

**Fiziyatrist Bakış Açısıyla**  
**KİNEZYOLOJİK**  
**BANTLAMA**  
**Kanıtı Dayalı Veriler Eşliğinde Pratik Uygulamalar**

**Editörler**

**Prof. Dr. Duygu GELER KÜLCÜ**

**Prof. Dr. Meltem VURAL**

**Yardımcı Editör**

**Doç. Dr. Fatih BAĞCIER**

**Hipokrat**  
**Yayıncılık**

© 2023 Fiziyatrist Bakış Açısıyla  
KİNEZYOLOJİK BANTLAMA  
Kanıtı Dayalı Veriler Eşliğinde Pratik Uygulamalar

ISBN: 978-625-6429-34-5

Tüm hakları saklıdır. 5846 ve 2936 sayılı Fikir ve Sanat Eserleri yasası gereği; bu kitabın basım, yayın ve satış hakları Hipokrat Yayınevi'ne aittir. Anılan kuruluşun izni alınmadan kitabın tümü ya da bölümleri mekanik, elektronik, fotokopi, manyetik kağıt ve/veya başka yöntemlerle çoğaltılamaz, basılamaz, dağıtılamaz. Tablo, şekil ve grafikler izin alınmadan, ticari amaçlı kullanılamaz. Bölümler içinde kullanılan resim ve bilgilerin sorumluluğu o bölümün yazar(lar)ına aittir.

Editörler

**Prof. Dr. Duygu GELER KÜLCÜ**  
**Prof. Dr. Meltem VURAL**

Yardımcı Editör

**Doç. Dr. Fatih BAĞCIER**

Yayıncı

**Hipokrat Yayınevi**

Grafik-Tasarım

**Hipokrat Grafik Tasarım**

Baskı - Cilt

**Ankara Özgür Matbaacılık Basım Yayın Dağ. San. Tic. A.Ş.**  
1250 Cadde No: 25 Ostim OSB Yenimahalle / Ankara

**Hipokrat**  
Yayıncılık

Süleyman Sırrı Cad. No:16/2 Sıhhiye  
Tel: (0312) 433 03 05 - 15 ANKARA  
[www.hipokratkitabevi.com](http://www.hipokratkitabevi.com)



# Önsöz

iii

Değerli Meslektaşlarımız,

Kinezyolojik bantlama, son yıllarda biz fiziyatristlerin günlük pratiğine girmiş, sıkça başvurduğumuz bir tedavi seçeneğidir. Kas iskelet sisteminin akut ve kronik ağrılı durumlarında, kaslarda güçsüzlük ve kas spazmında, ligaman instabilitele-  
rinde, sinir dokudan kaynaklı ağrı ve fonksiyonel kayıplarda, lenfödem tedavisinde, spor yaralanmalarında, pediatrik ve geriatrik yaş grubunda geniş bir kullanım alanına sahiptir. Uzmanlık öğrencilerinin eğitim süreçlerinde, çeşitli kurs ve toplantılarda kinezyolojik bantlama uygulamasıyla ve araştırma protokollerinin oluşturulmasıyla ilgili sık karşılaştığımız sorular neticesinde; kanıta dayalı ve güncel bilgiler çerçevesinde bir kaynak ihtiyacını karşılamak amacıyla bu kitabın yazılması fikri doğdu.

“Türkiye Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon Derneği Kinezyolojik Bantlama Çalışma Grubu”nun bir faaliyeti olarak; bu kitapla amaçlarımızdan biri sizlere kinezyolojik bantlamanın farklı alanlarda, farklı yöntemlerle etkinliğini irdeleyen güncel literatür verilerini sunmak, çalışma planlarken sizlere ışık tutmaktır. Diğer bir amacımız ise kinezyolojik bantlamanın mantığını kavramaya yardımcı olarak “Hastalık yoktur, hasta vardır” düsturuyula hangi hastada hangi uygulamayı yapabileceğinizi, bilimsel veriler, almış olduğunuz eğitim ve klinisyen kimliğinizle birlikte harmanlayarak kinezyolojik bantlama uygulamaları konusunda sizlere yol göstermektir. Her biri kendi alanlarında ve kinezyolojik bantlama konusunda deneyimli meslektaşlarımızla birlikte hazırladığımız bu kitabın genç fiziyatrist adaylarımız ve tüm fiziyatrist meslektaşlarımıza yararlı olmasını diliyoruz.

Sevgi ve saygılarımızla.

**Prof. Dr. Duygu GELER KÜLCÜ**  
*Editör*

**Prof. Dr. Meltem VURAL**  
*Editör*



# Katkıda Bulunanlar

## Editörler

**Duygu GELER KÜLCÜ, Prof. Dr.**

Sağlık Bilimleri Üniversitesi Haydarpaşa Numune Eğitim ve Araştırma Hastanesi, İstanbul

**Meltem VURAL, Prof. Dr.**

Sağlık Bilimleri Üniversitesi Bakırköy Dr. Sadi Konuk Eğitim ve Araştırma Hastanesi  
Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon Kliniği, İstanbul

## Yardımcı Editör

**Fatih BAĞCIER, Doç. Dr.**

Sağlık Bilimleri Üniversitesi Başakşehir Çam ve Sakura Şehir Hastanesi  
Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon Kliniği, İstanbul

## Yazarlar

**Arzu DİNÇ YAVAŞ, Dr. Öğr. Üyesi**

Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon Kliniği, İstanbul Aydın Üniversitesi Tıp Fakültesi, İstanbul

**Ayşe Duygu ŞİLTE KARAMANLIOĞLU, Uzm. Dr.**

SBÜ Fatih Sultan Mehmet Eğitim ve Araştırma Hastanesi  
Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon Kliniği, İstanbul

**Ayşegül DEMİRCİ ÇOBAN, Öğr. Gör. Uz. Dr.**

Atılım Üniversitesi, Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu  
Terapi ve Rehabilitasyon Bölümü, Fizyoterapi Programı

**Ayşegül KETENCİ, Prof. Dr.**

Koç Üniversitesi Tıp Fakültesi Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon AD.

**Ayşegül YAMAN, Uzm. Dr.**

Ankara Etlik Şehir Hastanesi, Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Hastanesi

**Banu AYDENİZ, Uzm. Dr.**

Sağlık Bilimleri Üniversitesi Bakırköy Dr. Sadi Konuk Eğitim ve Araştırma Hastanesi  
Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon Kliniği, İstanbul

**Belgin ERHAN, Prof. Dr.**

İstanbul Medeniyet Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon AD., İstanbul

**Berna GÜNAY, Uzm. Dr.**

Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Haydarpaşa Numune Sağlık Uygulama ve Araştırma Merkezi,  
Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon Kliniği, İstanbul

**Beyza ÖZTÜRK**

Sağlık Bilimleri Üniversitesi Başakşehir Çam ve Sakura Şehir Hastanesi  
Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon Kliniği, İstanbul

**Birkan SONEL TUR, Prof. Dr.**

Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon AD.

**Burcu YANIK, Prof. Dr.**

Ankara Bilkent Şehir Hastanesi, Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon Hastanesi

**Dilşad SİNDEL, Prof. Dr.**

İstanbul Üniversitesi, İstanbul Tıp Fakültesi, Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon AD. İstanbul

**Duygu GELER KÜLCÜ, Prof. Dr.**

Sağlık Bilimleri Üniversitesi Haydarpaşa Numune Eğitim ve Araştırma Hastanesi, İstanbul

**Elem YORULMAZ, Uzm. Dr.**

Sağlık Bilimleri Üniversitesi Haydarpaşa Numune Eğitim ve Araştırma Hastanesi, İstanbul

**Elzem BOLKAN GÜNAYDIN, Dr. Öğr. Üyesi**

Ufuk Üniversitesi Tıp Fakültesi, Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon AD.

**Emine Esra BİLİR, Uzm. Dr.**

Ankara Bilkent Şehir Hastanesi, Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon Hastanesi

**F. Deniz EVCİK, Prof. Dr.**

Güven Hastanesi Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon Bölümü, Ankara

**F. Figen AYHAN, Prof. Dr.**

Atılım Üniversitesi Tıp Fakültesi, Dahili Tıp Bilimleri, Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon AD.  
Medicana International Ankara Hastanesi, Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon Kliniği, Ankara

**F. Merih AKPINAR, Dr.**

İstanbul Üniversitesi, İstanbul Tıp Fakültesi, Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon AD., İstanbul

**Fatih BAĞCIER, Doç. Dr.**

Sağlık Bilimleri Üniversitesi Başakşehir Çam ve Sakura Şehir Hastanesi  
Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon Kliniği, İstanbul

**Feyza ÜNLÜ ÖZKAN, Prof. Dr.**

SBÜ Fatih Sultan Mehmet Eğitim ve Araştırma Hastanesi  
Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon Kliniği, İstanbul

**İşıl Fazilet KARTALOĞLU, Dr. Öğr. Üyesi Dr.**

Acıbadem Üniversitesi Tıp Fakültesi, Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon AD., İstanbul

**İlknur AKTAŞ, Prof. Dr.**

Sağlık Bilimleri Üniversitesi Fatih Sultan Mehmet Eğitim ve Araştırma Hastanesi  
Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon Kliniği, İstanbul

**İlknur SARAL, Dr. Öğr. Üyesi**

Bahçeşehir Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, İstanbul

**İrem Buse KURUCU ZEYTİN, Uzm. Dr.**

Bilecik Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon Kliniği

**İsmail Hakan AKBULUT, Dr.**

İstanbul Medeniyet Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon AD., İstanbul

**Mahir TOPALOĞLU, Uzm. Dr.**

Koç Üniversitesi Tıp Fakültesi Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon AD.

**Meliha KASAPOĞLU AKSOY, Doç. Dr.**

SBÜ Bursa Yüksek İhtisas Eğitim ve Araştırma Hastanesi FTR Kliniği

**Meltem VURAL, Prof. Dr.**

Sağlık Bilimleri Üniversitesi Bakırköy Dr. Sadi Konuk Eğitim ve Araştırma Hastanesi  
Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon Kliniği, İstanbul

**Murat ZİNNUROĞLU, Prof. Dr.**

Gazi Üniversitesi Tıp Fakültesi, Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon AD., Ankara

**Mustafa Hüseyin TEMEL, Uzm. Dr.**

Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon Kliniği, Üsküdar Devlet Hastanesi, İstanbul

**Nilgün MESÇİ, Doç. Dr.**

Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Haydarpaşa Numune Sağlık Uygulama ve Araştırma Merkezi,  
Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon Kliniği, İstanbul

**Pınar BORMAN, Prof. Dr.**

Ankara Bilkent Şehir Hastanesi, Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Hastanesi

**Reyhan ÇELİKER, Prof. Dr.**

Acıbadem Maslak Hastanesi, İstanbul

**Saime AY, Prof. Dr.**

Ufuk Üniversitesi Tıp Fakültesi Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon AD., Ankara

**Seçilay GÜNEŞ, Doç. Dr.**

Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon AD.

**Şebnem KOLDAŞ DOĞAN, Prof. Dr.**

Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Hamidiye Tıp Fakültesi  
Antalya Sağlık Uygulama ve Araştırma Merkezi, Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon Kliniği

**Tuncay ÇAKIR, Doç. Dr.**

Sağlık Bilimleri Üniversitesi Antalya Eğitim ve Araştırma Hastanesi  
Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon Bölümü, Antalya



# İçindekiler

ix

## Kısım I

### Kinezyolojik Bantlama Tedavisine Genel Bakış

#### Bölüm 1

#### **Kinezyolojik Bantlamaya Giriş ve Fizyolojik Etki Mekanizmaları .....3**

İŞİL FAZİLET KARTALOĞLU • REYHAN ÇELİKER

Giriş.....	3
Kinezyolojik Bantlamanın Fizyolojik Etkileri.....	5

#### Bölüm 2

#### **Kinezyolojik Bantlamada Hazırlık ve Uygulama Teknikleri.....11**

BERNA GÜNAY • NİLGÜN MESCİ

Giriş.....	11
Kinezyo Bant Özellikleri ve Tipleri.....	11
Uygulamada Temel Esaslar.....	12
Uygulama Teknikleri.....	17
Özet.....	23

#### Bölüm 3

#### **Kinezyo Bant Uygulamalarının Kontrendike Olduğu Durumlar ve Görülebilecek Yan Etkiler .....25**

ARZU DİNÇ YAVAŞ • MUSTAFA HÜSEYİN TEMEL

Kinezyo Bant Uygulamasının Kontrendike Olduğu Durumlar.....	25
Kinezyo Bant Uygulamasında Görülebilecek Yan Etkiler.....	26

**Bölüm 4****Sosyal Medyada Kinezyolojik Bantlama .....29**

MUSTAFA HÜSEYİN TEMEL • İLKNUR SARAL

**Kısım II****Kas-İskelet Sistemi Hastalıklarında Kinezyolojik Bantlama****Bölüm 5****Servikal Omurga Sorunlarında Kinezyolojik Bantlama .....39**

AYŞE DUYGU ŞİLTE KARAMANLIOĞLU • FEYZA ÜNLÜ ÖZKAN

Non Spesifik Boyun Ağrısı .....	40
Servikal Spondiloz .....	45
Travma ve Cerrahi Sonrası Boyun Ağrısı .....	46
Postür (Duruş) Bozuklukları .....	47
Miyofasyal Ağrı Sendromu .....	48
Servikal Bölgede Kinezyolojik Bantlama Teknikleri.....	50

**Bölüm 6****Lomber Omurga Sorunlarında Kinezyolojik Bantlama .....55**

AYŞEGÜL KETENÇİ • MAHİR TOPALOĞLU

Lomber Bölgeye Yönelik Kinezyolojik Bantlama Teknikleri.....	58
--	----

**Bölüm 7****Sakroiliak Eklem Disfonksiyonunda Kinezyolojik Bantlama .....65**

SAİME AY

Genel Bilgiler .....	65
Anatomi ve Biyomekanik.....	66
Kinezyo Bant Uygulama Teknikleri.....	67
Sakroiliak Eklem Kinezyolojik Bantlama Tekniği 1.....	68
Sakroiliak Eklem Kinezyolojik Bantlama Tekniği 2.....	68
Sakroiliak Eklem Kinezyolojik Bantlama Tekniği 3.....	70
Sakroiliak Eklem Kinezyolojik Bantlama Tekniği 4.....	71
Sakroiliak Eklem Kinezyolojik Bantlama Lenfatik Düzeltme Tekniği 5.....	73
Sakroiliak Eklem Kinezyolojik Bantlama Tekniği 6 (Frontal Düzlemde Pelvik Stabilite) .....	74
Sakroiliak Eklem Kinezyolojik Bantlama Tekniği 7.....	75

**Bölüm 8****Miyofasiyal Ağrı Sendromunda Kinezyolojik Bantlama .....77**

TUNCAY ÇAKIR • F. DENİZ EVCİK

Trapez Kası .....	78
Trapez Kası Kinezyolojik Bantlama .....	81
Levator Skapula Kası .....	85
Levator Skapula Kası Kinezyolojik Bantlama.....	86
Maseter Kası .....	87
Kas Stimülasyon (Fasilitasyon) Tekniği .....	88
Pektoralis Major Kası .....	89
Pektoralis Major Kası Kinezyolojik Bantlama.....	90
Sternokleidomastoid Kası.....	91
Kuadratus Lumborum Kası.....	93

**Bölüm 9****Kalça Sorunlarında Kinezyolojik Bantlama .....97**

ŞEBNEM KOLDAŞ DOĞAN

Genel Bilgiler .....	97
Kalça Osteoartriti (Koksartroz).....	98
İliotibial Bant Sendromu .....	104
Trokanterik Bursit .....	106
Adduktor Tendiniti .....	107
Hamstring Tendiniti .....	110

**Bölüm 10****Diz Eklemi Sorunlarında Kinezyolojik Bantlama ..... 115**

İREM BUSE KURUCU ZEYİN • İLKNUR AKTAS

Diz Osteoartritinde Kinezyolojik Bantlama .....	115
Total Diz Artroplastisi Sonrası Kinezyolojik Bantlama .....	120
Ön Çapraz Bağ Yaralanmalarında Kinezyolojik Bantlama.....	121
Ön Çapraz Bağ Rekonstrüksiyonu Sonrası Kinezyolojik Bantlama .....	122
Patellofemoral Ağrı Sendromunda Kinezyolojik Bantlama .....	124
Diz Eklemi Sorunlarında Sık Kullanılan Kinezyolojik Bantlama Teknikleri .....	127

**Bölüm 11****Omuz Kompleksi Ağrılarında Kinezyolojik Bantlama.....137**

BEYZA ÖZTÜRK • FATİH BAĞCIER

Omuz Bölgesinde Kinezyolojik Bantlama Uygulama Teknikleri .....	137
Omuz Kompleksi Ağrılarında Kinezyolojik Bantlama.....	157
Rotator Manşet Sendromu .....	157

Omuz İmpingement Sendromu.....	163
İnme Sonrası Gelişen Omuz Ağrısı.....	175
Skapular Diskinezi.....	180
Omuz Bölgesi İle İlgili Diğer Kinezyolojik Bantlama Uygulamaları.....	184

## Bölüm 12

### Aşırı Kullanım (Overuse) Yaralanmalarında Kinezyolojik Bantlama.....189

F. MERİH AKPINAR • DİLŞAD SİNDEL

Giriş.....	189
Lateral Epikondilit.....	190
Medial Epikondilit.....	196
El Bileği Burkulması.....	200
De Quervain Tenosinoviti.....	205
Patellar Tendinopati.....	208

## Bölüm 13

### Ayak-Ayak Bileği Sorunlarında Kinezyolojik Bantlama .....217

BURCU YANIK • EMİNE ESRA BİLİR

Giriş.....	217
Ayak ve Ayak Bilek Anatomisi.....	219
Kinezyolojik Bantlama Uygulama Önerileri.....	222

## Kısım III

### Nörolojik Hastalıklarda Kinezyolojik Bantlama

## Bölüm 14

### Hemiplejide Kinezyolojik Bantlama .....237

MELİHA KASAPOĞLU AKSOY

Hemiplejik Üst Ekstremitede Kinezyolojik Bantlama.....	237
Hemiplejik Omuzda Kinezyolojik Bantlama.....	238
Hemiplejik Kol, Ön Kol ve El Bölgesine Kinezyolojik Bantlama.....	240
Hemiplejik Omuzda Kinezyolojik Bantlama.....	241
Hemiplejik Ön Kola Kinezyolojik Bantlama Uygulaması.....	245
Hemiplejik Alt Ekstremitede.....	245
Hemiplejik Alt Ekstremitede Kinezyolojik Bantlama.....	248
Hemiplejik Hastada Gövde Bölgesine Kinezyolojik Bantlama.....	253
Hemiplejide Gövdeye Kinezyo Bant Uygulama.....	254
Sonuç.....	255

**Bölüm 15****Çocukluk Çağında Sık Görülen Kas İskelet Sistemi Sorunlarında Kinezyolojik Bantlama (Skolyoz, Brakiyal Pleksus Yaralanmaları, Konjenital Musküler Tortikollis) .....259**

SEÇİLAY GÜNEŞ • BİRKAN SONEL TUR

Skolyozda Kinezyolojik Bantlama .....	259
Skolyozda KB Uygulama Teknikleri .....	262
Obstetrik Brakiyal Pleksus Felci .....	266
İç Rotasyonda Omuz Duruşu İçin Kinezyolojik Bantlama .....	269
Kanat Skapula Duruşunda Kinezyolojik Bantlama .....	270
Dirsek Ekstansiyonunda Güçsüzlük İçin Kinezyolojik Bantlama .....	272
Ön Kol Supinasyonunda Güçsüzlükte Kinezyolojik Bantlama .....	273
Ön Kol Ekstansör Kas Güçsüzlüğünde Kinezyolojik Bantlama .....	274
Konjenital Müsküler Tortikollis .....	275
Konjenital Müsküler Tortikolise Yönelik Kinezyolojik Bantlama Uygulamaları .....	277

**Bölüm 16****Serebral Palside Kinezyolojik Bantlama .....283**

BİRKAN SONEL TUR

Üst Ekstremitte ve Ele Yönelik Uygulamalar .....	284
Gövdeye Yönelik Uygulamalar .....	286
Alt Ekstremitte ve Yürümeye Yönelik Uygulamalar .....	287
Diğer Uygulamalar: Salya Tedavisinde Kinezyolojik Bantlama .....	289
Üst Ekstremitte ve El Bölgesinde Uygulama Teknikleri .....	291

**Bölüm 17****Erişkin Spastisitesinde Kinezyolojik Bantlama .....301**

BELGİN ERHAN • İSMAİL HAKAN AKBULUT

Spastisite .....	301
Erişkin Spastisitesinde Kinezyolojik Bantlama Uygulamaları .....	302

**Bölüm 18****Tuzak Nöropatilerde Kinezyolojik Bantlama .....307**

ELZEM BOLKAN GÜNAYDIN • MURAT ZINNUROĞLU

Tuzak Nöropatiler .....	307
Kanıtı Dayalı Tıp Açısından Tuzak Nöropatilerde Kinezyolojik Bantlama .....	308
Tuzak Nöropatilerde Kinezyolojik Bantlama Teknikleri .....	314
Sonuç .....	324

## Kısım IV

### Spesifik Konularda Kinezyolojik Bantlama

#### Bölüm 19

#### Üst Ekstremitte Lenfödemde Kinezyolojik Bantlama .....329

MELTEM VURAL • BANU AYDENİZ

Üst Ekstremitte Lenfödemde Kinezyolojik Bantlamaya Hazırlık ve Uygulama.....	332
Üst Ekstremitte Lenfödemde Kullanılan Teknikler .....	332
Üst Ekstremitte Lenfödemde Skar Dokusuna Yönelik Uygulamalar .....	336

#### Bölüm 20

#### Alt Ekstremitte Lenfödemde Kinezyolojik Bantlama .....341

AYŞEGÜL YAMAN • PINAR BORMAN

Lenfödemde Kinezyolojik Bantlamada Dikkat Edilecek Hususlar .....	342
Teknik.....	342
Uygulama .....	343
Alt Ekstremitte Kinezyolojik Bantlama.....	347
Kinezyolojik Bantlamada Hasta Eğitimi .....	350

#### Bölüm 21

#### Gebelikte Görülen Kas-İskelet Sistemi Sorunlarında Kinezyolojik Bantlama .....353

ELEM YORULMAZ • DUYGU GELER KÜLCÜ

Literatürde Yer Alan Kinezyolojik Bantlama Endikasyonları.....	354
Kinezyo Bant Uygulama Teknikleri.....	357
Kinezyo Bant Uygulamalarının Sıklığı ve Süresi .....	360

#### Bölüm 22

#### Kompleks Bölgesel Ağrı Sendromunda Kinezyolojik Bantlama Uygulamaları.....363

F. FİGEN AYHAN • AYŞEGÜL DEMİRCİ ÇOBAN

Kinezyolojik Bantlama.....	364
----------------------------	-----

# Kısaltmalar

XV

ARAT	Action Research Arm Test
ARPANET	Araştırma Projeleri Ajansı Ağı
ASESS-100	Amerikan Omuz ve Dirsek Cerrahları Derneği Değerlendirmesi
BÖİS	Boyun Özürlülük İndeksi Skoru
CMS	Constant Murley Skoru
EHA	Eklem hareket açıklığı
EMG	Elektromiyografi EMG
ESWT	Ekstrakorporeal şok dalga tedavisi
GR	Geleneksel rehabilitasyon
HSS	Özel Cerrahi Hastanesi Skoru; The Hospital for Special Surgery Score
IASP	Uluslararası Ağrı Araştırmaları Derneği
IKDC	Uluslararası Diz Dokümantasyon Komitesi; International Knee Documentation Committee
İTB	İliotibial bant
KB	Kinezyolojik bantlama
KBAS	Kompleks bölgesel ağrı sendromu
KDT	Kompleks dekonjestif tedavi
KOOS	Diz incinme ve OA sonuç skoru; Knee injury and Osteoarthritis Outcome Scores
KPS	Kujala Patellofemoral Skorlama
LDSÖ	Lysholm Diz Skorlama Ölçeği
MAS	Modifiye Ashworth Skalası
MAS	Miyofasyal ağrı sendromu
MLD	Manuel lenfatik drenaj
MM	Mulligan's Mobilizasyonu
MRG	Manyetik rezonans görüntüleme
NSAİİ	Nonsteroidal antiinflamatuvar ilaçlar
NSBA	Non spesifik boyun ağrısı

NSP	Nottingham Sağlık Profili
OA	Osteoartrit
OSS	Oxford Omuz Skoru
ÖÇB	Ön çapraz bağ
PFAS	Patellofemoral ağrı sendromu
PNF	Proprioseptif nöromuskuler fasilitasyon
PPT	Basınç ağrı eşiği
PVAS	Basınç ağrı şiddeti skalası
Quick DASH	Kol Omuz ve El Sorunları Hızlı Anketi
RAI	Ritchie Artiküler İndeksi
SAÖ	Sayısal ağrı ölçeği
SF-12	Kısa Form-12
SF-36	Kısa Form-36
SİAS	Spina iliaka anterior süperior
SİE	Sakroiliak eklem
SİED	Sakroiliak eklem disfonksiyonu
SİPS	Spina iliaka posterior superior
SPADI	Omuz Ağrı ve Disabilite İndeksi
SSRQ	Subjektif Omuz Derecelendirme Anketi
SST	Basit omuz testi
TDA	Total diz artroplastisi
TE	Terapötik egzersiz
TENS	Transkutanöz elektriksel sinir stimülasyonu
TFL	Tensor fascia lata
UEFI	Üst Ekstremité Fonksiyonel İndeksi
USG	Ultrasonografi
VAS	Vizüel analog skala
Vİ	Vastus intermedius
VL	Vastus lateralis
VM	Vastus medialis
VMO	Vastus medialis obliquus
WOMAC	Western Ontario ve Mc Master Osteoartrit İndeksi
WORC	Western Ontario Omuz Manşeti İndeksi