

## 10. TÜRKÇE ÖZET

**AMAÇ:** Bu çalışmada primer diz osteoartriti tanısı alan hastalarda düşme riskinin değerlendirilmesi ve propriosepsiyon egzersizlerinin bunun üzerine etkisini araştırmayı amaçladık.

**GEREÇ VE YÖNTEM:** Çalışmamıza, 50 primer diz osteoartritli, 50 sağlıklı katılımcı alındı. Çalışmaya Amerika Romatoloji Derneği (ACR) kriterlerine göre primer diz osteoartriti teşhisi konan 40-80 yaş arası hastalar dahil edildi. Tedavi öncesi yaş, cinsiyet, boy ve kilo, vücut kitle indeksi, sosyal güvence, adres ve telefonları kaydedildi.

Her hastaya yüklenmede iki yönlü (ön-arka, yan) diz grafisi çekildi. Diz grafileri Kellgren-Lawrence kriterleri esas alınarak değerlendirilerek evre 2-3 olan hastalar çalışmaya alındı. Sekonder diz osteoartriti olan veya alt ekstremitede propriosepsiyonu bozabilecek osteoartrit dışında bir rahatsızlığı olan hastalar çalışmaya alınmadı .

Hasta ve kontrol gurubunda 8 ayrı pozisyonda ölçümler yapılmak suretiyle düşme riski araştırıldı. Primer diz osteoartriti olan guruba fizyoterapist eşliğinde 10 gün propriosepsiyon egzersizleri yaptırıldı. Hastalara daha sonra ev egzersiz programı verilerek bu uygulamalara devam etmeleri söylendi. 15. gün, 1. ay, 3. ve 6. aylarda bu ölçümler tekrarlandı. Hastaların fonksiyonel durumunu değerlendirmede Lequesne indeksi, ağrının şiddetini belirlemede ise VAS ölçütü (vizuel analog skala) kullanıldı.

**SONUÇLAR:** Çalışmamızda primer diz osteoartriti olan hastalarda düşme riski sağlıklı katılımcılara göre daha yüksek bulundu. Primer diz osteoartritli grupta tedavi öncesi ile karşılaştırıldığında proprioseptif egzersizlerle VAS skoru, Lequesne skoru ve düşme riski skorlarında anlamlı derecede azalma saptandı.

**SONUÇ:** Diz osteoartritinin tedavisinde yaygın olarak kullanılan farmakolojik ve non-farmakolojik tedavilerin yanı sıra proprioseptif eğitim uygulamalarının da önemli katkılar sağlayabileceğini düşünüyoruz.

**ANAHTAR KELİMELER:** Diz osteoartriti, propriosepsiyon, düşme riski