

PENANGANAN FISIOTERAPI

- Modalitas untuk menghilangkan nyeri : Elektro terapi (TENS), terapi panas (Superfisial: IR kompres hangat. Dalam : SWD, MWD, Ultrasound), Terapi dingin (Cryotherapy, kompres dingin).
- Latihan untuk peningkatan LGS
- Latihan penguatan otot
- Hidroterapi exercise
- Menggunakan orthesa dan alat bantu gerak : kruk, walker, brace(deker)

Untuk informasi seputar
RSUP Dr.Kariadi

   @rskariadi #KariadiAjaYuk

LATIHAN PENGUATAN OTOT



GEJALA & PENANGANAN OSTEOARTHRITIS

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

APA ITU OSTEOARTHRITIS ?

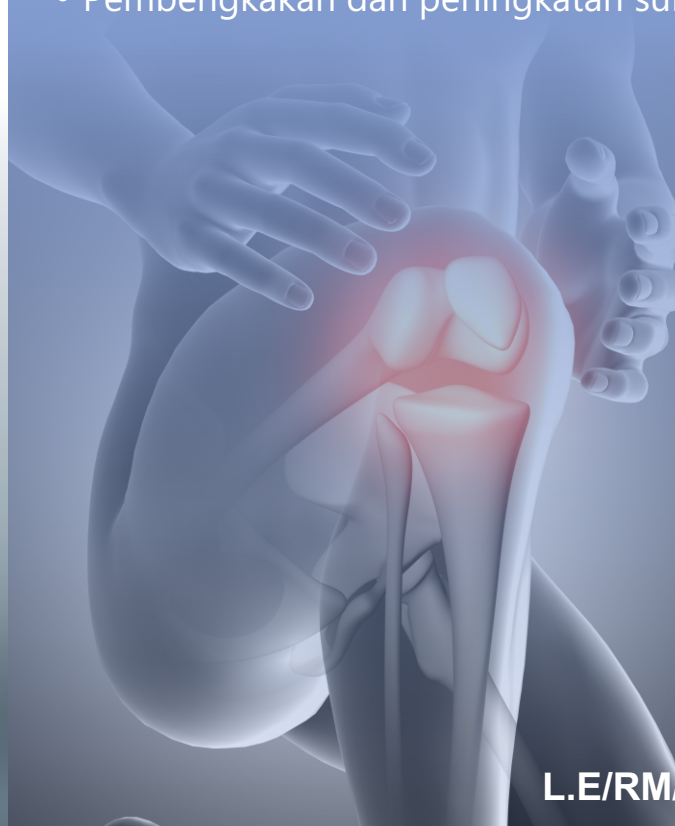
Osteoarthritis (OA) merupakan penyakit sendi degeneratif yang paling banyak dijumpai terutama pada usia pra lansia hingga lansia. Semua sendi dapat terserang, tetapi yang paling sering adalah sendi penyokong berat badan.

Osteoarthritis (OA) merupakan penyakit sendi degenerasi tulang rawan (cartilago), menyebabkan perubahan dan kerusakan pada ujung tulang, OA paling banyak dijumpai pada usia pra lansia hingga lansia.

APA SAJA TANDA GEJALANYA ?

Tanda Gejala :

- Nyeri adalah gejala utama dari osteoarthritis
- Kekakuan sendi pada pagi hari dan berlangsung kurang dari 30 menit,
- Krepitasi atau bunyi "Krek" pada sendi,
- Keterbatasan gerak sendi,
- Pembengkakan dan peningkatan suhu.



APA SAJA TANDA GEJALANYA ?

1. Usia
2. Jenis kelamin
3. Berat badan berlebih (Obesitas)
4. Aktivitas fisik dan penekanan yang berulang dan berlebih
5. Cedera atau trauma karena jatuh
6. Faktor hormonal

PENANGANAN

- **PENANGANAN DENGAN OBAT :** analgesic (anti nyeri), suplemen nutrisi tulang dan sendi, injeksi (suntikan).
- **TANPA OBAT :** menjaga berat badan ideal, mengurangi aktivitas berat yang membebani sendi.