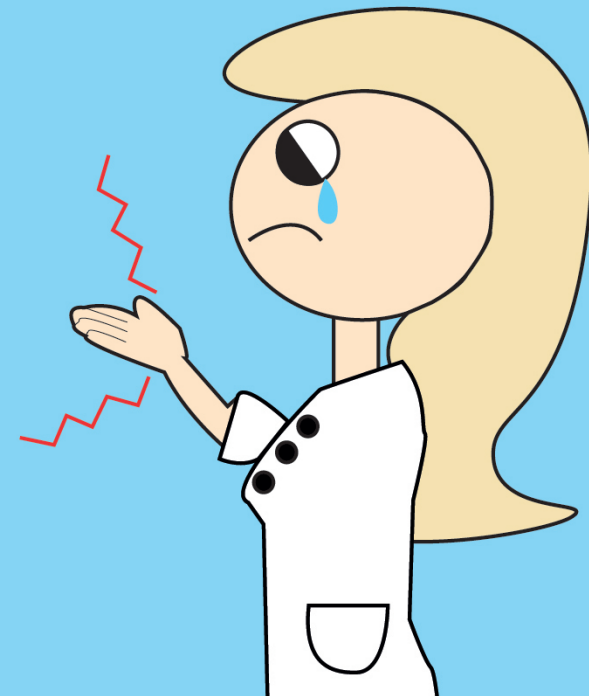
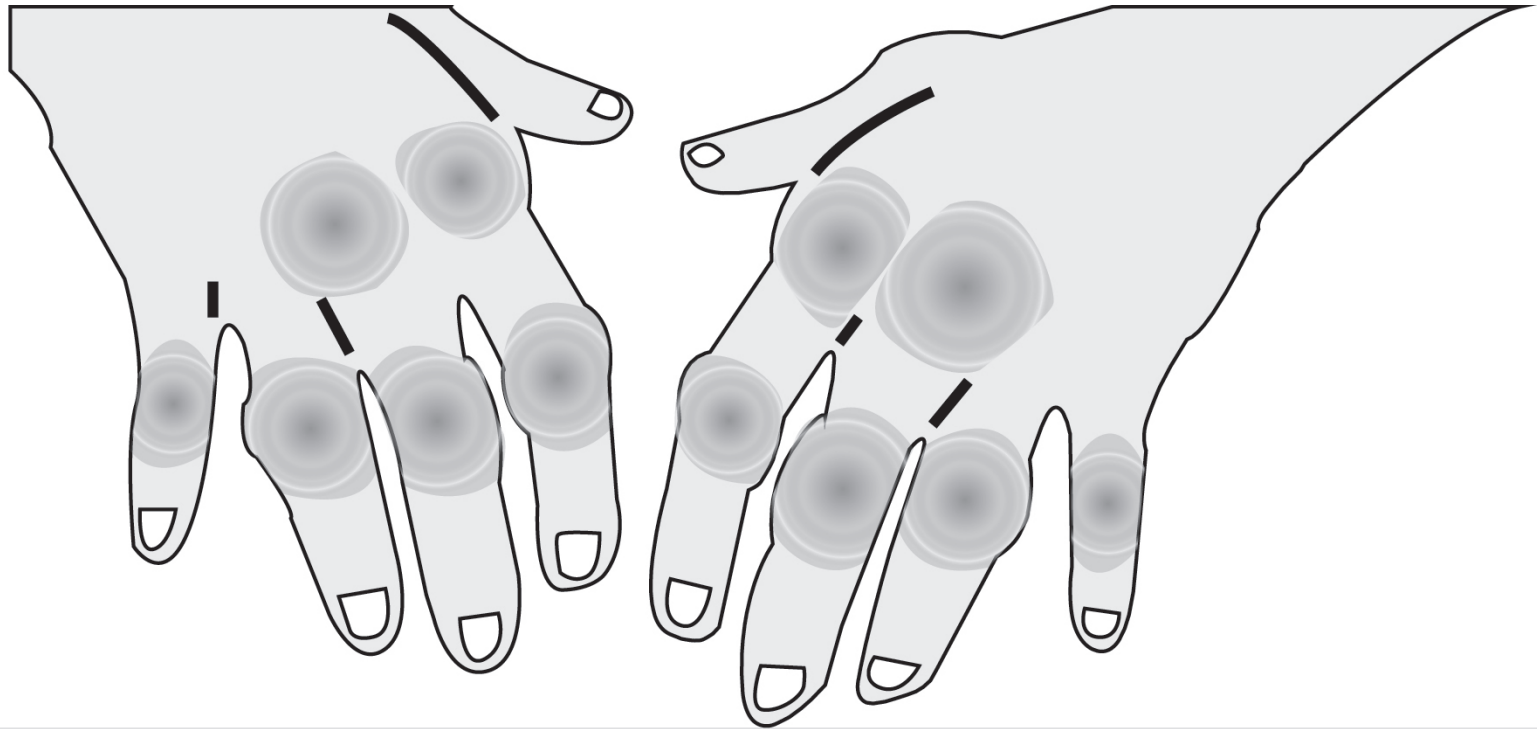


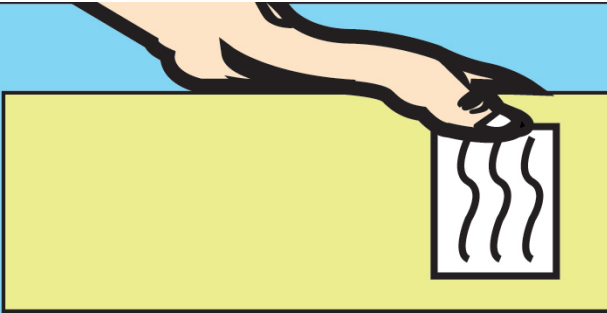
Apa Itu Reumatoid Arthritis ?



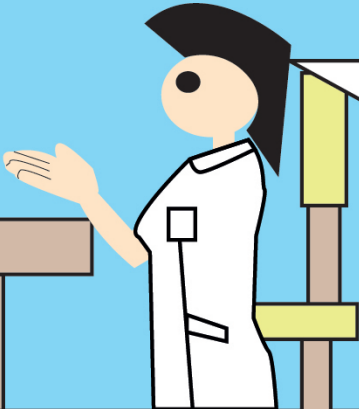
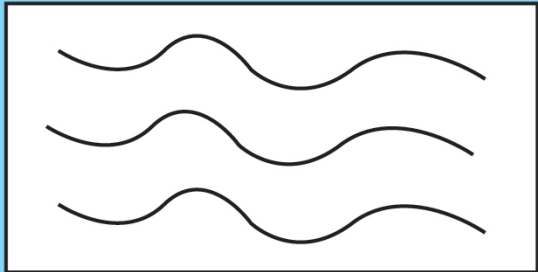
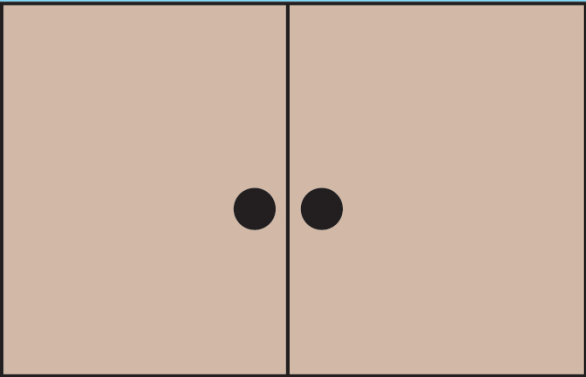


Apa Itu
Reumatoid Arthritis ?





R.Reumatologi



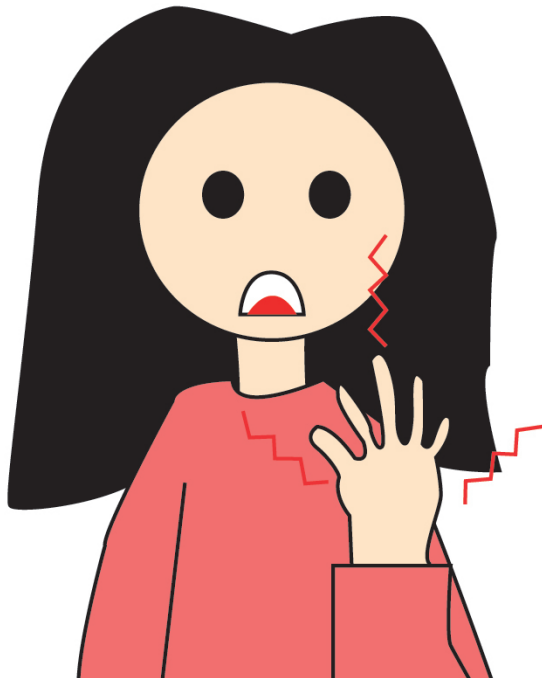
Dari hasil pemeriksaan dan hasil laboratorium, ibu didiagnosa mengalami penyakit Reumatoid Artritis.



Apa itu Reumatoid Arthritis ?

Reumatoid Arthritis adalah penyakit yang menyerang pada persendian tubuh dengan diawali gejala peradangan pada persendian. Penderita pada penyakit ini mengeluhkan rasa nyeri serta kaku pada persendian.

Penyakit ini disebabkan oleh kelainan sistem imun yang ditugaskan untuk melindungi tubuh, menyerang organ-organ tubuh yang sehat dianggap sebuah penyakit oleh imun sendiri.

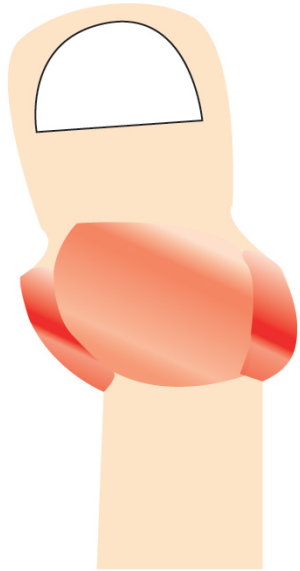


Apa itu Autoimun ?

Autoimun adalah kelainan pada imun tubuh manusia yang menyerang anggota tubuh yang sehat.

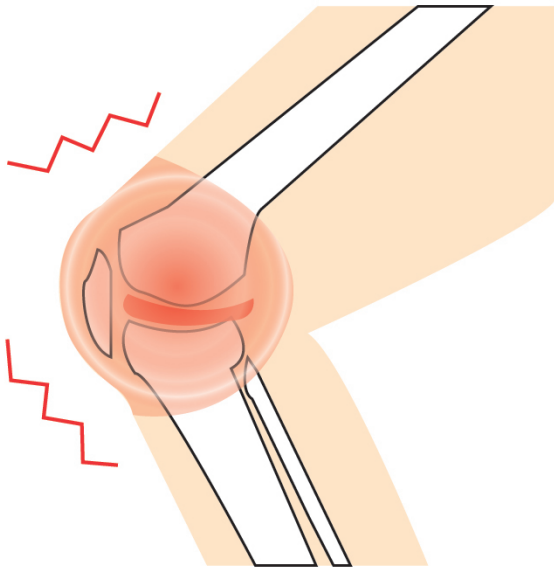
Imun berarti kekebalan tubuh, yang bertugas untuk melindungi dan melawan virus, infeksi dan penyakit yang masuk ke dalam tubuh manusia. Penyebab terjadinya autoimun belum dapat ditemukan secara pasti. Namun faktor terjadinya autoimun adalah unsur genetik.



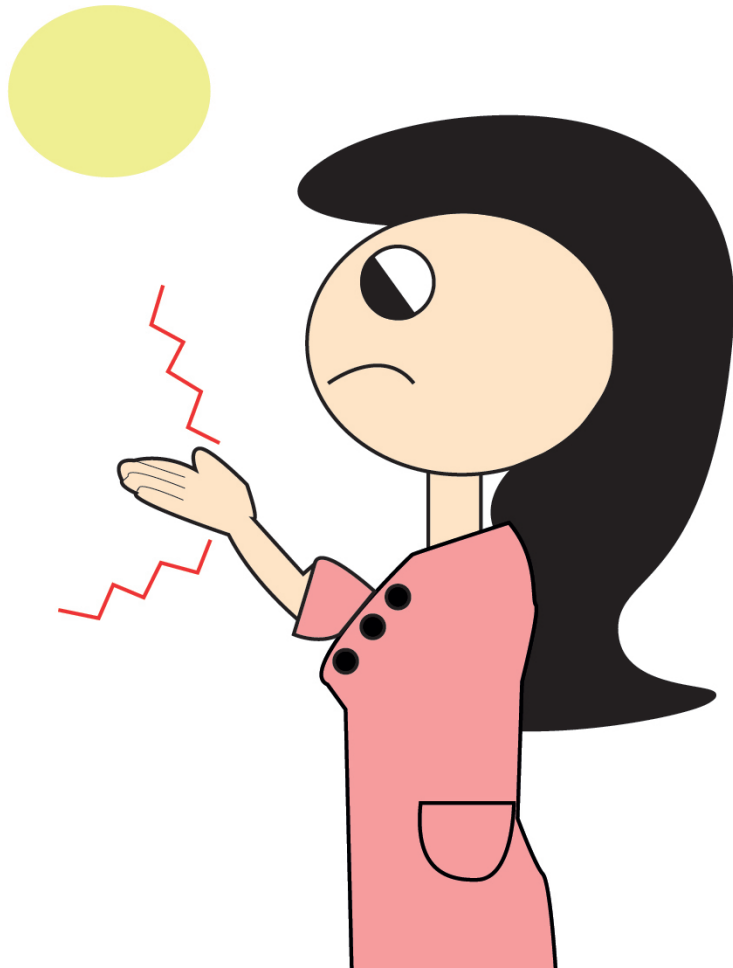


Gejala - gejala Reumatoid Arthritis

1. Kemerahan
2. Hangat
3. Pembengkakan
4. Rasa kaku pada sendi



Apa yang dirasakan oleh penderita Reumatoid Arthritis ?



1. Rasa nyeri dan kaku saat bangun di pagi hari
2. Kesulitan saat melakukan aktivitas sehari-hari
3. Rasa nyeri, hangat dan kaku
4. Cepat lelah

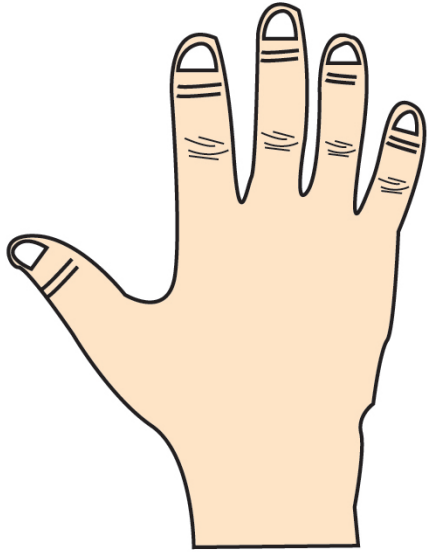
Pantangan makanan dan kegiatan oleh penderita Reumatoid Arthritis

1. Mengangkat benda berat dan aktivitas berat lainnya
2. Makanan junkfood
3. Makan makanan yang berbahan pengawet

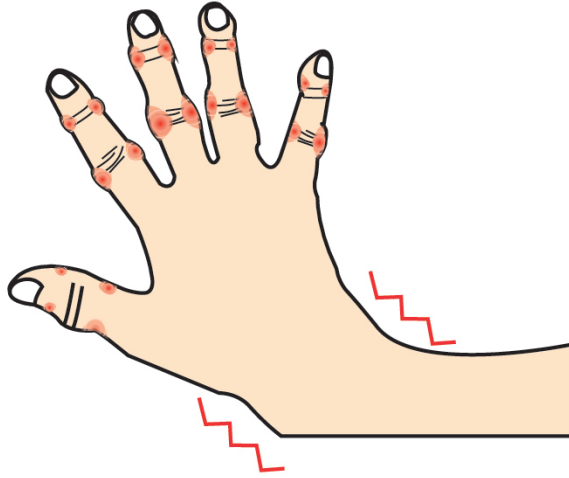


Secara umum makanan yang diproses di pabrik (ultra processed food), makanan yang ditambahkan bahan pengawet, pewarna, penguat rasa sebaiknya dihindari oleh penyandang penyakit reumatik.

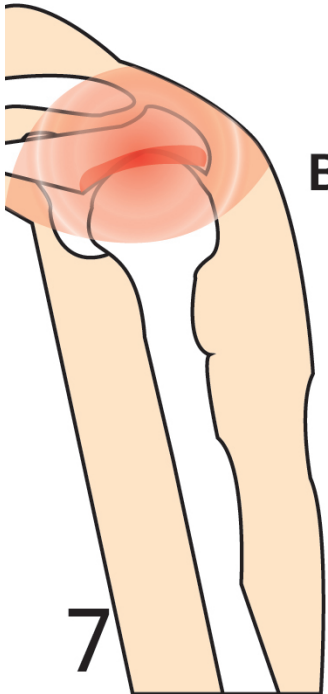
Aktivitas dapat dilakukan seperti orang normal jika penyakitnya terkontrol. Aktivitas berat sebaiknya dihindari pada penyakit yang sedang dalam keadaan aktif.



Normal

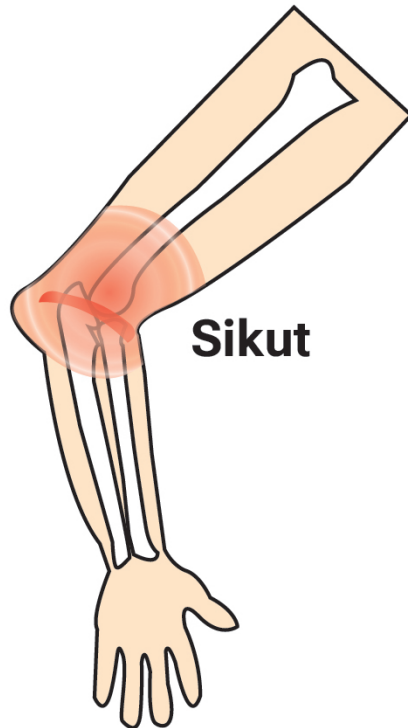


Reumatoid Arthritis

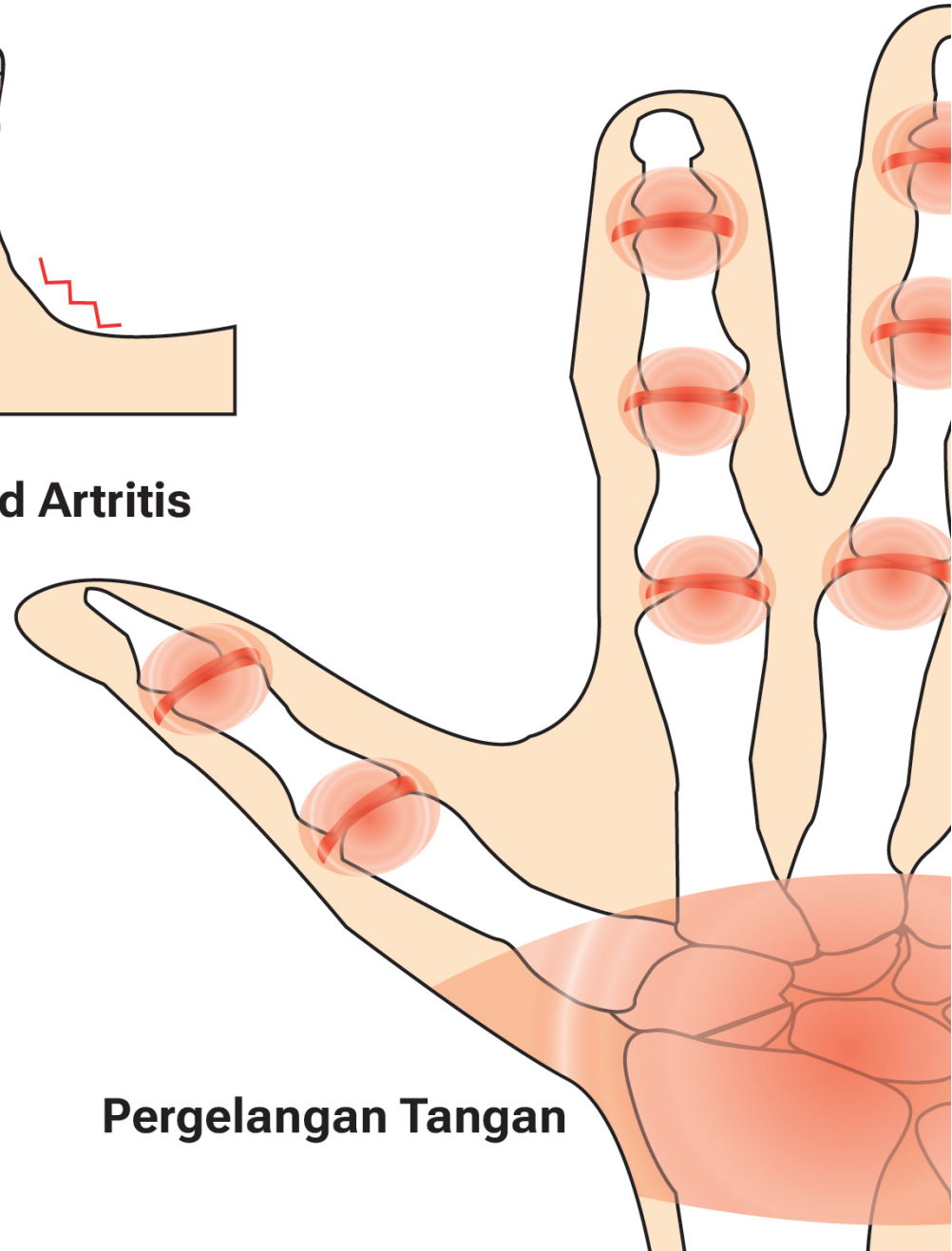


Bahu

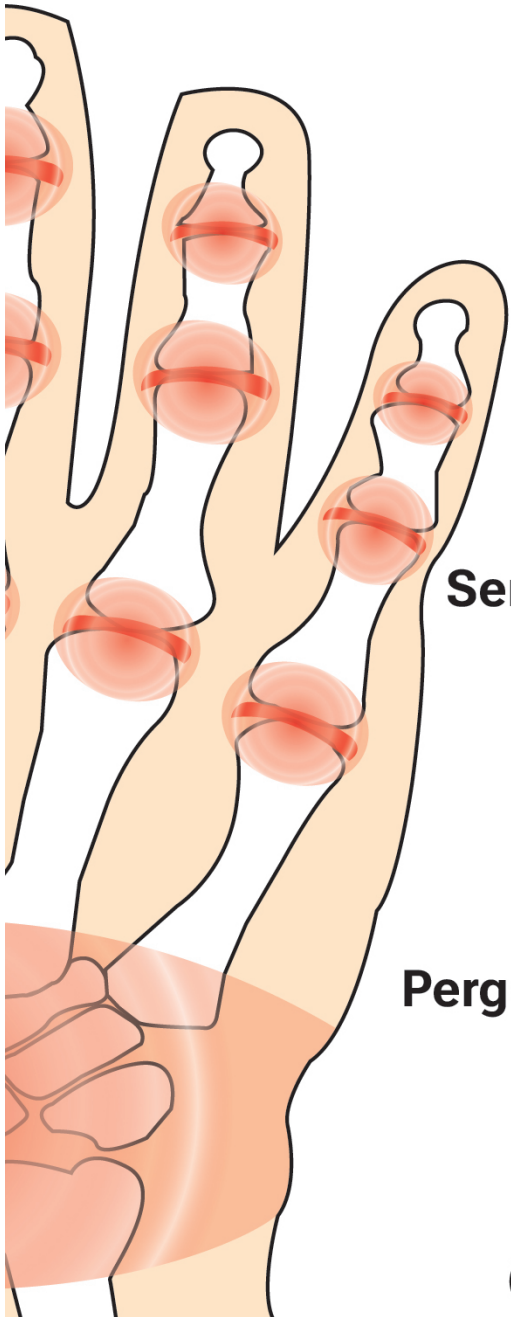
7



Sikut

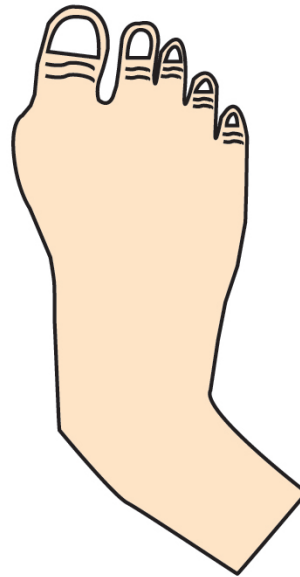


Pergelangan Tangan



Sendi Jari Jari Tangan

Pergelangan Kaki

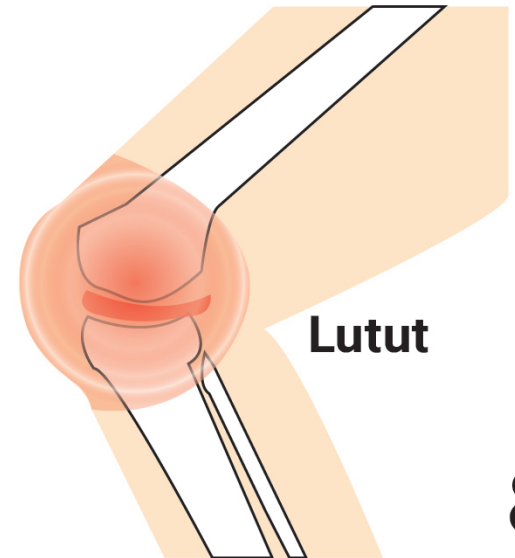
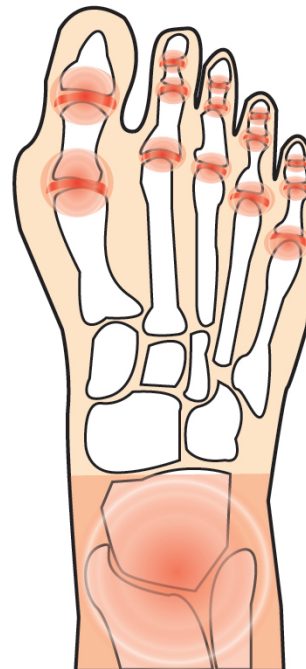


Normal



Reumatoid Arthritis

Sendi Jari Jari Kaki

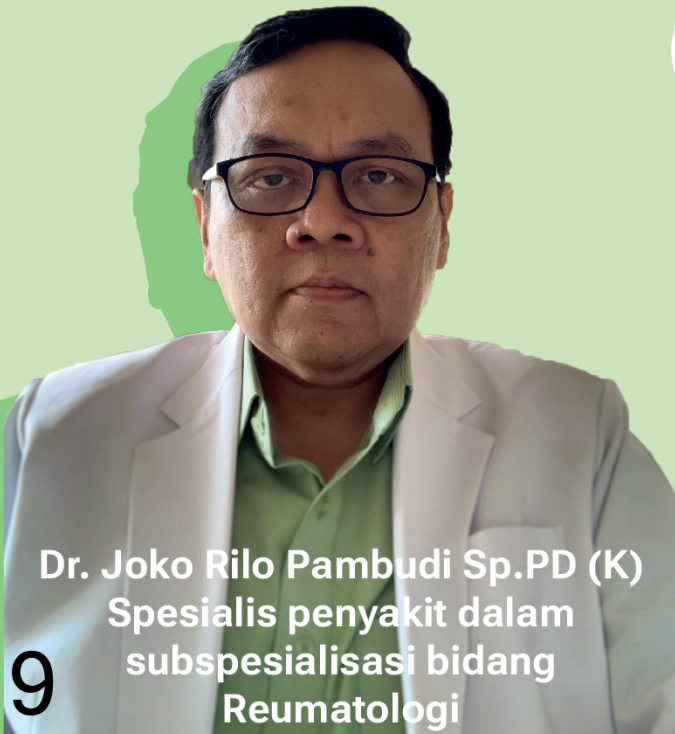


Lutut

Kapan harus pergi ke dokter ?

Segera pergi ke dokter jika :

1. nyeri melibatkan sendi jari-jari tangan, pergelangan tangan dan jari-jari kaki.
2. nyeri sendi simetris, melibatkan baik sisi kanan dan kiri.
3. nyeri sendi disertai kemerahan, bengkak dan terasa hangat.
4. nyeri sendi sudah berlangsung lebih dari 6 minggu.
5. nyeri tidak membaik dengan pemberian obat analgetik sederhana seperti parasetamol.



Dr. Joko Rilo Pambudi Sp.PD (K)
Spesialis penyakit dalam
subspesialisasi bidang
Reumatologi

Cerita pasien saat terkena Reumatoid Arthritis

Saya sudah terkena penyakit ini kurang lebih 5 tahun dari tahun 2017 sekitar bulan Agustus dan September. Gejala yang saya rasakan yaitu rasa sakit dibahu kiri dan kanan, tidak bisa digerakan saat mau menyisir rambut. Saya mengira bahwa saya terkilir karena salah tidur. Setelah melakukan pemeriksaan dengan pengambilan darah untuk melihat kondisi setelah melihat pembengkakan dan kemerahan pada tangan, sendi tangan dan sendi kaki selama 3 bulan, saya didiagnosa terkena penyakit Reumatoid Arthritis. Pernah sampai opname 2 kali karena penyakit ini saat rasa sakit yang saya rasakan tidak bisa saya tahan dan sampai tidak bisa jalan. Motivasi saya menghadapi penyakit ini adalah hidup sehat, selalu berpikir positif, menghindari makanan yang menyebabkan nyeri peradangan.

Cerita pasien saat terkena Reumatoid Arthritis



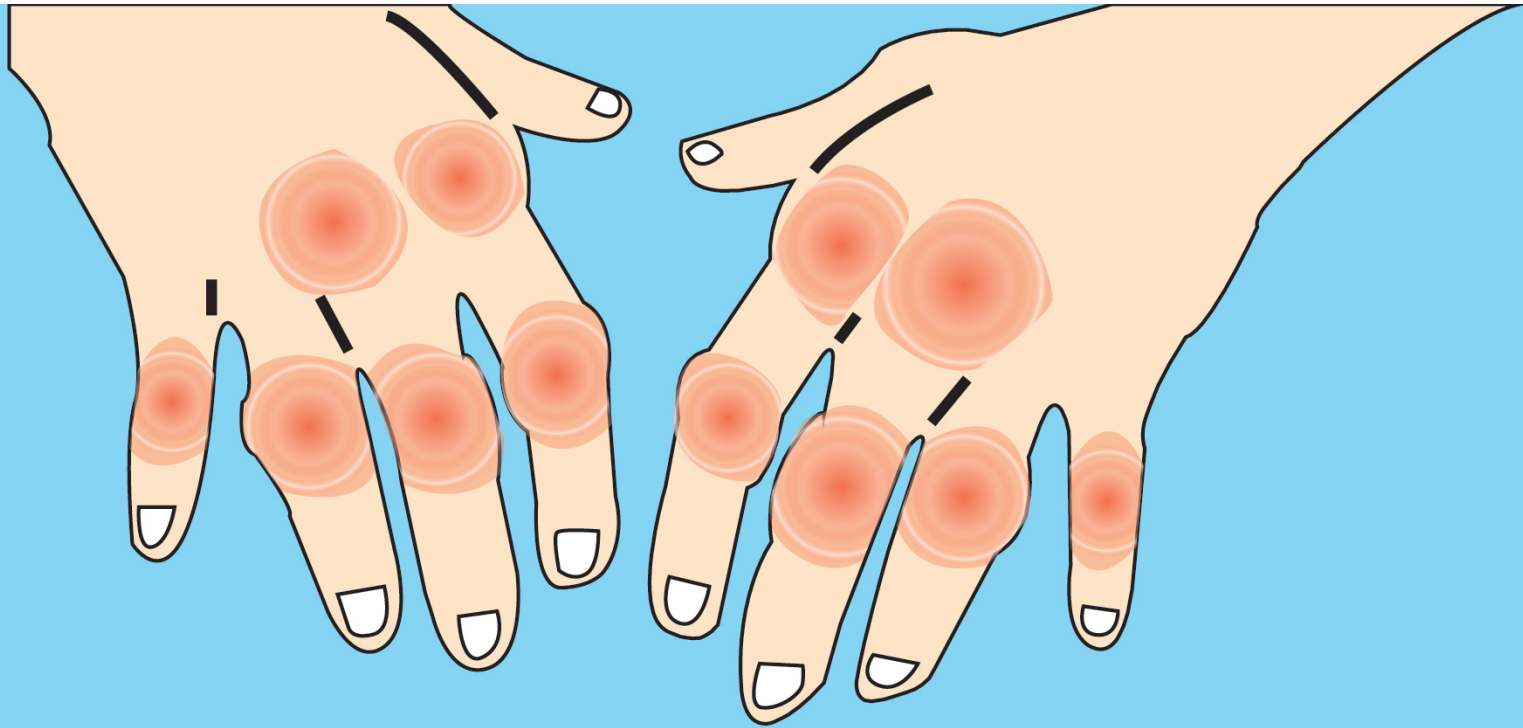
Ibu Ade Lili Yanna 10



11 Ibu Wiwin

Saya terkena penyakit ini dari tahun 2006. Gejala yang saya rasakan yaitu kaki bengkak, jari bengkak dan ngga bisa turun dari tempat tidur. Sebelumnya pada saat itu saya mengira bahwa saya terkena penyakit asam urat. Setelah melakukan pemeriksaan melalui pengambilan darah di salah satu rumah sakit di yogyakarta, saya didiagnosa terkena penyakit Reumatoid Arthritis. Motivasi saya menghadapi penyakit ini adalah bersabar, tetap optimis, segera berobat, rutin minum obat dan pantangan - pantangan makanan oleh dokter harus dihindari.

Cerita pasien saat terkena Reumatoid Arthritis



Jangan terlalu banyak pikiran,
berdamai dengan autoimun,
kita nikmati, jalani dan syukuri,
tetap semangat, *enjoy your life*