

# Mastektomi Sonrası Alarm: Postüral Bozukluklar

## Alarm After Mastectomy: Postural Disorders

 Serkan KABLANOĞLU<sup>a</sup>,  Selime Ilgın SADE<sup>a</sup>

<sup>a</sup>Kocaeli Üniversitesi Tıp Fakültesi, Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon AD, Kocaeli, Türkiye

**Anahtar Kelimeler:** Mastektomi; postür; egzersiz

**Keywords:** Mastectomy; posture; exercise

Sayın Editör,

Meme kanseri tedavisinde sıklıkla uygulanan mastektomi, kritik bir cerrahi işlem olmasına rağmen ameliyat sonrası bazı uzun vadeli komplikasyonlara neden olabilir. Bu komplikasyonlardan biri olan postüral bozukluklar, hastalarda kronik ağrıya sebep olabilmekte, fiziksel ve psikolojik sağlığı olumsuz yönde etkileyebilmektedir.<sup>1</sup> Bu yazıda mastektomi sonrası postüral bozukluklarda yönetim stratejileri ve fiziksel tıp ve rehabilitasyon hekimlerinin rolüne odaklanarak bu konuda farkındalık yaratmanın önemi vurgulamak istedik.

Mastektomi sonrası gelişen postür bozuklukları, genellikle pektoral kasların dengesizliği, skapular diskinetik hareketler ve omurga hizalanmasındaki değişiklikler sonucu ortaya çıkmaktadır.<sup>2</sup> Mastektomi sonrası erken dönemde, cerrahi müdahale ve beraberinde gelen ağrı, ödem ve yara iyileşmesi süreçleri, hastaların omuz ve göğüs bölgelerini koruma refleksi

geliştirmelerine yol açar. Bu koruma refleksi, hastaların omuzlarını öne ve içe doğru çekerek, pektoral kaslarda kısılma ve zayıflamaya neden olur. Bu adaptif postüral değişiklikler, zamanla torakal kifozun artmasına ve skapular diskinetik hareketlerin gelişmesine yol açar. Spesifik olarak, pektoral kasların zayıflaması ve kasılma yeteneğinin azalması, omuzda protraksiyon ve internal rotasyon gibi kompensatuar mekanizmalara neden olarak postüral asimetri oluşturur.<sup>3</sup>

Bu bozukluklar, genellikle mastektomiden sonraki ilk birkaç ay içinde ortaya çıkmaya başlar. Hastalar, postoperatif dönemde omuz ve göğüs bölgesinde ağrı, sertlik ve hareket kısıtlılığı gibi semptomlar bildirmeye başlarlar.<sup>4</sup> Postür bozuklukları zamanla kronik hâle gelerek boyun, omuz ve sırt ağrısına yol açabilir ve bu durum, hastaların günlük yaşam aktivitelerini kısıtlayarak yaşam kalitesini olumsuz yönde etkiler. Ayrıca kozmetik problemlere

**KAYNAK GÖSTERMEK İÇİN:**

Kablanoğlu S, Sade SI. Mastektomi Sonrası Alarm: Postüral Bozukluklar. Türkiye Klinikleri Fiziksel Tıp Ve Rehabilitasyon Bilimleri Dergisi. 2025;28(1):110-1.

**Correspondence:** Serkan KABLANOĞLU

Kocaeli Üniversitesi Tıp Fakültesi, Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon AD, Kocaeli, Türkiye

**E-mail:** skaplanoglu00@gmail.com

Peer review under responsibility of Journal of Physical Medicine and Rehabilitation Science.

**Received:** 28 Jun 2024

**Received in revised form:** 11 Sep 2024

**Accepted:** 17 Sep 2024

**Available online:** 23 Sep 2024

1307-7384 / Copyright © 2025 Turkey Association of Physical Medicine and Rehabilitation Specialist Physicians. Production and hosting by Türkiye Klinikleri.

This is an open access article under the CC BY-NC-ND license (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>).



sebepler olarak kişinin ruh sağlığı üzerinde de olumsuz etkileri olur.

Mastektomi sonrası dönemde, postür bozukluklarının yönetiminde erken müdahale büyük önem taşımaktadır. Literatürde, mastektomi sonrası postür bozukluklarının yönetiminde erken dönemde başlanan rehabilitasyon programlarının etkinliği vurgulanmaktadır. Özellikle, pektoral kasları germe ve skapular stabilizasyon egzersizleri, postürel eğitim ve kuvvetlendirme egzersizleri, bu hastaların tedavisinde önemli rol oynamaktadır. Multidisipliner bir yaklaşım ile hastaların cerrahi sonrası dönemde düzenli takip edilmesi ve bireyselleştirilmiş rehabilitasyon programlarının uygulanması, postürel bozuklukların önlenmesinde kritik öneme sahiptir.<sup>5</sup>

Sonuç olarak, mastektomi sonrası gelişen postür bozukluklarının önlenmesi ve yönetimi, hasta bakımının bütüncül bir yaklaşımla ele alınmasını zorunlu kılmaktadır. Bu bağlamda, fiziksel tıp ve rehabilitas-

yon hekimlerinin bu süreçteki rolü son derece kritiktir. Hastaların cerrahi sonrası dönemde düzenli takip edilmesi, bireyselleştirilmiş rehabilitasyon programlarının oluşturulması ve uygulanan tedavi yöntemlerinin etkinliğinin değerlendirilmesi konusunda merkezi bir rol üstlenirler.

#### **Finansal Kaynak**

*Bu çalışma sırasında, yapılan araştırma konusu ile ilgili doğrudan bağlantısı bulunan herhangi bir ilaç firmasından, tıbbi alet, gereç ve malzeme sağlayan ve/veya üreten bir firma veya herhangi bir ticari firmadan, çalışmanın değerlendirme sürecinde, çalışma ile ilgili verilecek kararı olumsuz etkileyebilecek maddi ve/veya manevi herhangi bir destek alınmamıştır.*

#### **Çıkar Çatışması**

*Bu çalışma ile ilgili olarak yazarların ve/veya aile bireylerinin çıkar çatışması potansiyeli olabilecek bilimsel ve tıbbi komite üyeliği veya üyeleri ile ilişkisi, danışmanlık, bilirkişilik, herhangi bir firmada çalışma durumu, hissedarlık ve benzer durumları yoktur.*

## KAYNAKLAR

1. Mangone M, Bernetti A, Agostini F, et al. Changes in spine alignment and postural balance after breast cancer surgery: a rehabilitative point of view. *Biores Open Access*. 2019;8:121-8. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)] [[PMC](#)]
2. Liu R, Xie H, Wang Y, et al. Impact of unilateral mastectomy on body posture: a prospective longitudinal observational study. *Asia Pac J Oncol Nurs*. 2023;11:100336. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)] [[PMC](#)]
3. Malicka I, Barczyk K, Hanuszkiewicz J, et al. Body posture of women after breast cancer treatment. *Ortop Traumatol Rehabil*. 2010;12:353-61. English, Polish. [[PubMed](#)]
4. Atanes Mendes Peres AC, Dias de Oliveira Latorre MD, Yugo Maesaka J, et al. Body posture after mastectomy: comparison between immediate breast reconstruction versus mastectomy alone. *Physiother Res Int*. 2017;22. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)]
5. Jeong JH, Choi B, Chang SY, et al. The effect of immediate breast reconstruction on thoracic spine alignment after unilateral mastectomy. *Clin Breast Cancer*. 2018;18:214-9. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)]