

Rematik Arthritis



Apakah Rematik Arthritis itu ?

Rematik Arthritis (RA) adalah penyakit autoimun yang menyebabkan **peradangan kronis dari sendi**. Rematik Arthritis dapat **juga menyebabkan peradangan jaringan di sekitar sendi, serta organ-organ lain dalam tubuh**. Penyakit autoimun adalah penyakit yang terjadi ketika jaringan-jaringan tubuh diserang oleh sistem imunnya sendiri yang keliru. **Karena dapat memengaruhi beberapa organ tubuh, rematik arthritis disebut sebagai penyakit sistemik** dan kadang-kadang disebut penyakit rematik. Sementara rematik arthritis adalah **penyakit kronis, berarti ia bisa bertahan selama bertahun-tahun, pasien mungkin mengalami waktu yang lama tanpa gejala**. Biasanya, bagaimanapun, rematik arthritis adalah penyakit progresif yg memiliki potensi utk menyebabkan kerusakan sendi dan kecacatan fungsional.



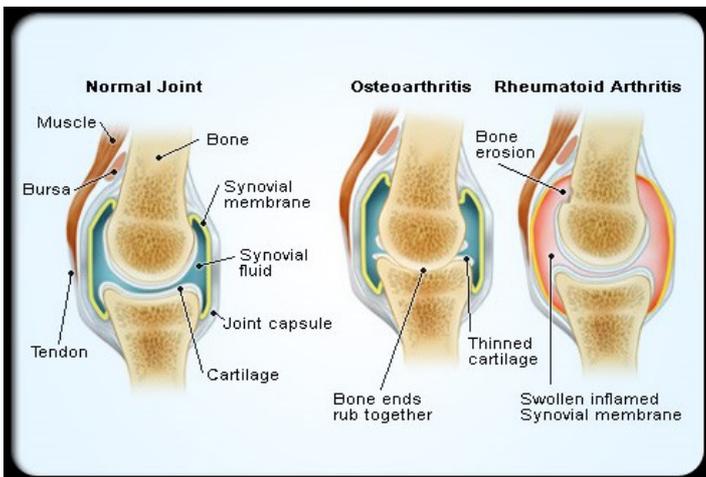
Siswa yg beresiko terkena rematik arthritis?

Rematik arthritis adalah penyakit rematik yang umum, mempengaruhi sekitar 1,3 juta orang di Amerika Serikat, menurut data sensus saat ini. Penyakit ini **tiga kali lebih sering terjadi pada wanita seperti pada pria**. Dapat menimpa siapapun juga. Penyakit ini dapat dimulai pada usia berapa pun, tetapi **paling sering dimulai setelah usia 40 dan sebelum 60**. Dalam beberapa keluarga, beberapa anggota dapat dipengaruhi, menunjukkan dasar genetik untuk gangguan ini.



Apa itu juvenile rematik arthritis?

Juvenile rematik arthritis (JRA) adalah radang sendi yang menyebabkan peradangan dan kekakuan sendi selama lebih dari enam minggu pada anak berusia 16 atau yang lebih muda. Ini mempengaruhi sekitar 50.000 anak di Amerika Serikat. Peradangan menyebabkan kemerahan, bengkak, kehangatan, dan nyeri pada sendi, meskipun banyak anak-anak dengan JRA tidak mengeluh nyeri sendi. Setiap sendi dapat dipengaruhi, dan peradangan dapat membatasi mobilitas sendi yang terkena.



Apa perbedaan sendi normal dan Arthritis ?

Sendi adalah dimana dua tulang bertemu untuk memungkinkan gerakan bagian tubuh. Arthritis berarti peradangan sendi. Peradangan sendi rematik arthritis menyebabkan pembengkakan, nyeri, kekakuan, dan kemerahan pada sendi. Peradangan dari penyakit rematik dapat juga terjadi pada jaringan di sekitar sendi, seperti tendon, ligamen, dan otot. Pada beberapa pasien dengan rematik arthritis, peradangan kronis menyebabkan hancurnya tulang rawan, tulang, dan ligamen, menyebabkan deformitas sendi. Kerusakan sendi dapat terjadi pada awal penyakit dan semakin parah seiring bertambahnya usia individu.



Apa penyebab Rematik Arthritis ?

Penyebab rematik arthritis tidak diketahui. Meskipun agen infeksi seperti virus, bakteri, dan jamur telah lama dicurigai, tidak ada telah dibuktikan sebagai penyebab. Penyebab rematik arthritis adalah sangat aktif daerah penelitian di seluruh dunia. Beberapa ilmuwan percaya bahwa kecenderungan rematik arthritis mungkin diturunkan secara genetik. Hal ini diduga bahwa infeksi tertentu atau faktor-faktor dalam lingkungan dapat memicu sistem kekebalan tubuh untuk menyerang jaringan tubuh sendiri; mengakibatkan peradangan di berbagai organ tubuh seperti paru-paru atau mata. Faktor lingkungan juga tampaknya memainkan beberapa peran dalam menyebabkan rematik arthritis. Baru-baru ini, **para ilmuwan telah melaporkan bahwa merokok tembakau meningkatkan risiko perkembangan rematik arthritis.**



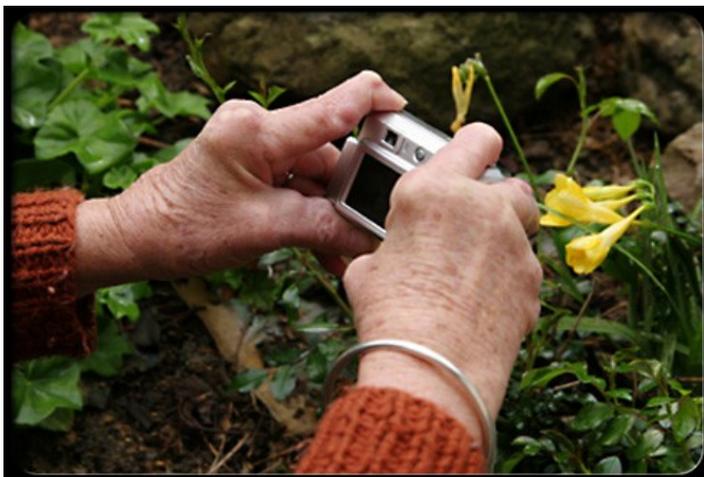
Remisi, gejala, dan flare (aktif kembali)

Gejala-gejala rematik arthritis datang dan pergi, tergantung pada tingkat peradangan jaringan. Ketika jaringan-jaringan tubuh yang meradang, penyakit ini aktif. Ketika peradangan jaringan mereda, penyakit tidak aktif (disebut remisi). Remisi dapat terjadi secara spontan atau dengan pengobatan dan dapat bertahan minggu, bulan, atau tahun. Selama remisi, gejala penyakit hilang dan pasien umumnya merasa baik. Bila penyakit menjadi aktif lagi (kambuh), gejala kembali. Kembalinya aktivitas penyakit dan gejala ini disebut **flare**. Kasus rematik arthritis bervariasi dari pasien ke pasien, dan periode flare dan remisi adalah khas.



Apa saja gejala Rematik Arthritis ?

Ketika penyakit ini aktif, gejala-gejala dapat termasuk kelelahan, kurang nafsu makan, demam ringan, nyeri otot dan sendi, dan kekakuan. Otot dan kekakuan sendi biasanya paling sering di pagi hari dan setelah periode tidak aktif. Rematik adalah umum selama gejala. Juga selama gejala, sendi sering menjadi merah, bengkak, nyeri, dan lembut. Hal ini terjadi karena lapisan jaringan sendi (*synovium*) menjadi meradang, sehingga produksi cairan sendi berlebihan (*synovial fluid*). Sinovium juga mengental dengan peradangan (*synovitis*).



Apa saja gejala Rematik Arthritis ?

Dalam rematik arthritis, beberapa sendi biasanya meradang dalam pola simetris (kedua sisi tubuh terpengaruh). Sendi kecil dari kedua tangan dan pergelangan tangan yang sering terkena. Tugas-tugas sederhana sehari-hari, seperti memutar kenop pintu dan membuka botol-botol dapat menjadi sulit selama gejala. Sendi kecil dari kaki juga sering terkena. Peradangan kronis dapat menyebabkan kerusakan pada jaringan tubuh, tulang rawan, dan tulang. Hal ini menyebabkan hilangnya kartilago dan membuat erosi serta melemahkan tulang serta otot, mengakibatkan deformitas sendi, kerusakan, dan hilangnya fungsi.

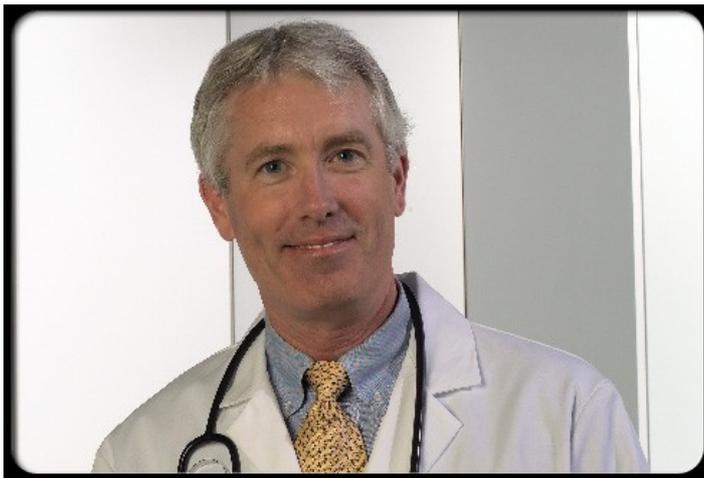


Rematik Arthritis dan organ yang terpengaruh

Karena rematik arthritis adalah penyakit sistemik, peradangan yang dapat mempengaruhi organ-organ dan bagian tubuh selain sendi.

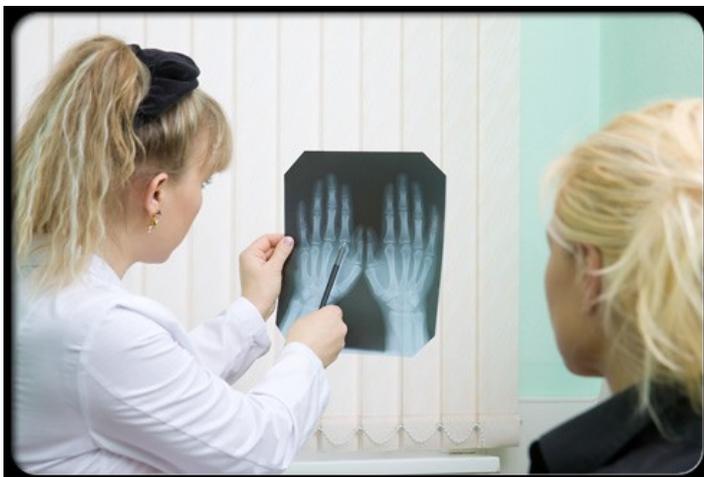
Contoh daerah lain yang mungkin akan terpengaruh meliputi:

- Sindrom Sjogren adalah peradangan pada kelenjar mata dan mulut dan menyebabkan kekeringan daerah ini.
- Arthritis peradangan selaput paru-paru (pleuritis) menyebabkan nyeri dada dengan bernapas dalam atau batuk.
- Jaringan peradangan di sekitar jantung, yang disebut perikarditis, bisa menyebabkan nyeri dada yang biasanya perubahan intensitas ketika berbaring atau bersandar ke depan.
- Penyakit rematik dapat mengurangi jumlah sel darah merah (anemia) dan sel darah putih.
- Penurunan sel darah putih dapat dikaitkan dengan pembesaran limpa (sindrom Felty) dan dapat meningkatkan risiko infeksi.
- Benjolan di bawah kulit (nodul reumatoid) dapat terjadi di sekitar siku dan jari-jari di mana sering tertekan.
- Sebuah komplikasi langka dan serius adalah peradangan pembuluh darah (vaskulitis). Vaskulitis dapat mengganggu suplai darah ke jaringan dan menyebabkan kematian jaringan. Hal ini paling sering awalnya terlihat sebagai area hitam kecil di sekitar tempat tidur kuku atau sebagai borok kaki.



Siapakah Rheumatologist ?

Rheumatologist adalah dokter yang mengkhususkan diri dalam pengobatan non-bedah penyakit rematik, terutama arthritis. Rheumatologists memiliki kepentingan khusus dalam ruam dijelaskan, demam, arthritis, anemia, kelemahan, penurunan berat badan, kelelahan, nyeri sendi atau otot, penyakit autoimun, dan anoreksia. Mereka sering bertindak sebagai konsultan, bertindak seperti detektif bagi dokter-dokter lain. Rheumatologists memiliki keterampilan khusus dalam evaluasi dari 100 bentuk alih arthritis, dan memiliki minat khusus dalam rematik arthritis, spondilitis, arthritis psoriasis, lupus eritematosus sistemik, sindrom antifosfolipid, penyakit Still, dermatomyositis, sindrom Sjogren, vaskulitis, skleroderma, jaringan ikat campuran penyakit, sarkoidosis, penyakit Lyme, osteomyelitis, osteoarthritis, nyeri punggung, encok, pseudogout, polychondritis kambuh, Henoch-Schonlein purpura, penyakit serum, arthritis reaktif, penyakit Kawasaki, fibromyalgia, erythromelalgia, penyakit Raynaud, sakit tumbuh, iritis, osteoporosis, refleks distrofi simpatik, dan lain-lain.



Bagaimana mendiagnosis Rematik ?

Langkah pertama dlm diagnosis rematik arthritis adalah pertemuan antara dokter dan pasien. Seorang dokter dgn pelatihan khusus dalam arthritis dan penyakit terkait disebut **rheumatologist**. Dokter me *review* sejarah gejala, memeriksa sendi untuk peradangan dan deformitas, kulit utk nodul rematik, dan bagian lain tubuh utk peradangan. Tes darah dan tes sinar-X sering perlu dilakukan. Diagnosis akan didasarkan pd pola gejala, distribusi dari sendi meradang, dan penemuan darah dan x-ray. Bbrp pertemuan mungkin diperlukan sebelum dokter dapat diagnosis penyakit tertentu. Distribusi peradangan adalah penting utk dokter dalam membuat diagnosis. Dlm rematik arthritis, sendi-sendi kecil tangan, pergelangan tangan, kaki, dan lutut biasanya meradang dlm distribusi simetris (memengaruhi kedua sisi tubuh). Bila hanya satu atau dua sendi yg meradang, diagnosis rematik arthritis menjadi lebih sulit. Dokter kemudian dapat melakukan tes lain yg akan kita bahas pada slide berikutnya.



Diagnosis RA: tes kadar Citrulline

Antibodi darah yang abnormal dapat ditemukan pada pasien dengan rematik arthritis. Sebuah antibodi darah yang disebut "faktor rematik" dapat ditemukan pada 80% pasien. Antibodi citrulline hadir pada kebanyakan pasien dengan rematik arthritis. Hal ini berguna dalam diagnosis rematik arthritis ketika mengevaluasi pasien dengan peradangan sendi. Sebuah **tes untuk antibodi citrulline paling membantu dalam mendeteksi penyebab arthritis inflamasi** yang sebelumnya tidak terdiagnosis ketika tes darah tradisional untuk rematik arthritis, faktor rematik, tidak hadir. Antibodi citrulline juga indikator penyakit berpotensi lebih agresif. Antibodi citrulline dapat mewakili tahap awal dari rematik arthritis dalam pengaturan ini. Lain antibodi yang disebut "antibodi antinuclear" (ANA) juga sering ditemukan pada pasien dengan rematik arthritis.



Diagnosa RA: tingkat Sedimentasi

Sebuah tes darah yang disebut laju sedimentasi (tingkat Sed), adalah ukuran dari seberapa cepat sel-sel darah merah jatuh ke dasar sebuah tabung uji. Tingkat sed digunakan sebagai ukuran kasar dari peradangan sendi. Tingkat sed biasanya lebih cepat selama flare penyakit dan lebih lambat selama remisi. Lain dengan tes darah yang digunakan untuk mengukur derajat yang hadir peradangan dalam tubuh adalah protein C-reaktif. Faktor rematik, ANA, tingkat sed, dan C-reaktif protein tes juga dapat abnormal pada lain kondisi autoimun dan inflamasi sistemik. Oleh karena itu, kelainan dalam tes darah saja tidak cukup untuk perusahaan diagnosis rematik arthritis.



Diagnosa RA: foto sinar X pada sendi

Sinar X pada sendi dapat normal atau hanya menunjukkan pembengkakan jaringan lunak pada awal penyakit. Sebagaimana penyakit berkembang, sinar-X dapat menunjukkan erosi tulang yang khas dari rematik arthritis pada sendi. *Sinar-X joint* juga dapat membantu dalam memantau perkembangan penyakit dan kerusakan sendi dari waktu ke waktu. Pemindaian tulang, prosedur uji radioaktif, dan pemindaian MRI dapat menunjukkan sendi yang meradang atau terkikis.



Diagnosa rematik: Arthrocentesis

Dokter dapat memilih untuk melakukan prosedur yang disebut *arthrocentesis*. Dalam prosedur ini, **jarum suntik steril dan digunakan untuk mengeringkan cairan dari sendi untuk studi di laboratorium**. Analisis cairan sendi dapat membantu untuk menyingkirkan penyebab lain arthritis, seperti infeksi dan gout. Arthrocentesis juga dapat membantu dalam mengurangi pembengkakan dan nyeri sendi. Kadang-kadang, obat kortison disuntikkan ke dalam sendi selama arthrocentesis dalam rangka untuk dapat meredakan peradangan sendi dan mengurangi gejala secara cepat.



Bagaimana Rematik Arthirtis diobati ?

Tidak ada obat dikenal untuk rematik arthritis. Untuk saat ini, tujuan pengobatan di rematik arthritis adalah untuk mengurangi peradangan dan nyeri sendi, memaksimalkan fungsi sendi, dan mencegah kerusakan sendi dan deformitas. Intervensi medis awal telah terbukti penting dalam meningkatkan hasil. Manajemen yang agresif dapat meningkatkan fungsi, menghentikan kerusakan sendi seperti yang terlihat pada X-ray, dan mencegah kecacatan bekerja. Pengobatan optimal untuk penyakit ini melibatkan kombinasi obat, istirahat, bersama-latihan penguatan, perlindungan sendi, dan pendidikan pasien (dan keluarga). Pengobatan disesuaikan dengan banyak faktor seperti aktivitas penyakit, jenis sendi yang terlibat, kesehatan umum, usia, dan pekerjaan pasien. Pengobatan yang paling berhasil bila ada kerja sama yang erat antara dokter, pasien, dan anggota keluarga.



Obat apa yg diperlukan untuk Rematik Arthritis ?

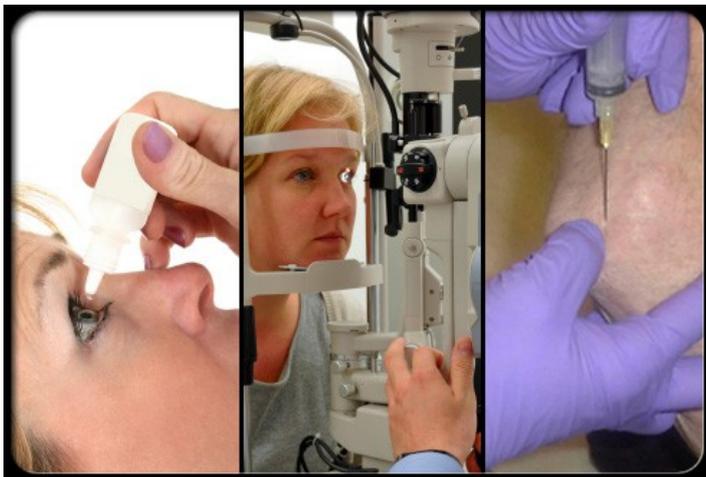
Dua kelas obat yang digunakan dalam mengobati rematik arthritis: reaksi cepat "obat lini pertama" dan reaksi lambat "obat lini kedua" (juga disebut sebagai *disease-modifying antirheumatic drugs* atau **DMARDs**).

Obat-obatan lini pertama, seperti aspirin dan kortison (kortikosteroid), digunakan untuk mengurangi nyeri dan peradangan. Obat reaksi lambat, obat lini kedua, seperti emas (Solganal), metotreksat (Rheumatrex, Trexall), dan hydroxychloroquine (Plaquenil) membuat remisi penyakit dan mencegah kerusakan sendi yang progresif, tetapi mereka bukan agen anti peradangan. Beberapa baru "lini kedua" obat untuk pengobatan rematik arthritis termasuk leflunomide (Arava) dan "biologis" obat etanercept (Enbrel), infliximab (Remicade), anakinra (Kineret), adalimumab (Humira), rituximab (Rituxan), dan abatacept (Orencia).



Perawatan lain untuk Rematik Arthritis

Tidak ada makanan khusus untuk rematik arthritis. Minyak ikan mungkin memiliki efek bermanfaat antiinflamasi, namun sejauh ini hanya ditunjukkan dalam percobaan laboratorium mempelajari sel-sel inflamasi. Demikian pula, manfaat penyisipan tulang rawan tetap tidak terbukti. Penghilang gejala rasa sakit seringkali dapat dicapai dengan acetaminophen oral (Tylenol, dan lain-lain) atau obat-obatan *OTC* (*over-the-counter*) topikal, yang digosokkan ke kulit.



Obat-obatan Rematik

Area tubuh, selain sendi, yang terpengaruh oleh peradangan arthritis yg diperlakukan secara khusus.

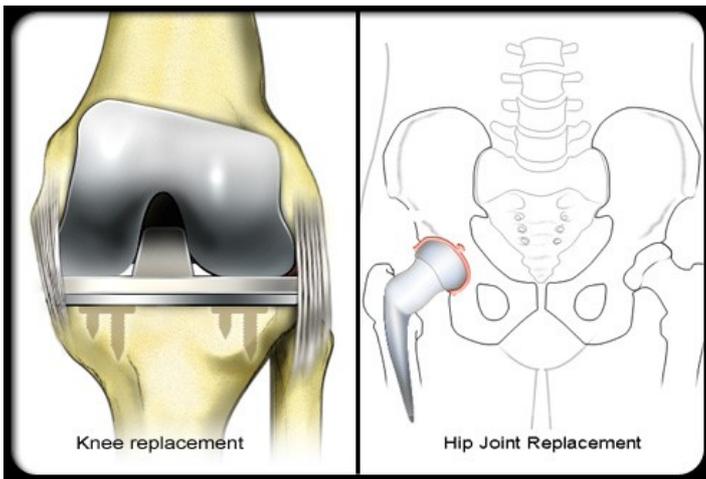
- **Sindrom Sjogren** (digambarkan diatas, lihat gejala) dpt dibantu dg cairan buatan dan kamar pelembab di rumah atau kantor Anda. Obat tetes mata, tetes mata cortisporine (Restasis), juga tersedia untuk membantu mata kering di tempat yang terkena dampak. *Check-up* rutin mata dan pengobatan antibiotik dini untuk infeksi mata adalah penting.
- Peradangan pada tendon (tendinitis), bursae (bursitis), dan nodul rematik dapat disuntik dengan cortisone.
- Peradangan dari lapisan dan hati / atau paru-paru mungkin memerlukan dosis tinggi kortison oral.



Kenapa istirahat dan gerak diperlukan ?

Keseimbangan istirahat dan latihan penting dalam mengobati rematik arthritis. Selama flare-up (memburuknya peradangan sendi), yang terbaik adalah mengistirahatkan sendi yang meradang. Ketika peradangan sendi berkurang, program latihan dipandu diperlukan utk mempertahankan fleksibilitas sendi dan memperkuat otot-otot yang mengelilingi sendi.

- Batas latihan harus dilakukan secara teratur untuk menjaga mobilitas sendi.
- Berenang bermanfaat karena memungkinkan latihan dengan stres minimal pada sendi.
- Terapis fisik dan pekerjaan dilatih untuk memberikan petunjuk latihan khusus dan dapat menawarkan mendukung belat. Misalnya, pergelangan tangan dan jari splints dapat membantu dalam mengurangi peradangan dan menjaga keselarasan bersama.
- Perangkat, seperti tongkat, kursi toilet, dan Grippers dapat membantu kehidupan sehari-hari.
- Perlengkapan panas dan dingin dapat meredakan gejala-gejala sebelum dan setelah berolahraga.



Apakah operasi salah satu pilihan ?

Pembedahan mungkin disarankan utk mengembalikan mobilitas sendi atau sendi yang rusak. Dokter yang mengkhususkan diri dalam operasi sendi adalah ahli **bedah ortopedi**. Jenis-jenis operasi sendi berkisar dari Artroskopi (penyisipan instrumen seperti tabung ke dalam sendi untuk melihat dan memperbaiki jaringan yang abnormal) untuk penggantian parsial dan lengkap dari sendi. Penggantian sendi total adalah suatu prosedur pembedahan dimana sendi hancur diganti dengan bahan buatan. Misalnya, sendi-sendi kecil tangan dapat diganti dengan bahan plastik. Sendi-sendi besar, seperti pinggul atau lutut, diganti dengan logam.

Sumber: http://www.medicinenet.com/rheumatoid_arthritis_pictures_slideshow/article.htm

diterjemahkan oleh: Indra P.

diedit oleh: Syahu S.