

Editörden

Değerli Saygıdeğer Meslektaşlarımız ve Değerli Okurlar,

Doğada tüm canlılar minimum enerji sarfiyatı ile maksimum yaşam süresi sağlamaya çalışırken insanlığı, birim zaman diliminde maksimum enerji harcama özelliğini de içinde barındıran sportif aktiviteyi hayatının bir parçası haline getirmiştir. Spor, tarihteki her medeniyette farklı şekillerde varolmuştur. Kimileri savaşa hazırlık olarak spor yapmış, kimileri ibadetlerinin bir parçası olarak görmüş, kimileri ise vakit geçirmek için kullanmışlardır, ancak bugün gördüğümüz rekabet ortamı hiçbir dönemde olmamıştır. Yaşadığımız son yüzyıl içinde spor iki yoldan gelişme imkanı bulmuştur. İlkinde profesyonel anlamda bedensel yeteneklerin, performansın ve bunu sağlayacak bilimsel bilginin sınırları zorlanmaktadır. Bunun sebeplerinden biri aynı dönem içinde bireylerin, grupların, toplumların ve hatta gelişmiş ülkelerin birbirlerine olan üstünlüklerini ispat için savaş alanları yerine spor sahalarını tercih etmeleri olmuştur. Bu yüzdendir ki; günümüzde spor sahaları ve salonları “arena” profesyonel sporcular ise “modern çağın gladyatörleri” olarak isimlendirilmektedirler. Kitleler onları izlemekte, taklit etmekte ve izledikleri mücadelede kendilerini temsil eden bir simge olarak görmektedirler. İkinci yolda ise gelişmiş toplumlardan başlayan hareket ile spor kitlelere yayılmaya başlamış, koruyucu hekimliğin bir uygulaması haline getirilerek, hem sağlık harcamalarının düşürülebilmesi hem de yaşam kalitesinin yükseltilebilmesi için kullanılan bir unsur haline gelmiştir. Bununla da kalınmayıp kronik hastalıklar başta olmak üzere birçok sağlık probleminin tedavisinin bir bölümü haline getirilmiştir. Böylece spor, farklı yaş gruplarından çok daha fazla sayıdaki insanın hayatının bir parçası haline gelmiştir.

Dünyanın son yüzyıl içinde giderek ‘küçülmesi’ ile, profesyonel anlamda tüm toplumlar benzer sporları benzer kuralları ile yapmaya başlamış, bu da hem rakip hem de seyirci sayısında önemli bir artışa yol açmıştır. Sporcular üzerindeki rekabet baskısının artması, insanlığın normal fizyolojik sınırlarının çok daha üzerinde zorlanmalarla karşı kaşıya kalmasına neden olmuştur. Sporcunun kapasitesinin ve dayanıklılığının artırılmasına yönelik çalışmalar giderek bir bilim dalına dönüşmüş, sporcuların sahada kazandıkları başarılarında, kırdıkları rekorlarda multidisipliner yapılanması ile spor hekimliğinin önemi artırmıştır. Günümüzde artık sporcunun içtiği sıvıdan giydiği ayakkabıya kadar her etmen yoğun olarak araştırılmakta ve performanstaki en küçük bir artış için bile tahmin edilenin çok üzerinde çabalar sarfedilmektedir. Performansın sınırlarının zorlanması ile, performansın artırılması çabası, özellikle de sporcunun rakibinden çok, kendi kendisi ile olan yarışı; dokuların dayanıklılık sınırlarının sık sık aşılmasına neden olmaktadır. Spor karşılaşmaları sırasında her zaman rastlanılan, olağan yaralanmalara ek olarak artık daha farklı, daha zor iyileşen, daha önce hiç görülmemiş yaralanmalar ve sağlık sorunlarıyla da karşılaşmaya başlanmıştır.

Sporun farklı yaş gruplarında yaygınlaşması ile birlikte, çocuklarda aşırı spor aktivitesine bağlı olarak ortaya çıkan dirsek, bel, ayak bileği sorunları spor yaralanması ile uğraşan hekimleri artık şaşırtmamaktadır. Profesyonel sporcuların dışında yaygın bir yaş grubunda sportif aktivasyona bağlı sağlık sorunu görülme sıklığı ciddi şekilde artmıştır. Hekimler artık hastalarının hangi sporu yapmamı önerirsiniz, “hangi sıklıkta ne şiddette yapmalıyım, ergojenik destek maddesi kullanmalı mıyım ve özellikle sağlıklı bireylerin sporcu içeceği içmeli miyim, nasıl beslenmeliyim, performansımı nasıl artırabilirim” soruları ile karşı karşıya kalmaktadırlar.

Teknolojideki, yetişmekte zorluk çektiğimiz gelişmeler sonucu görüntüleme yöntemlerindeki kalite artışı ve zamanla elde edilen deneyim sayesinde eskiye oranla çok daha fazla hastalığa tanı konulabilir hale gelmiştir. Bununla birlikte, elimizdeki tedavi seçenekleri de giderek çeşitlenmiştir, tedavi sonuçlarının başarısı giderek yükselmeye başlamıştır. Kendine özel hastalıkları ve tedavi seçenekleri olan sporcu sağlığı ve spor yaralanmaları konusu ayrı bir bilim dalının hayat bulmasına sebep olmuştur. Ancak bütün bu gelişmelere rağmen hala yaralanmış bir eklemi ya da dokuyu ilk haline geri döndürmek mümkün olmamaktadır. Bu nedenle, sporcu sağlığında alanında ideal yaklaşım hala mesleğimizizin ustası Hipokrat’ın söylediği “*Hastalığın en güzel ilacı, o hastalıktan korunma çarelerini öğrenmektir*” cümlesinde saklıdır. Hem sporcuların sağlığını korumak çok önemli hem de sporu, koruyucu hekimliğin bir uygulaması olarak kullanmak ve yaygınlaştırmak çok değerlidir.

Tüm bu bilgiler ışığında “Klinik Gelişim” dergisinin bu okumakta olduğunuz özel sayısında, sporcu sağlığı ve spor yaralanmaları konusunda koruyucu hekimlik, performans hekimliği, teşhis ve tedavi edici hekimlik uygulamaları ile ilgili hem sporcu sağlığı hem de sporcu yaralanmaları alanlarındaki güncel bilgileri ve tartışma konularını olabildiğince kapsamlı bir şekilde sizlerle paylaşmayı hedefledik. Mümkün olabildiği kadar çok çeşitli konuyu, olabildiğince kısa ve anlaşılır bir şekilde sizlere aktarmaya çalıştık. Meslektaşlarımızın bu özel sayıda yer alan makaleleri zevkle okuyacaklarını ve cevap aradıkları sorulara tatmin edici yanıtlar bulabileceklerini ümit ediyoruz.

Sporcu yaralanmalarının tedavisi konusunda ne kadar ilerleme kaydederseniz edelim, ilk hedefimizin sağlığımızı kaybetmemek olduğunu unutmamalıyız. Türk ortopedi ve travmatolojisinin kurucusu Ord. Prof. Dr. Akif Şakir Şakar’ın, Prof. Dr. Münir Ahmet Sarpyener ile birlikte 66 yıl önce, 1943’te yayınladıkları ilk Türkçe spor yaralanmaları kitabının önsözünün son cümlesi bugün de geçerlidir: “*İşte spor, işte sağlık: spor ölçülü olarak yapıldığında sağlık, aksi takdirde felaket ve ölüm getirecektir.*”

Saygılarımızla,
Doç. Dr. Önder Kılıçoğlu
Doç. Dr. Bülent Bayraktar