

KAS VE İSKELET SİSTEMİ DEĞERLENDİRMELERİNDE ÖZEL TESTLER

Kanıtı Dayalı Yaklaşım

Dr. Öğr. Üyesi Dinçer CÜRE
Öğr. Gör. Ayşenur NAMLI ŞEKER

© 2024 KAS VE İSKELET SİSTEMİ DEĞERLENDİRMELERİNDE
ÖZEL TESTLER
Kanıta Dayalı Yaklaşım

ISBN: 978-625-6429-90-1

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.

Yazarlar

Dr. Öğr. Üyesi Dinçer CÜRE
Öğr. Gör. Ayşenur NAMLI ŞEKER

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





Özel testler, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon alanında çok önemli bir yere sahiptir. Türkiye’de yazılan Fizyoterapi ve Rehabilitasyon ile ilgili akademik kitaplarda özel testlere kısaca yer verilmiş, ancak kas ve iskelet sistemi değerlendirmelerinde bu testler derlenip *kanıta dayalı bir yaklaşımla* bir kitap haline getirilmemişti. Günümüzde, her ne kadar çoğu içeriğe internet vasıtasıyla erişebilesek de klinisyen olarak elimizin altında her zaman çoğu teste kolayca ulaşabilmemizi sağlayan kanıta dayalı bir *“özel testler”* kitabının bulunması gerekliliğine inanmaktayız.

Dolayısıyla, uzun çalışmalar sonucunda içeriği sadece özel testlerden oluşan, her bir testin uygulama yönteminin ve klinik öneminin açıklandığı, bilimsel kanıtlara dayandırılan bir kitap oluşturduk. Kitap içerisinde toplamda 123 farklı özel test ve bunlara ilave olarak da 22 test varyasyonu bulunmaktadır. Test şablonunu oluştururken kendimizi fizyoterapistlerin ve fizyoterapi ve rehabilitasyon bölümünde öğrenim gören öğrencilerin yerine koyduk ve bu şekilde de testlerin hangi bilgileri içermesi gerektiğini belirledik. Test şablonunun içerisine ise testin amacını, test pozisyonunu, testin uygulanışını, hangi bulgu veya semptomların pozitif bir teste işaret ettiğini, testin klinik önemini, duyarlılık ve özgüllüğünün ne boyutta olduğunu ve varsa testin bilinen varyasyonlarını ekledik. Özel testleri incelerken ve araştırırken bilimsel kaynaklardan bu bilgileri edinmeye özellikle dikkat ettik. Kitabı yazarken en çok dikkat ettiğimiz konulardan biri ise test resimleri oldu, çünkü fizyoterapistlerin ve özellikle de öğrencilerimizin bu testleri uygularken metinde yazılanlar ile resimde gördüklerini pekiştirerek testleri uygulayacaklarını düşünmekteyiz. Dolayısıyla, karmaşık görülen bazı testlere daha fazla resim ekleyip, test hareketlerini ok işaretleriyle göstermeye özen gösterdik.

Şimdi de bu emeğimizi siz sevgili fizyoterapistlerin ve fizyoterapi ve rehabilitasyon öğrencilerimizin hizmetine sunuyoruz. Umarız bu kitabımız sizlerin gerek eğitiminize gerekse klinik becerilerinize katkı sağlar ve daha da iyi bir klinisyen olmanıza vesile olur.

Dr. Öğr. Üyesi Dinçer CÜRE
Öğr. Gör. Ayşenur NAMLI ŞEKER



Bu kitabın yazılmasını mümkün kılanlara en derin şükranlarımı sunmak istiyorum.

Öncelikle kitabı yazarken yardım talep ettiğimde beni kırmayan ve kitabın bu hale gelmesinde canla başla çalışıp çok emek veren sevgili meslektaşım *Ayşenur NAMLI ŞEKER'e*,

Akademik etik değerlerini kendisinden öğrendiğim, kullandığı her kelimenin hayatıma kattığı önemini asla unutmayacağım, samimiyetini benden esirgemeyen ve bugünlere gelmemde büyük emeği olan saygıdeğer hocam Sayın *Prof. Dr. Tuncay Ercan SEPETCİOĞLU'na*,

Kendisini kısa bir sürede tanıyıp rağmen desteklerini benden esirgemeyen, yol gösterici olan ve fikirlerime her zaman saygı duyduğunu hissettiğim saygıdeğer Müdürüm Sayın *Doç. Dr. Serap GÖKÇE ESKİN'e*,

Yazım aşamasında beni teşvik edici sözleriyle iten *tüm meslektaşlarıma ve öğrencilerime*,

Desteklerini her zaman yanımda hissettiğim ve bu kitabı yazmamda dolaylı olarak da olsa katkıları olan *Nazilli Sağlık Hizmetleri MYO'nun çok değerli akademik ve idari personeline*,

Her bir testin görselleştirilmesinde emeği olan ve fotoğraflarının bilimin ışığında kullanılmasına izin veren *sevgili öğrencilerim Eren Ali, Aysima, Latife, Ali ve İsmail'e*,

Beni bu günlere sevgi ve saygı kelimelerinin anlamlarını bilecek şekilde yetiştirerek getiren ve benden hiçbir zaman desteğini esirgemeyen *anneme, babama ve ablama*,

Her ne kadar evde çıkardıkları gürültüyle kitabın gecikmesini sağlasalar da onlarsız bir hayatı düşünemediğim, varlıklarının bana huzur verdiği yavrularım *Ömer Eymen, Yusuf Enes ve Betül'üme*,

Yazım süresince tüm zorlukları benimle göğüsleyen, tüm gün bilgisayar başında olmama katlanan ve hayatımın her evresinde bana destek olan, hayattaki en büyük şansım olarak nitelendirdiğim hayat arkadaşım, *biricik eşim Kamile'me*,

Sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Dr. Öğr. Üyesi Dinçer CÜRE

Teşekkür



Öncelikle kitabımızın her aşamasında çok büyük emeği olan, kitap ile ilgili resim, görseller ve diğer tüm konularda her zaman yardımcı olan ve tüm çabası ile çalışan birlikte kitap yazmaktan çok keyif aldığım sevgili meslektaşım *Dr. Öğr. Üyesi Dinçer CÜRE'ye*,

Bilimsel olarak üretken olmamız için bizi her zaman destekleyen ve bunun için yardımcı olan çok kıymetli hocam *Sayın Prof. Dr. Tuncay Ercan SEPETCİOĞLU'na*,

Bilimsel çalışmalarımız ilgili bizi destekleyen, yol gösteren, fikir üreten, kitabımız ile ilgili bize yardımcı olan çok değerli müdürüm *Sayın Doç. Dr. Serap Gökçe ESKİN'e*,

Değerli görüşlerini her zaman benimle paylaşan, çalışkanlığı ve azmini örnek alacağım, bilimsel açıdan beni geliştiren ve her zaman bana destek olan benim için çok kıymetli olan saygıdeğer danışman hocam *Sayın Doç. Dr. Saime Nilay Arman'a*,

Kitap yazım sürecinde bize destek olan Nazilli Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu *akademik ve idari personeline*,

Kitabın basılma sürecindeki katkı ve yardımlarından dolayı *Hipokrat Kitabevine ve değerli çalışanlarına*,

Kitabımızın görsellerinin oluşturulmasını sağlayan ve bilime katkı sunma amacıyla görsellerin kullanılmasına izin veren, bize yardımcı olan sevgili öğrencilerimiz *Aysima, Eren Ali, Latife, Ali ve İsmail'e*,

Her zaman destekçim olan, beni bugünlere sevgi ve saygı ile getiren *canım aileme*,

Kitap yazım sürecinde her aşamada yanımda olan, zorlukları kolaylaştıran ve beni her zaman iyiye yönlendiren, bilimsel açıdan gelişmeye katkı sağlamak için her koşulda destek olan *canım eşim Kadir'e*,

Sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Öğr. Gör. Ayşenur NAMLI ŞEKER



Özgeçmiş

Dr. Öğr. Üyesi Dinçer CÜRE

İlk ve Ortaöğretimini Edirne'nin Uzunköprü ilçesinde, Lise eğitimini ise Amerika Birleşik Devletleri'nde tamamlamıştır (Rochester, New York). Lisans eğitimini 2008 yılında Buffalo Üniversitesinde, Bütünleşik Doktora eğitimini ise 2012 yılında D'Youville Üniversitesinde tamamlamıştır. Mezuniyet sonrasında yaklaşık bir yıl kadar (2012-2013) Rochester Üniversitesi - Strong Memorial Hastanesinde *Katı Organ Nakli ve Cerrahi Yoğun Bakım Ünitelerinin* sorumlu fizyoterapisti olarak görev yaptıktan sonra 2013 yılında Türkiye'ye kesin dönüş yapmıştır. Türkiye'de ise Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi, Özel Hastane ve Ayak Sağlığı Merkezlerinde Fizyoterapist olarak çalışmış ve 2020 yılından beri Aydın Adnan Menderes Üniversitesi - Nazilli Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu Fizyoterapi Programında Doktor Öğretim Üyesi olarak çalışmaktadır. Özel ilgi alanlarını Ağrı Nörobilim Eğitimi ve İnsan Hareket Bilimi konuları oluşturmaktadır.



Öğr. Gör. Ayşenur NAMLI ŞEKER

İlk ve ortaöğretimini Aydın'ın Çine ilçesinde tamamlamıştır. Lise eğitimini Çine Anadolu Öğretmen Lisesinde almıştır. Lisans eğitimini 2018 yılında Nuh Naci Yazgan Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü birincisi olarak bitirmiştir. Yüksek lisans eğitimini ise İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon (Tezli) Yüksek Lisans Programında tamamlamıştır. Doktora eğitimine İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Doktora programında devam etmektedir. Mezun olduktan sonra araştırma görevlisi ve öğretim görevlisi olarak çalışmıştır. Şu anda Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Nazilli Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu, Podoloji Programında öğretim görevlisi olarak çalışmaktadır. Özel ilgi alanları çocuk romatoloji, ergonomi ve ayak sağlığından oluşmaktadır.



Giriş.....1

Bölüm 1

OMUZ BÖLGESİ.....3

Speed Testi	4
Yergason Testi.....	6
Empty ve Full Can Testi (Jobe's/Skapsiyon Testi)	8
Eksternal Rotasyon Yetmezlik Belirtisi	10
İnternal Rotasyon Yetmezlik Belirtisi	12
Neer Testi	14
Hawkins – Kennedy Testi	16
İnternal Rotasyon Dirençli Kuvvet Testi	18
Posterior Sıkışma (Impingement) Testi.....	20
Crank Testi.....	22
Biseps Yükleme II Testi.....	24
Anterior Kaydırma Testi	26
Slap Prehensiyon (Direksiyon) Testi.....	28
Apprehensiyon (Korku/Endişe) ve Relokasyon Testi	30
Yükleme ve Kaydırma Testi	32
Norwood Stres Testi	34
Sulkus İşareti.....	36
Aktif Kompresyon Testi (O'Brien Testi)	38
Çapraz Kol Addüksiyon Testi (Scarf Testi).....	40
Akromiyoklavikular Makaslama/Kesme Testi	42

Bölüm 2

DİRSEK BÖLGESİ47

Cozen Testi (Lateral Epikondilit – Tenisçi Dirseği)	48
Mill Testi (Lateral Epikondilit – Tenisçi Dirseği)	50
Maudsley Testi (Lateral Epikondilit – Tenisçi Dirseği)	52
Tenisçi Dirseği Testi	54
Golfçü Dirseği Testi	56
Valgus İnstabilite Testi.....	58
Hareketli Valgus İnstabilite Testi	60



Varus İnstabilite Testi	62
Lateral Pivot Shift (Kayma) Testi	64
Ayağa Kalkma Testi	66
Tinel İşareti	68
Basınç Provokasyon Testi	70
Ulnar Sinir Fleksiyon Testi (Dirsek Fleksiyon Testi)	72
Çimdik Testi (Ok İşareti)	74
Biceps Sıkma Testi	76

Bölüm 3

EL VE EL BİLEĞİ BÖLGESİ.....79

Piano Tuşu Testi	80
Skafoid Kaydırma Testi (Watson Testi)	82
Lunotrikuetral Stres Testi (Reagan Testi)	84
Kapitatum Korku Testi (Kapitatum Yer Değiştirme Testi)	86
Triangular Fibrokartilaj Kompleksi Yükleme Testi (Sharpey Testi)	88
Başparmak Ezme (Grind) Testi	90
Başparmak Ulnar Kollateral Ligament Laksite/İnstabilite Testi	92
Finkelstein Testi	94
Phalen Testi	96
Tinel İşareti	98

Bölüm 4

SERVİKAL BÖLGE103

Alar Ligament Testi	104
Bakody Testi	106
Servikal Distraksiyon Testi	108
Servikal Rotasyon Lateral Fleksiyon Testi	110
Kranio-Servikal Fleksiyon Testi	112
Derin Servikal Fleksörleri Dayanıklılık Testi	114
Posterior-Anterior Segmental Mobilite Testi	116
Sharp-Purser Testi	118
Spurling Testi	120
Transvers Ligament Testi	122
Üst Ekstremitte Gerilim Testleri (ÜEGT)	124
Üst Ekstremitte Gerilim Testi (ÜEGT) - Median Sinir	124
Üst Ekstremitte Gerilim Testi (ÜEGT) - Radial Sinir	126
Üst Ekstremitte Gerilim Testi (ÜEGT) - Ulnar Sinir	128
Vertebral Arter Testi	130



Bölüm 5

TORASİK BÖLGE 133

Adam's Forward Bend (Öne Eğilme) Testi	134
Pasif Boyun Fleksiyon Testi	136
Torasik Kompresyon Testi.....	138
Torasik Distraksiyon (Dekompresyon) Testi.....	140
Torasik Foraminal Kapatma Testi.....	142

Bölüm 6

LUMBAR BÖLGE 145

Düz Bacak Kaldırma Testi.....	146
Çapraz Düz Bacak Kaldırma Testi	146
Lumbar Quadrant Testi (Kemp Testi).....	150
Gower İşareti/Bulgusu.....	152
Prone İnstabilite Testi	154
Pasif Lumbar Ekstansiyon Testi	156
Tek Ayak Üstünde Durma (Stork Duruşu) Ekstansiyon Testi.....	158
Slump Test.....	160

Bölüm 7

KALÇA BÖLGESİ 163

Fadır (Fleksiyon, Adduksiyon, İç Rotasyon) Testi.....	164
McCarthy Testi	166
Anterior Labral Testi	168
Posterior Labral Testi	170
Faber Testi	172
Thomas Testi	174
Ober Testi	176
Trendelenburg Testi.....	178
Craig's Testi	180
Kalça İşareti.....	182
Kalça Quadrant/Scour Testi	184
Kalça Dial Testi	186
Gillet Testi.....	188
Alternatif Gillet Testi.....	190
Fortin's Testi	192
Gaenslen Testi	194
Posterior Shear (Posh) Testi.....	196
Dirençli Abdüksiyon Testi	198
Sakral Thrust (Clearing) Testi.....	200



Oturma Pozisyonunda Öne Fleksiyon Testi.....	202
Ayakta Öne Fleksiyon Testi.....	204
Sakroiliak Eklem Kompresyon Testi.....	206
Sakroiliak Eklem Distraksiyon Testi.....	208

Bölüm 8

DİZ BÖLGESİ.....211

Valgus Stres Testi.....	212
Varus Stres Testi.....	214
Ön Çekmece Testi.....	216
Arka Çekmece Testi.....	218
Lachman Testi.....	220
Slocum Test-I.....	222
Slocum Test-II.....	224
Pivot Shift (Kaydırma) Testi.....	226
Dial Testi.....	228
Eksternal Rotasyon Rekurvatum Test.....	230
Apley Testi.....	232
McMurray Testi.....	234
Ağırılık Aktarma/Rotasyon Menisküs Testi.....	236
McConnel Testi.....	238
Patellar Korku Testi.....	240
Patellar Grind (Öğütme) Testi.....	242
Noble Sıkıştırma Testi.....	244
Mediopatellar Plika Testi.....	246

Bölüm 9

AYAK ve AYAK BİLEĞİ BÖLGESİ.....251

Anterior Talofibular Ligament Stres Testi.....	252
Kalkaneofibular Ligament Stres Testi.....	254
Kalkaneokuboid Ligament Stres Testi.....	256
Medial Kollateral Ligament Stres Testi.....	258
Eksternal Rotasyon Stres Testi.....	260
Talar Tilt Testi.....	262
Çekmece Testi.....	264
Thompson Testi.....	266
Peroneal Subluksasyon Testi.....	268
Metatarsal Sıkıştırma Testi.....	270

Kısaltmalar



AÇB	Arka Çapraz Bağ
AKE	Akromioklavikular Eklem
APL	Abdüktör Pollisis Longus
ATFL	Anterior Talofibular Ligament
EPB	Ekstansör Pollisis Brevis
ER	Eksternal Rotasyon
FADIR	Fleksiyon, Adduksiyon, İç rotasyon
ITB	İliotibial Bant
IR	İnternal Rotasyon
İRUE	İnferior Radio-Ulnar Eklem
KFL	Kalkaneofibüler Ligament
KKL	Kalkaneokuboid Ligament
KTS	Karpal Tünel Sendromu
KMK	Karpometakarpal
LKL	Lateral Kollateral Ligament
MKL	Medial Kollateral Ligament
MKF	Metakarpofalangeal
ÖÇB	Ön Çapraz Bağ
PLRİ	Posterolateral Rotasyonel İnstabilite
P-A	Posteriordan Anteriora
RKL	Lateral/Radial Kollateral Ligament
SIAS	Spina İliaka Anterior Süperior
SIPS	Spina İliaka Posterior Süperior
SLAP	Süperior Labrum Anterior Posterior
TFCC	Triangular Fibrokartilaj Kompleks
UKL	Medial/Ulnar Kollateral Ligament
ÜEGT	Üst Ekstremitte Gerilim Testi

