

### AŞIRI EL TERLEMESİ

Aşır terleme şikayeti olanlarda en sık görülen yer ellerdir. Eldeki aşırı terlemeler belirgin olup kişiyi çok rahatsız edebilmektedir. Aşırı el terlemesi olan kişiler kendilerine özgü davranışları ile bunu toplumdan hatta en yakınlarından bile saklamaya çalışmaktadır. Aşırı el terlemesi nedeniyle hem sosyal hayatta hem de iş hayatında belirgin sıkıntı çekmektedirler.

Özellikle aşırı el terlemesi nedeniyle el sıkışamamaktadır. Karşı tarafla iletişimine bir soğukluk girmektedir. Bu aşırı terlemelere nedeniyle asosyal bir yapıya girmektedirler. Ayrıca iş ortamında veya okulda iseler aşırı el terlemesi nedeniyle yazı yazamamaktalar. Bu da kişiyi zora sokmakta ve yormaktadır. Bunların dışında günlük aktivitelerde aşırı el terlemeleri kişileri zor durumlar da bırakmaktadır. Bunlar araba direksiyonu tutamama, bardak tutamama vs gibi. Sonuç olarak aşırı el terlemeleri kişilerin hiç istemediği ve biran önce kurtulmak istediği terleme çeşitidir. Eldeki aşırı terlemeler ile beraber başka bölgelerinde de aşırı terlemeler olabilmektedir. Genelde ayakta aşırı terleme ile beraber olur.

Bunun dışında koltuklatı, yüz veya genel vücut aşırı terlemesi de olmaktadır. Birkaç yerde aşırı terlemesi olan kişiler genelde eldeki aşırı terlemeyi öne çıkarırlar. Dikkatli bir hikaye ve muayene yapıldığında aşırı el terlemesi olan çoğu insanda başka yerlerinde de aşırı terleme olduğu farkedilir. Bunların yanısıra aşırı el terlemesi olan hastalarda beraberinde ellerde üşüme vardır. Bu üşüme yaz kış olmaktadır. Bu soğukluk aşırı el terlemesine bağlı olabilmekle beraber esasen aşırı el terlemesine sebep olan sempatik hiperaktivite sonucu ele giden damarlarda büzüşme sonrası kanın parmaklara az gitmesi neticesinde üşüme olmaktadır. Aşırı el terlemesinde çok çeşitli tedavi seçenekleri mevcuttur. Ancak su damlama şeklinde olan ve elinin izi çıkacak şekilde olan terlemelerde klipsli ETS denilen sempatektomi metodu kalıcı ve başarı oranı yüksek tedavi metodudur. Klipsli ETS ile yapılan sempatektomi işlemi sonrasında başarı oranı %100 e yakındır. Klipsli ETS ile yapılan sempatektomi ile hem eldeki aşırı terleme geçmektedir hem de varsa eldeki üşümede geçmektedir. Klipsli ETS ile yapılan sempatektomi işlemi genel anestezi altında yapılmaktadır. Sempatektomi işlemi iki el için toplam 30 dk içinde

## El Terlemesi

Prof. Dr. Serdar HAN tarafından yazıldı.

Cumartesi, 01 Ocak 2011 12:34 - Son Güncelleme Perşembe, 14 Temmuz 2022 14:35

---

yapılabilmektedir. Hastanın yatağına gelmesi toplamda bir saati bulmaktadır. Hastalarımızın çoğu aynı gün taburcu edilmektedir. İşe başlamaları yaklaşık 2-7 gün içinde olmaktadır. Klipsli ETS ile yapılan sempatektominin etkisi ameliyattan çıkıp yatağına geldiği andan itibaren görülmektedir. Bu etki artık geçici değildir ve uzun yıllar böyle devam etmektedir. Klipsli ETS ile sempatektomi yapılan bazı aşırı el terlemesi olan hastalarımızda ilk hafta içinde birkez veya birkaç defa terlem olabiliyor ama bu geçici bir terleme niteliğinde olup devam eden günlerde olmamaktadır. Aşırı el terlemesi olan hastalarda klipsli ETS ile sempatektomi işleminden sonra bilmesi gereken iki konu vardır. Bunlardan en önemlisi artık aşırı el terlemesinden kesin olarak kurtulacakları ve varsa el üşümelerinin de geçeceği. Diğer de klipsli ETS ile yapılan sempatektomiye bağlı yan etkilerdir. Klipsli ETS ile yapılan sempatektomi işlemine ait ilk yan etki ameliyattan sonra başlayan göğüs ağrıları ve batma şikayetidir. Bu şikayetleri anestezi den ilk uyanma döneminde biraz fazla olduğu ifade edilmektedir. Bazıları o dönemde derin nefes alamamaktan yakınır. Bütün bunlar ilerleyen saatler içinde belirgin olarak azalır. Hastalar 4 saat sonra yemeklerini yedikten sonra şikayetleri belirgin olarak gerilemiştir. Bazı hastalarımız klipsli ETS ile yapılan sempatektomi işleminin o kadar da ağrı vermediğini ifade ederler. Sonuçta ağrı kişiye özgü algılamalar olduğu için farklılıklar göstermektedir. Her ne olursa olsun bütün ağrı şikayetleri klipsli ETS ile sempatektomi yapılan olgularda geçmektedir. Bazı durumlarda bu ağrılar kişiye değişkenlik göstererek 1 hafta ile 1 ay arasında değişmektedir. Ancak bu ağrılar işi ve hareketleri engelleyecek şekilde değildir. İlaçla çok rahatlamaktadırlar. Bunun yanısıra çok uzun yıllar çektiği ve müzdarip olduğu aşırı el terlemesinin geçmesi hastayı çok mutlu etmektedir. Bu mutluluk çoğu hastada ağrısını bile unutturmaktadır. Aşırı el terlemesine yapılan klipsli ETS ile sempatektomide bilinmesi gereken diğer husus refleks terlemedir. Aşırı terleme sonucu yapılan klipsli ETS ile yapılan sempatektomi sonrasında hastaların ilk başta hastaların tama yakınında vücudunun başka yerlerinde ki bunlar gövde ,sırt, göğüs, kalça, bacak araları ve katları yerlerinde terleme de artış olmaktadır. İlerleyen zamanlarda kişiye göre değişkenlik göstermekle beraber bu refleks terlemeler azalmaktadır. Ancak hastaları bazılarında bu terleme miktarı aynen devam edebilmektedir. Bu refleks terlemenin kimde başlayacağı ve kimlerde kalıcı olacağı ön değrlendirmelerle şuan için bilmemiz mümkün olamamaktadır. Bilindiği üzere terlemek vücudumuz için önemlidir. Bu nedenle biz zaten klipsli ETS ile sempatektomi işlemi ile bütün terlemeleri kesmiyoruz. Bu nedenle uzun yıllar aşırı terleyen eller 30 dk gibi kısa sürede yapılan klipsli ETS ile kesilmesini takiben vucut terlemek için başka bölge arayacaktır. Buradaki açığı başka bölgeden çıkarmak isteyecektir. Bu nedenle refleks terleme başlar. Ancak çoğu hasta da refleks terleme normale döner. Az bir kısmında istemediği miktarda ve yerde refleks terleme devam eder. Refleks olarak aşırı terlemesi devam eden kişilerde de diğer alternatif tedavilerle bu aşırı terlemeler kontrol altına alınmaya çalışılır.