

ORTOPEDİK REHABİLİTASYONDA KLİNİK AKIL YÜRÜTME: BEL VE BOYUN YAKLAŞIMLARI

*Kanıtı Dayalı Değerlendirme, Yaklaşımlar ve
Klinik Karar Verme Rehberi*

Yazar

Uzm. Fzt. Ozan ÇETİNYOL

ORTOPEDİK REHABİLİTASYONDA KLİNİK AKIL YÜRÜTME: BEL VE BOYUN YAKLAŞIMLARI

Yazar

Uzm. Fzt. Ozan ÇETİNYOL

ISBN: 978-625-8727-60-9

E-ISBN: 978-625-8727-61-6

DOI: 10.54637/vizetek.9786258727616

Copyright © Vizetek

Bu kitabın basım, yayım ve satış hakları Vizetek Yayıncılık Sanayi ve Ticaret Limited Şirketine aittir. Vizetek Yayıncılık'ın izni alınmadan kitabın tümü ya da bölümleri, kapak tasarımı, elektronik, mekanik, fotokopi, manyetik, kayıt ya da başka yöntemlerle çoğaltılamaz, basılamaz, dağıtılamaz. Bu kitap T.C. Kültür Bakanlığı bandrolü ile satılmaktadır. Sayın okuyucularımız, bandrolsüz yayınları satın almamanızı diliyoruz. Kitap içeriğinin tüm sorumluluğu yazar(lar)ına aittir.

Yayın Tasarımcısı / Koordinatörü: Seda AYĞÜN

Kapak Tasarımı & Mizanpaj: Zeynep ERTUĞRUL

Yayın Tarihi: Kasım, 2025

Seyranbağları Mah. İncesu Cad. 10/2 Çankaya/ANKARA

Tel.: (0312) 482 00 11

Web: www.vizetek.com.tr

E-mail: vizetekiayincilik@gmail.com

Yayıncı Sertifika No: 41575



Baskı: Vadi Grafik Tasarım ve Reklamcılık Ltd. Şti.

İvedik Org. San. 1420. Cad. No: 58/1 Yenimahalle/ANKARA

Tel.: 0 (312) 395 85 71

Matbaa Sertifika No: 47479

**ORTOPEDİK REHABİLİTASYONDA
KLİNİK AKIL YÜRÜTME:
BEL VE BOYUN YAKLAŞIMLARI**

*Kanıtı Dayalı Değerlendirme, Yaklaşımlar ve
Klinik Karar Verme Rehberi*

Yazar

Uzm. Fzt. Ozan ÇETİNYOL

ORCID: 0000-0002-3137-1686

TEŞEKKÜR

Bu kitabın oluşumunda dolaylı veya doğrudan katkısı olan tüm hastalarım, meslektaşlarıma teşekkür ederim.

Onların soruları, merakı ve geri bildirimleri, her klinik kararımın ve her sayfanın arkasındaki gerçek motivasyon olmuştur.

Meslek hayatım boyunca birlikte çalıştığım tüm ekip arkadaşlarıma, bana klinik uygulamada disiplinin ve sabrın önemini öğreten hocalarıma ve en önemlisi beni her zaman destekleyen eşim Büşra'ya ve anne-babama sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Fizyoterapi, sürekli gelişen bir bilimdir. Bu kitap, bilginin paylaştıkça büyüdüğüne inanan tüm meslektaşlarıma adanmıştır.

Uzman Fizyoterapist Ozan ÇETİNYOL

İğdır, 2025

YAZAR HAKKINDA

Bu kitabın yazarı Uzman Fizyoterapist Ozan Çetinyol, 2013–2017 yılları arasında Haliç Üniversitesi Sağlık Bilimleri Yüksekokulu Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü’nde lisans eğitimini tamamladı. Ardından 2018–2021 yılları arasında Haliç Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Anabilim Dalı’nda yüksek lisans eğitimini sürdürerek, kronik bel ağrılı olgularda miyofasyal gevşetme uygulamasının ağrı, esneklik ve gövde mobilitesi üzerindeki etkilerini inceleyen tez çalışmasını gerçekleştirdi.

Ozan Çetinyol, ortopedik rehabilitasyon alanında uzmanlaşmış bir fizyoterapisttir.

Bilimsel çalışmalara önem veren yazarın, uluslararası alanda yayımlanmış “Acute Effects of Myofascial Release Technique on Flexibility and Pain: Outcome for Chronic Low Back Pain” başlıklı bir makalesi bulunmaktadır.

Bu kitapta Ozan Çetinyol, sizlere fizyoterapi alanında klinik akıl yürütme ve kanıta dayalı yaklaşımın nasıl geliştirilebileceğini, gerçek klinik deneyimlerden süzülmüş bilgilerle aktarıyor. Amacı, hem mesleğe yeni başlayan hem de tecrübeli fizyoterapistlerin düşünme süreçlerini güçlendirmek ve uygulamalarına bilimsel bir derinlik kazandırmaktır.

ÖN SÖZ

Fizyoterapi, yalnızca bir tedavi süreci değil; insan hareketinin, ağrının, fonksiyonun ve iyileşmenin derin anlamını keşfetme sanatıdır.

Bu kitap, yıllar içinde binlerce hasta ile kurulan iletişimin, yüzlerce vaka gözleminin ve her bir klinik kararın ardında yatan düşünce sürecinin bir yansıması olarak doğmuştur.

“Ortopedik Rehabilitasyonda Klinik Akıl Yürütme: Bel ve Boyun Yaklaşımları” başlığı, fizyoterapinin en temel iki alanında – bel ve boyun – yalnızca kas iskelet sistemine değil, aynı zamanda insanın bütünsel yapısına odaklanan bir düşünce biçimini anlatmaktadır.

Amaç, fizyoterapistin yalnızca uygulayıcı değil, düşünen, analiz eden ve kanıta dayalı kararlar verebilen bir sağlık profesyoneli olarak konumunu güçlendirmektir.

Klinik akıl yürütme, bilgi ile deneyim arasındaki köprüdür. Bu süreçte fizyoterapist, yalnızca bir hastayı değil, karşıdaki bireyin hikayesini, beklentilerini ve yaşam hedeflerini anlamayı öğrenir.

Bu nedenle klinik akıl yürütme, bir beceriden öte bir bakış açısidir ve bu kitap, bu bakış açısını sistematik, uygulanabilir ve bilimsel bir çerçeveye oturtmayı hedeflemektedir.

İÇİNDEKİLER

1. BÖLÜM

GİRİŞ VE KAVRAMSAL ÇERÇEVE

1.1. Klinik Akıl Yürütme Nedir?	1
1.2. Ortopedik Rehabilitasyonda Karar Verme Süreci	1
1.3. Biyopsikososyal Modelin Önemi	2
1.4. Fizyoterapistin Multidisipliner Ekipteki Rolü	3
1.5. Kanıta Dayalı Uygulamaların Karar Sürecine Etkisi	3

2. BÖLÜM

KLİNİK AKIL YÜRÜTMEDE YARA İYİLEŞMESİ VE MEKANİZMALARININ ROLÜ

2.1. Giriş	5
2.2. Yara İyileşme Sürecinin Evreleri	5
2.2.1. İnflamasyon Evresi	6
2.2.2. Proliferasyon Evresi	6
2.2.3. Remodelling (Olgunlaşma) Evresi	6
2.3. Klinik Akıl Yürütmede Yara İyileşme Mekanizmalarının Önemi	6
2.4. Klinik Uygulamalarda Pratik Yansımalar	7
2.5. Sonuç	7

3. BÖLÜM

BEL BÖLGESİNDE KLİNİK AKIL YÜRÜTME

3.1. Bel Ağrısı ve Klinik Önemi	9
3.1.1. Bel Ağrısı Tanımı	9
3.1.2. Bel Ağrısı Tipleri (Akut ve Kronik)	10
3.1.3. Bel Ağrısının Etiyolojisi	12
3.1.4. Ortopedik Rehabilitasyon Açısından Önemi	14
3.2. Klinik Değerlendirmede Akıl Yürütme Basamakları	14
3.2.1. Subjektif Değerlendirme (Hasta Öyküsü Alma)	14
3.2.2. Objektif Değerlendirme (Gözlem, Palpasyon, Testler)	16
3.2.3. Fonksiyonel Değerlendirme	18
3.3. Klinik Hipotez Oluşturma	18
3.4. Mekanik ve Nörodinamik Ağrı Ayrımı	19

3.5. Görüntüleme Bulgularının Klinik Akıl Yürütmedeki Yeri	20
3.6. Kanıta Dayalı Tedavi Yaklaşımları	21
a) Manuel Terapi	21
b) Egzersiz Reçetesi	22
c) Elektrotterapi ve Modaliteler	22
d) Eğitim ve Yaşam Tarzı Modifikasyonu	22
3.7. Örnek Klinik Vaka Analizleri	23
3.8. Yanlış Klinik Akıl Yürütme — Bel Bölgesi	24
3.9. Mekanik ve Nörodinamik Ağrının Ayrımı	33
3.10. Görüntüleme Bulgularının Klinik Akıl Yürütmede Yeri	37

4. BÖLÜM

BOYUN BÖLGESİNDE KLİNİK AKIL YÜRÜTME

4.1. Servikal Omurganın Biyomekanik Özellikleri	43
4.2. Boyun Bölgesinde Klinik Akıl Yürütmenin Temel Basamakları	45
4.3. Boyun Ağrısının Biyomekanik Temelleri	46
4.4. Boyun Ağrısında Klinik Örüntüler (Pattern Tanı Yaklaşımı) .	47
4.5. Boyun Ağrısında Klinik Akıl Yürütmede Hatalar	48
4.6. Boyun Ağrısında Kanıta Dayalı Yaklaşımlar	49
4.7. Boyun Ağrısında Görüntüleme Bulgularının Klinik Akıl Yürütmedeki Yeri	49
4.8. Boyun Bölgesinde Mekanik ve Nörodinamik Ağrı Ayrımı ..	52
4.9. Boyun Ağrısında Yanlış Klinik Akıl Yürütme Örnekleri	57
4.10. Boyun Bölgesi İçin Tedavi Protokolleri ve Örnek Egzersiz Programları	61
4.11. Boyun Bölgesinde Yanlış Tedavi Örnekleri ve Önlenmesi	66

5. BÖLÜM

KLİNİK AKIL YÜRÜTME MODELİNİN UYGULAMASI

5.1. Hypothesis-Oriented Algorithm (HOAC) Modeli	71
5.2. ICF (Uluslararası Fonksiyon, Yetiştirimi ve Sağlık Sınıflaması) Modeli	73
5.3. Akıl Yürütmede Bilişsel Hatalar ve Ön Yargılar	74
5.4. Sürekli Klinik Gelişim İçin Öz Değerlendirme Yöntemleri ..	75

6. BÖLÜM

KLİNİK OLGU ÖRNEKLERİ VE TEDAVİ YAKLAŞIMLARI

6.1. Vaka 1 – Akut Mekanik Bel Ağrısı (Ofis Çalışanı)	77
6.2. Vaka 2 – Lomber Radikülopati (İleri Derece Disk İrritasyonu)	79
6.3. Vaka 3 – Kronik Non-Spesifik Bel Ağrısı (Psikososyal Öne Çıkan)	80
6.4. Vaka 4 – Post-Operatif Lomber Diskektomi (Cerrahi Sonrası Rehabilitasyon)	82
6.5. Vaka 5 – Servikal Radikülopati (Nörodinamik Baskın)	83
6.6. Vaka 6 – Servikojenik Baş Ağrısı (Üst Servikal Kaynaklı) ...	84
6.7. Bölüm Sonu Özeti – Klinik Akıl Yürütme İçin Altın Kurallar	85

7. BÖLÜM

SONUÇ VE GELECEK PERSPEKTİFİ

7.1. Ortopedik Rehabilitasyonda Klinik Akıl Yürütmenin Geleceği	87
7.2. Teknolojik Gelişmeler (Yapay Zekâ, Sensörler, Dijital Değerlendirme)	88
7.3. Klinik Karar Verme Süreçlerinde Fizyoterapistin Lider Rolü	89

