

<http://1.beritasatu.com/1health/id/article/detail/jangan-hiraukan-bahaya-rematik-197.html>

## Jangan Hiraukan Bahaya Rematik!

Posted on 24 Oktober 2014 18:20:09

Category **Info Kesehatan**

Author **Ilhamdi**



Rematik bisa melumpuhkan sendi-sendi tubuh Anda (Flickr/Handarmoc)

Tanpa disadari kita sering menghiraukan penyakit rematik yang salah satunya adalah *Arthritis Reumatoid* (AR). AR adalah penyakit *autoimun* (penyakit yang terjadi pada saat tubuh diserang oleh sistem kekebalan tubuhnya sendiri) yang mengakibatkan peradangan dalam waktu lama pada sendi, yang merupakan bagian dari rematik.

Diawali dengan persendian yang terasa kaku dan bisa berujung pada kelumpuhan permanen. Anda perlu mendeteksi secara dini penyakit ini secara dini agar dilakukan tindakan-tindakan pencegahan yang membuat tubuh tetap bisa beraktivitas.

Prof. DR. dr. Handono Kalim, SpPD KR, kepala Editorial Board Asia Pacific League Against Rheumatism Journal Of Rheumatology mengatakan bahwa penyakit ini bisa terjadi pada siapa pun baik itu Pria dan juga Wanita. Ditambahkan juga, bahwa selama ini sering kali terjadi kesalahan diagnosa dalam menghadapi penyakit ini.

“Beberapa gejala awal yang bisa di deteksi adalah tanda-tanda peradangan seperti warna tangan berwarna merah, sendi-sendi tangan menjadi bengkak dan bagian tangan terasa hangat” ujar Prof Handono.

Beberapa pola hidup yang tidak sehat sering menjadi penyebabnya. Pola makan yang tidak seimbang, jarang berolahraga, dan wanita yang merokok bisa menyebabkan peradangan sendi dan mengakibatkan *Arthritis Reumatoid*.

Meskipun penyakit ini tidak menular, namun sangat disarankan untuk sesegera mungkin melakukan pemeriksaan yang dapat membantu penderita yang terkena *Arthritis Reumatoid*.

Sebagai salah satu jenis rematik, Prof Handono mengatakan bahwa asam urat bukanlah penyebab utama dari *Arthritis Reumatoid*. Hal yang sama juga berlaku ketika beberapa mitos tentang mandi di malam hari dan masuk angin bukanlah bagian awal dari rematik. “Hanya perlu mewaspadaai ketika sendi sudah menjadi merah dan bengkak, karena hal tersebut merupakan awal dari kerusakan sendi yang berujung pada rematik” tambah Prof. Handono.

Penderita *Arthritis Reumatoid* yang membiarkan penyakit ini terus berlanjut akan berada dalam tahapan dua tahun gangguan biasa, lima tahun gangguan berat yang bisa menyebabkan gangguan sendi, dan 10 tahun gangguan berat yang bahkan bisa membuat tubuh menjadi lumpuh.

Menurut Prof Handono jika *Arthritis Reumatoid* terus dibiarkan dan dianggap tidak serius akan menurunkan kualitas hidup seseorang. Setiap aktivitas akan menjadi terganggu dan tidak akan terasa nyaman dalam bersosialisasi.

### **Arthritis Reumatoid tidak bisa disembuhkan**

penyakit ini dapat dicegah dengan pola hidup sehat. Bagi yang sudah terkena *Arthritis Reumatoid* diharapkan untuk segera berkonsultasi dengan dokter untuk mengetahui seberapa besar penyakit ini mempengaruhi sendi tubuh.

Prof Handono juga menambahkan, saat ini tersedia terapi yang dapat meredakan bahkan menghilangkan keluhan dan dapat membuat penderita melakukan aktivitas harian seperti orang normal lainnya. Sementara itu agar sendi tidak mengalami kerusakan permanen, pada umumnya Dokter akan memulai terapi dengan obat.

Jangan lupa untuk selalu periksa dan jaga kesehatan ya *Healthy-wans*