasyonu (sellülitik infiltrasyon), ponderal indeksin (cm.e düşen kg) yükselmesi ve şişmanlıkla paralel gider. Damar cidarındaki frajilite, ekimozlar kapiller permeabilite nin artması, ödem, lenf ve venöz durgunluk ön plandadır. Bilindiği gibi, bağ dokusundaki mastositlerin uyarılmasıyla histamin ve heparin deşarjı husule gelir. Çeşitli dış ve iç ortam faktörleri antijen - antikor reaksiyonları, (U.V. gibi) etkisiyle mastositlerin uyarılması, histamin deşarjı sonucu kapiller vasodilatasyon ve permeabilite artar, plasmforez gelişir. İntersellüler protein ve elektrolitin birikimi, mükopolisakarit deşarjı ile ekstra sellüler sektördeki proteinden zengin sıvı mastositlerin yeniden tenbihini hazırlar. Bu zincirleme reaksiyonlar, bağ doku sıvıda, sinovyada kapiller şebekenin gelişmesine yol açar ve non - spesifik iltihabi olguya zemin hazırlar. Preartrozik dönemde humoral düzeyde saptanan lipid - kolesterin - yağ asitlerindeki artma, mastositlere uyarıcı olarak yeterli bir faktördür. Diğer taraftan fibrinojenin artması, albumin/globulin oranının düşmesi ve sedimantasyon süratindeki hafif artış, preartrozik dönemde zaman zaman iltihabi görünüm kazanışı doğrulamaktadır. Aktivite safhalarında hipokoagulabilite ve heparine rezistansta azalma da tesbit edilmektedir^{3.12.13.}

Balneoterapi'den bu dönemde alınan olumlu sonuç 17 - Ketosteroid itrahi ile takip edildiğinde, surrealin uyarıldığı, itrahin yükselmesi ile saptanır. İltihabi bulgular, sedimantasyon sürati, alb/gl oranının ve fibrinojenin normale dönmesi ile paralel olarak geriye döner. Heparine rezistans testi ve koagülasyon mekanizmalarında mevcut saptamalar normale dönüşür. Humoral düzeydeki patolojik olguların, Kürün regülatör sistemi stimüle eden etkisi ile düzelmesi yanısıra subjektif ve abartiküler tipteki şikayetler de kaybolur. Mevcut hipotoni kaybolur, hızlanan metabolizma, Kürün diğer uygulanan tedavi yöntemleriyle ağırlığın azalmasını sağlar, ayrıca diabet zemininde glikoz ütilizasyonu temin ile purin metabolizma bozukluğunda ve ürik asit affinitesi yüksek olanlarda, düzensizliği ortadan kaldırır.

Kürsümüüzün yaptığı araştırmalardan da anlaşılacağı gibi, serum yağ asitleri, lipid, kolesterin, ürik asid, glikoz seviyeleri normale döner, Cortisol ve insulin salgılanması artar, hemokonsantrasyon, pıltılaşma zamanı normale döner. Kan elektrolitleri, protein, alb/globulin oranı yanısıra karaciğer testleri, esterifikasyonda normal hudutlar içerisine girer.

Nöroendokrin sistemin regülasyondaki rolü hipofiz - surrenal - talamus merkezlerinin stimülasyonu, Thom testi ile takip edildiğinde eosinofillerin düşmesi ile saptanacaktır^{13.14.}

Kısaca Preartrozik dönemde, Balneoterapinin amacını özetlersek;

1. Hazırlayıcı faktörleri biyolojik seviyede düzeltmek,
2. Adale kontraktionlarını ve tonusunu düzenlemek,
3. Mekanik yük olarak, şişmanlığı ortadan kaldırmak,
4. Abartiküler tip, tendinit, bursit, tendovaginit gibi süreçleri anti enflamatuvar dolaşıma etki ile ortadan kaldırmak,

5. Ağrıyı dindirmek,
6. Hormonal disarmoniyi düzenlemek,
7. Kıkırdığın ana unsuru kondiotin sülfat muhtevasını arttırmak ve kıkırdığın harabiyetini önlemek,

Kullanılacak Sular ;

- Antienfeksiyöz etkili kükürtlü termal
- Rezulitif etkili tuzlu termal
- Sedatif etkili radioaktif oligometalik termal
- Karbogazöz termal sular
- Çamurlar ¹⁵.

KAYNAKLAR

1. USMAN — ÖZER, N. : "Tıbbi Ekoloji Görüşüyle Meteorolojinin değerlendirilmesi" İ.T.Ü. Meteoroloji Dünya Günü Semineri Bildirisi, İstanbul, 1980.
2. USMAN — ÖZER, N. : İstanbul'daki Hava Değişimlerinin Serotonin Metabolizması ile ilişkisinin Tıbbi Ekolojik Açıdan Değerlendirilmesi. İstanbul, Çeliker Basımevi 1980.
3. USMAN — ÖZER, N. : Romatizmal Hastalıklarda Kaplıca Tedavisi "Romatizmal Hastalıklar, Edi. Necdet TUNA (baskıda)
4. KAMSHILOV, M.M. : Evolution of the Biosphere Moschow, Mir Publishers, 1976 .
5. YENAL — O. : Türkiye Maden Suları - Marmara Bölgesi (2), Sermet Matb, İst. 1974.
6. YENAL — O., USMAN, N. : Türkiye Maden Suları - Ege Bölgesi (3), Sermet Matb. İstanbul, 1975.
7. YENAL, O., USMAN, N. : Türkiye Maden Suları İç Anadolu Bölgesi (4), Sermet Matbaası, İstanbul 1975.
8. YENAL, O., USMAN, N. : Türkiye Maden Suları Akdeniz, Karadeniz, Doğu, Güneydoğu Anadolu Bölgesi (5) Sermet Matbaası İstanbul, 1976.
9. USMAN — ÖZER, N. : "Kaplıca Tedavisinde Acil Hekimliğin Yeri" İ.Ü.İst. Tıp. Fak. 5. Kongresi bildirisi, İstanbul 1979.
10. USMAN — ÖZER, N. : "Yaşlılıkta Dış Çevre Etkenlerinin ve Kaplıca Tedavisinin Yeri" Yaşlanma ile gelenler ve Tedavi Prensipleri Simpozyumu bildirisi, İstanbul 1979.
11. SCHMIDT — KESSEN, W. : "Allgemein Balneotherapie" Bader-u. Klimaheilk. Handb, Amelung/Evers, Stutigard (280), 1962.
12. EVERS, A. : "Entzündliche und degenerative Gelenkerkrankungen" Bader-u. Klimaheilk. Hadb Amelung/Evers, Stutigard (888), 1962.
13. USMAN — ÖZER, N. : "Degeneratif Eklem Hastalıklarında Kaplıca Tedavisi" Türk Tıp Derneği Mecm. Gönen Paneli özel sayısı 1979.

14. USMAN, N., BİLECEN, L., YASSA, K. : "Die Wirkung der im Militarkrankenhaus Bursa angewandten Thermomineral kur auf den Lipoid und Kohlenhydratestoff - wechsel" Z.angew. Bad-u. Klimaheil. 25,2,142, 1978.
15. USMAN, N. : "Türkiye'nin Ege - Marmara Bölgesi Termo - mineral Kür merkezlerinin Medikal ve terapötik yönden değerlendirilmesi" Med. Terap. Hid. Klima. Yıl. 14 - 15, 1974 - 1975.