

Sakit Lutut – Adakah Anda Mengalami Radang Sendi (Osteoarthritis)?

NOOR KHAIRIAH A. KARIM

[f Share on Facebook](#) [🐦 Tweet on Twitter](#) [📞 Whatsapp \(Mobile Only\)](#)

PUBLISHED : 06 JANUARY 2022



Dr. Noor Khairiah A. Karim

Kluster Perubatan Regeneratif, Institut Perubatan dan Pergigian Termaju,
Universiti Sains Malaysia

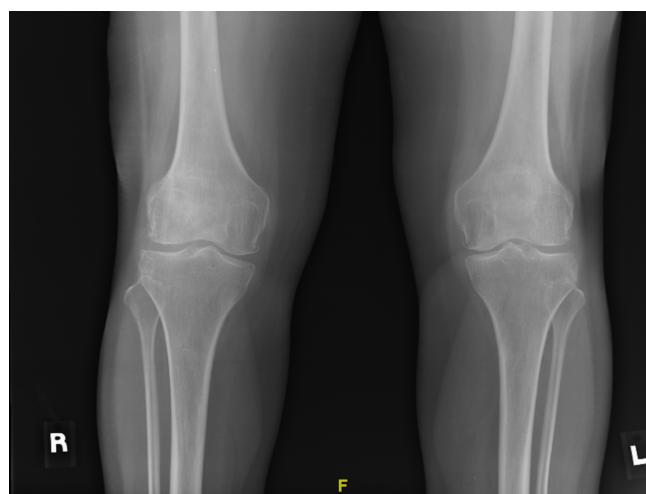
Sakit lutut diiringi dengan bunyi semasa menggerakkan sendi tersebut merupakan senario yang kerap dihadapi dan menyebabkan morbiditi terutama dalam kalangan warga emas namun kebanyakan pesakit menganggap sakit lutut itu hanyalah perkara biasa dan sentiasa mengabaikannya. Namun, perlu diingatkan bahawa sekiranya kesakitan yang dialami pada sendi lutut itu tidak dirawat dengan sebaiknya, ia boleh menjadi lebih teruk serta mampu menjejaskan kualiti kehidupan. Sakit lutut terutama ketika berjalan atau melakukan aktiviti yang lasak dan diiringi dengan bunyi yang dikenali sebagai 'crepitus' dalam istilah perubatan ialah gejala utama seseorang itu mengalami radang sendi atau 'osteoarthritis (OA)'.

OA merupakan penyakit sendi kronik yang berlaku akibat daripada kehausan pada

bahagian tulang rawan oleh proses 'degeneration' atau 'wear and tear'. Ini diikuti dengan penyempitan ruang sendi dan kekeringan cecair sendi yang menyebabkan geseran di antara tulang-tulang yang membentuk sendi tersebut berlaku dan menghasilkan bunyi 'crepitus' yang boleh didengari ketika pergerakan sendi. Semua sendi boleh mengalami radang tetapi ianya lebih kerap berlaku pada sendi lutut, pinggul dan pergelangan kaki, di mana sendi tersebut akan menjadi sakit, membengkak dan pergerakannya juga terbatas. Ia akan menyukarkan pesakit untuk berjalan, berdiri untuk jangkamasa yang lama, menaiki atau menuruni tangga dan duduk mencangkung.

Di antara faktor-faktor risiko yang dikenalpasti menyebabkan OA termasuk peningkatan usia, jantina, genetik, obesiti atau berat badan yang berlebihan, dan sejarah kecederaan pada bahagian sendi

Diagnosis penyakit radang sendi lutut boleh dibuat secara pemeriksaan klinikal, dan selalunya dapat disahkan oleh pemeriksaan radiografi atau x-ray. Ciri-ciri utama yang dapat dilihat ialah perubahan pada tulang subkondral, penyempitan ruang bersama, sklerosis subkondral dan pembentukan sista serta pembentukan serpihan tulang atau 'osteophytes'. Pada peringkat awal OA, hasil radiografi menunjukkan penyempitan ruang sendi yang tidak sama rata. Jika keadaan merosot, garis sendi akan hilang sepenuhnya.



Imej radiograf kedua-dua belah sendi lutut menunjukkan ciri-ciri OA iaitu ruang sendi lutut di 'medial' (struktur yang lebih dekat dengan garis tengah) lebih sempit daripada ruang sendi di 'lateral' (struktur yang lebih jauh dari garis tengah) dan

terdapatnya pembentukan serpihan tulang atau 'osteophytes' pada bucu kedua-dua sendi lutut tersebut.

Secara amnya, rawatan untuk penyakit OA ini boleh dibahagikan kepada tiga kategori iaitu rawatan ubatan serta fisioterapi, suntikan intra-artikular serta rawatan pembedahan. Rawatan ubatan seperti ubat penahan sakit, ubat anti-radang dan suplemen tambahan seperti Glucosamine dan Chondroitin serta rawatan fisioterapi dapat membantu untuk mengurangkan kesakitan pada peringkat awal.

REFERENCES:

1. Jacobson JA, Girish G, Jiang Y et-al. (2008). Radiographic evaluation of arthritis: degenerative joint disease and variations. *Radiology*. 248(3):737-47. doi:10.1148/radiol.2483062112
2. Heidari B. (2014). Knee osteoarthritis diagnosis, treatment and associated factors of progression: part II. *Caspian. J Intern Med*. 2(3): 249-55.

Penulis:

Dr. Noor Khairiah A. Karim
Pensyarah Perubatan dan Pakar Radiologi,
Kluster Perubatan Regeneratif, Institut Perubatan dan Pergigian Termaju,
Universiti Sains Malaysia

PDF