

Türkiye Klinikleri

SPOR HEKİMLİĞİ

ÖZEL KONULAR

Sports Medicine

SPECIAL TOPICS

SPORCULARDA KAS YARALANMALARINA GÜNCEL YAKLAŞIM

CURRENT APPROACH TO MUSCLE INJURIES IN ATHLETES

İÇİNDEKİLER CONTENTS

Ön Söz - Preface

Gürhan DÖNMEZ

1

Sporda Kas Yaralanmalarının Önemi

Importance of Muscle Injuries in Sports

Bülent ÜLKAR

6

Kas Yaralanmalarının Sebepleri

Causes of Muscle Injuries

Şerife Şeyma TORĞUTALP, Naila BABAYEVA

10

Kas Yaralanmalarında Yorgunluğun Etkisi

The Effect of Fatigue on Muscle Injuries

Ali Murat ZERGEROĞLU

14

Kas Rejenerasyonunda Mitokondrinin Rolü

Role of Mitochondria in Muscle Regeneration

Şenay AKIN, Gökhan Burçin KUBAT, İrem GÜNGÖR, Haydar Ali DEMİREL

19

İntramusküler Tendon Gerçeği

The Reality of Intramuscular Tendon

Deniz DEMİRYÜREK, Mehmet Hakan ÖZSOY, Savaş KUDAŞ

- 23 **Kas Yaralanmaları Tanısında İlk Deęerlendirme: Fizik Muayene**
First Evaluation of Muscle Injuries: Physical Examination
Levend KARAÇOBAN, Uęur DİLİÇİKİK
- 27 **Kas Yaralanmalarında Sınıflandırma**
Muscle Injuries Classification
Selin AYDEMİR, Sedat Tolga AYDOę
- 34 **Kas Yaralanmalarında Manyetik Rezonans Görüntülemeye İpuçları**
The Clues of Magnetic Resonance Imaging in Muscle Injuries
Aysu Başak ÖZBALCI, Fatma Bilge ERGEN
- 42 **Kas Yaralanmalarında Ultrasonografik Görüntüleme**
Ultrasonographic Imaging in Muscle Injuries
Ufuk ŞEKİR
- 51 **Kas Krampları ve Gecikmiş Başlangıçlı Kas Yorgunluğu**
Muscle Cramps and Delayed Onset Muscle Soreness
Ömer Serkan KARA, Yięitcan KARANFİL
- 58 **Hamstring Injuries in Sport: Evidence Based Review**
Sporda Hamstring Yaralanmaları: Kanıtı Dayalı Gözden Geçirme
Karl B. FIELDS, Timothy R. DRAPER, Kenneth P. BARNES
- 68 **Avulsiyon Yaralanmaları**
Avulsion Injuries
Fatih VATANSEVER
- 77 **Kas Yaralanmaları Tedavisinde Trombositten Zengin Plazma Uygulamaları**
Platelet Rich Plasma for the Treatment of Muscle Injuries
Ömer ÖZKAN, Gürhan DÖNMEZ, Feza KORKUSUZ, Mahmut Nedim DORAL
- 81 **Kas Yaralanmalarında Alternatif Enjeksiyon Tedavileri**
Alternative Injection Treatments for Muscle Injuries
Savaş KUDAŞ
- 85 **İskelet Kası Yaralanmalarının Tedavisinde Kök Hücrenin Yeri**
Stem Cell Treatment in Skeletal Muscle Injuries
Eda ÇİFTCİ DEDE, Petek KORKUSUZ, Feza KORKUSUZ
- 92 **Kas Yaralanmaları Tedavisinde Cerrahi**
Surgical Treatment for Muscle Injuries
Mahmut Nedim DORAL, Barış Can KUZUCA, Levend KARAÇOBAN
- 97 **Kas Yaralanmalarının Komplikasyonları**
Complications of Muscular Injuries
Sabriye ERCAN
- 102 **Kas Yaralanmaları Sonrası Rehabilitasyonda Temel Prensipler**
Basic Principles in Muscle Injuries
Hayri Baran YOSMAOęLU

- 109 **Hamstring Yaralanmaları Sonrası Spora Dönüş Egzersizleri**
Return to Sports Exercise Program After Hamstring Injuries
Mesut SELAMİ
- 114 **Kas Yaralanmaları Sonrası Spora Dönüş Kriterleri**
Muscle Injuries and Return to Sports Criteria
Galip Bilen KÜRKLÜ, Melda Pelin YARGIÇ
- 118 **Kas Yaralanmaları Sonrası Spora Dönüş Zamanının Belirlenmesinde Görüntüleme Yöntemlerinin Rolü Nedir?**
The Role of Imaging Modalities in Prognosis and Return to Play After Muscle Injuries
Ömer Batın GÖZÜBÜYÜK
- 124 **Kas Yaralanmalarından Korunma**
Prevention of Muscle Injuries
Burak ULUSOY
- 131 **Spor Teknolojisi ve İnovasyon ile Kas Yaralanmaları Engellenebilir mi?**
Can Muscle Injuries be Prevented by Sports Technology and Innovation?
Osman ATEŞ, Anıl IŞIK, Kubilay TOPÇUOĞLU
- 136 **Sporcularda Beslenmenin Kas Yaralanmalarına Etkisi**
The Effects of Nutrition on Muscle Injuries in Athletes
Özlem TOK