

<http://lifestyle.okezone.com/read/2014/10/25/481/1056839/penderita-rematik-tidak-boleh-dimanjakan>

Penderita Rematik Tidak Boleh Dimanjakan

Sabtu, 25 Oktober 2014 - 15:36 wib |

Erika Kurnia - Okezone

Remarik jangan dimanjakan (Foto: Healthmeup)



REMATIK adalah salah satu penyakit yang umumnya menyebabkan nyeri di persendian alat gerak. Rasa sakit yang ditimbulkan sering kali membuat penderita dimanjakan karena sulit melakukan aktivitas keseharian.

Rematik adalah penyakit yang paling banyak dikeluhkan masyarakat. Ada 100 macam jenis rematik, mulai dari yang disebabkan asam urat sampai Arthritis Rematoid (AR). Gejala setiap jenis rematik hampir sama, yaitu ditandai dengan nyeri, kelelahan, dan kekakuan sendi.

Tak jarang penyakit ini menurunkan kualitas penderitanya. Rematik AR contohnya, ditemukan bahwa penderita 70 persen mengalami nyeri sendi setiap hari, 88-98 persen mengalami kelelahan berkepanjangan. Jika dibiarkan, penderita dapat mengalami kecacatan hingga kematian.

“Orang terdekat penderita harus mendukung dan memahami. Jangan memanjakan, tetapi juga jangan menekan, menyalahkan, atau memarahi. Mereka harus ada pengertian,” kata Prof. Dr. dr. Handono Kalim, dalam seminar sosialisasi Cermati AR, baru-baru ini, di Jakarta.

Menurut Prof. Handono, penderita rematik AR didukung untuk hidup normal dengan membiasakan mereka untuk kembali melakukan aktivitas sehari-hari dan berolahraga sesuai kemampuan untuk melatih sendi agar tidak kaku. Selain mengonsumsi obat, menjaga pola makan sehat juga dapat membantu.

(ren)