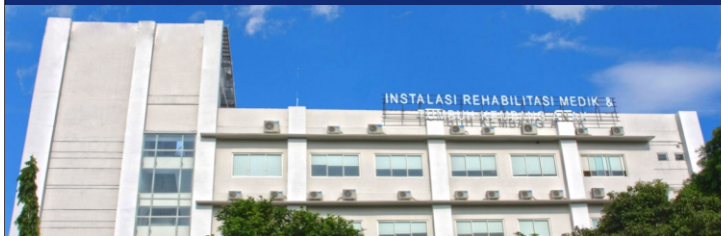


HOME PROGRAM

Posisi tidur terlentang/setengah duduk dengan tekan tahanan dibawah lutut lalu tekan lutut kebawah dan tahan selama 8 detik, kemudian ulangi latihan tersebut secara perlahan.



Posisi tidur terlentang lalu angkat lurus salah satu kaki kearah atas dan tahan selama 8 detik, ulangi latihan secara perlahan



**JADWAL PELAYANAN
RAWAT JALAN:**

**Senin-Jum'at
Pukul 07.00-15.00 WIB**

**Untuk informasi seputar
RSUP Dr.Kariadi**

   @rskariadi #KariadiAjaYuk

FISIOTERAPI

Nyeri Lutut (OA-Osteoarthritis)



**UNIT REHABILITASI MEDIK
INSTALASI MURAI**

RSUP dr. KARIADI

Jl. Dr. Sutomo No 16 Semarang 50244,
Fax. 024-8318617, Telp. 024-8413476

SMS Pengaduan : 08886509262

Email : humas_rskariadi@yahoo.co.id

Website : www.rskariadi.co.id



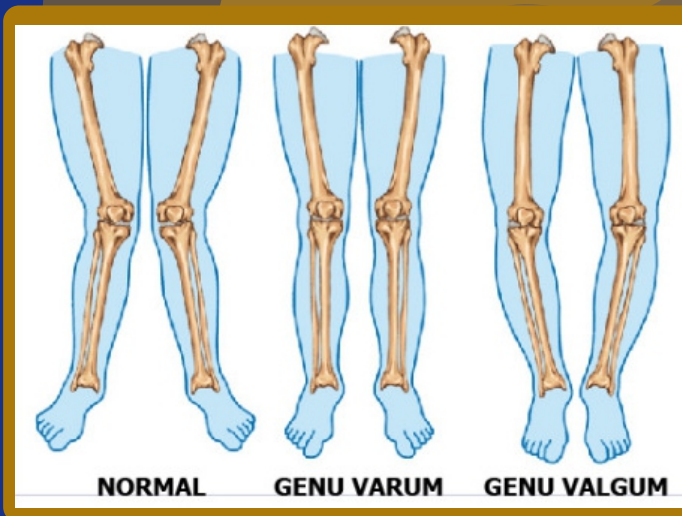
NYERI LUTUT (OA-OSTEOARTHRITIS)

Adalah penyakit sendi di mana terjadi kerusakan jaringan penyambung sendi yang diikuti proses pembengkakan dan pembentukan tulang atau tulang rawan baru pada sendi.

OA disebut sebagai penyakit degeneratif kronik, yang berarti berkaitan dengan proses penuaan. **OA** merupakan penyakit sendi yang paling banyak terjadi.

GEJALA KLINIS

Nyeri sendi yang terlokalisasi, tajam, dan terasa dalam. Umumnya nyeri diperberat dengan gerakan sendi dan membaik dengan istirahat atau obat anti-nyeri; namun pada tahap lanjut, nyeri menjadi menetap dan tidak respon terhadap obat. Pada tahap lanjut, dapat terjadi nyeri malam hari yang mengganggu tidur. Semakin banyak sendi digunakan, nyeri sendi semakin hebat. Sendi terkait nyeri jika digerakkan atau diteuk;



- Kaku sendi setelah beberapa lama tidak digerakan
- Ketidastabilan sendi sehingga penderita sering jatuh.
- Perubahan gaya jalan (pincang)
- Pembesaran/pembengkakan sendi
- Penonjolan tulang yang merupakan hasil pembentukan tulang baru. Penonjolan ini tidak nyeri, namun menghambat gerakan
- Pada tahap lanjut dapat menyebabkan kelainan bentuk tulang, pembesaran tulang, atau pergeseran sendi.