



## ÇENE EKLEMİ (TME) HASTALIKLARI

FR-HYE-04-310-03

**Bu Eğitimin Amacı:** TME (Çene eklemi) fonksiyon bozuklukları konusunda hasta ve yakınlarını bilgilendirmek.

### Hastalığın tanımı:

#### *Çene Eklemi Nasıl Çalışır?*

Bir şeyi kuvvetlice ısırduğunuzda sadece dişlerinize değil aynı zamanda çene eklemimize de kuvvet uygularsınız. Fizik terimleri ile çene "kaldıraç" ve çene eklemi "dayanma noktası"na benzer. Gerçekte çene eklemine birim alana uygulanan basınç çeneye uygulanan birim basınçtan çok daha fazladır. Bu tür kuvvet ve basınçların üstesinden gelebilmesi için çene eklemi kayar şekilde hareket eden bir eklem tipidir. Bu sayede çene eklemine uygulanan basınç daha geniş bir alan üzerine yayılır böylece eklemdeki hasar ve yırtıklar daha çabuk iyileşebilir. Eklem hareketin hassas olmasını sağlamak amacıyla lastiksi ve kaygan bir yapı olan kıkırdak ile döşelidir.

Ağrının yanında eklem yol açtığı bazı şikayetler de vardır. Ağız iyice açıldığında bazı kimselerde "çıt" diye bir kayma veya açılma sesi duyulur. Ağız açık şekilde kilitli kalabilir veya ileri dönemlerinde ağzın açılmasını iyice kısıtlanabilir. Birçok kimse kulaklarında çınlama hisseder, bu çenenizi çok sıkıldığınızda hissettiğiniz çınlama gibidir.

### TME (Çene Eklemi) Disfonksiyonu Neden Oluşur?

#### *Çene Eklemi Nasıl Bozulur?*

Alışkanlık olarak çenenizi sıkıyor, gıcırdatıyor ve kaydırıyorsanız eklem içerisindeki kıkırdak zedellersiniz. Birçok insan uyurken dişlerini gıcırdatır ve oda arkadaşları bunu söyleyene kadar farkında olmayabilir. Aynı şekilde günün uzun bir zamanını sakız çiğneyerek geçiriyorsanız çene eklemimize, yemekler arasında kendine gelme fırsatını tanımıyorsunuz demektir. Yemeğinizi hep aynı çene tarafında çiğniyorsanız bu taraf eklem üzerinde normalden fazla basınç yaratarak eklemimizi yıpratıyorsunuz demektir. Bu en sık bir tarafta diş probleminiz varsa veya bir diş tedavisi görüyorsanız gerçekleşir.

Birbiri ile tam oturmayan dişler, suçludur. Buna "uygunsuz ısırık" denir. Çenenin bir tarafındaki dişlerin diğer taraftan daha önce kapandığında çene eklemimizde, basınç farkından dolayı nasıl fazla bir yıpranma olduğunu tahmin edersiniz.

Yukarıda anlatılan bozuklukların her birinde, eklemden, belli bir noktada hasar oluşur. Bu hasar sinir ucuna kadar ulaşırsa ağrı duyulur.

### *Çene Eklem Rahatsızlığını Nasıl Hissedersiniz?*

Her yutkunuşta, esnemedede, çiğnemedede, konuşmada ortaya çıkan batıcı ve şiddetli bir ağrı olabileceği gibi, sürekli ve donuk bir ağrı da olabilir. Ağrı, eklem yer aldığı, hemen çene önündeki bölgede olabileceği gibi birçok yere de yansiyabilir. Ağrı, eklem yapışkan kaslarda spazm oluşturarak yüze, başa, kulağa ve çeneye yansiyabilir. Bazı kişiler migren, sinüs ve boyun ağrılarının sebebini çene eklemine bağlarlar fakat günümüz bilgisi içinde bu durumu açıklamak kolay değildir.

Ağrının en sık odaklandığı yer kulaktır. Birçok kimse kulak doktoruna "kulağında ağrı olduğu" ve "iltihap kaptığı" endişesi ile başvurur. Kulak ağrısı ile birlikte işitme kaybı ve kulak zarında bir bozukluk yoksa kulak hekimi ağrının kaynağı olarak "çene eklemi"nden kuşulanır.

### **Tanı Yöntemleri Nelerdir?**

Fizik muayene ve radyolojik tetkikler ile tanı konur. Fizik muayene sırasında dişlerinizin durumu ve çenenizin kapanması da değerlendirilir.

### **Tedavisi Nasıldır?**

Tedavi medikal tedavi veya cerrahi tedavi şeklindedir. Cerrahi tedavi seçenekleri rahatsızlığın boyutu şikayetlerin tipine göre değişir. Cerrahi tedavinin gerekliliği ve riskleri konusunda doktorunuzla ayrıntılı olarak görüşmeniz yerinde olacaktır.

### **Komplikasyonları Nelerdir?**

Cerrahi sonrası, cerrahi bölgeye yakın olduğu için, yüz sinirinizde çoğunlukla geçici ama bazen de kalıcı olabilen felç ortaya çıkabilir. Çene ekleminde ağrı veya ses gelmesi şikayeti bir süre daha devam edebilir.

### **Tedaviye Uyulmadığında Oluşabilecek Riskler Nelerdir?**

Şikayetler devam edecektir ve zaman içinde çene eklemimizde oluşan hasar daha da artacaktır.

**Prognoz:**

Uygun zamanda yapılan uygun tedavi ile şikayetleriniz ortadan kalkacaktır.

**İzlem:**

Tıbbi veya cerrahi tedavi sonrasında doktorunuzun belirttiği uygun aralıklarla kontrole gelmeniz gerekmektedir.

**Dikkat Edilmesi Gerekenler:**

Şayet hafif bir eklem bozukluğunuz varsa ve erken teşhis edilmişse şu önerilerden fayda görürsünüz:

- Çenenizin sağ ve sol tarafını çiğnemedede eşit kullanınız.
- Bilinçli olarak yapıyorsanız dişinizi gıcırdatmayı ve sıkmayı bırakınız.
- Sert, zor çiğnenen yiyeceklerden kaçınınız.

Daha fazla bilgi için: U.Ü.Tıp Fakültesi, Plastik Rekonstrüktif ve Estetik Cerrahi A.D. Polikliniğine başvurunuz.

**İletişim adresi:** Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi, Plastik Rekonstrüktif ve Estetik Cerrahi Anabilim Dalı-El Cerrahisi Bilim Dalı, Görükle, 16059, Bursa

Tel: 0.224. 2952940- 41-42

Web adresi:plastik@uludag.edu.tr