

PENYAKIT REMATIK

Oleh Galih Sri Mahardjo *)

Pendahuluan

Penyakit rematik sebenarnya sudah ada sejak jaman dahulu. Bahkan pada hewan dinosaurus yang hidup pada 2 juta tahun sebelum masehi juga pernah ditemukan adanya kelainan ini pada fosilnya. Namun penyakit rematik sebagian bagian dari ilmu kedokteran baru berkembang sekitar 50 tahun yang lalu.

Pada mulanya, rematik sering kali ditafsirkan sebagai penyakit ringan seperti capai - capai, keseleo, salah urat dan sebagainya, yang biasanya membawa penderita untuk meminta pertolongan kedokun atau pengobatan tradisional lainnya. Tetapi karena makin memberatnya penyakit, disertai dengan berbagai komplikasinya, akhirnya penderitapun akan membawa kedokter. Apalagi jika kita lihat dampak penyakit rematik pada bidang lain. pada bidang pekerjaan misalnya. Di Inggris, diperkirakan 4,7 juta hari kerja dalam setahun terbuang sia-sia gara-gara penyakit rematik ini. selain pemerintah menjadi rugi, penderitapun lama-lama malu karena selalu meminta cuti sakit setiap kali rematiknya kambuh.

Di negara yang telah maju, rematik memang cukup membuat masalah mengingat jumlah orang lanjut usia sangat banyak. Sedangkan 50 % dari orang ini menderita penyakit rematik.

Pada seleksi pendidikan ABRI, penderita rematik ini sering kali terjaring melalui pemeriksaan laboratorium, seperti : pemeriksaan asam urat, kreatinin dan ureum darah dan lain-lain .

Sebenarnya kelairan rematik ini tidak bersifat fatal, namun mengingat akibatnya yang dapat berkelanjutan seumur hidup, maka wajar saja jika mendapat perhatian yang serius.

Fengertian

Ada berbagai definisi untuk menerangkan penyakit rematik yang jenisnya ada bermacam-macam. Namun **Rheumatic Diseases** atau **Rheumatism** adalah suatu istilah yang pada permulaan abad ke 17 dipergunakan oleh seorang dokter perancis bernama Guillane de Baillou untuk menunjukkan adanya suatu penyakit atau rasa sakit pada persendian atau jaringan penyangganya. Secara garis besar penyakit ini dibagi menjadi dua kelompok, yaitu : rematik yang terjadi diluar sendi dan rematik yang terjadi di dalam sendi.

*) Penulis adalah Kapten Pol. Dr. Galih Sri Mahardjo Kepala Poliklinik PTIK.

Namun ada juga pembagaian penyakit ini berdasarkan penyebab terjadinya.

Sebab-sebab Rematik

Banyak faktor yang dianggap dapat menyebabkan timbulnya penyakit rematik ini. Namun sampai sekarang belum dapat diketahui faktor mana yang paling utama menyebabkan rematik. Diperkirakan berbagai faktor itu saling berkaitan dalam menimbulkan kerusakan pada jaringan tulang dan persediaan. Faktor-faktor tersebut antara lain :

1. Faktor keturunan

Penyakit rematik sering kali diturunkan oleh ibu yang menderita penyakit rematik. Dari hasil penelitian, diperkirakan mekanisme penurunan ini melalui Gen HLA B 27.

2. Usia

Kelainan ini banyak terjadi pada usia lanjut. Kurang lebih 85% penderita rematik berusia 65 tahun keatas. Pada usia lanjut memang banyak didapatkan adanya kelainan pada tulang rawan sendi. Namun rematik ini dapat terjadi juga pada usia dewasa muda.

3. Kegemukan

Kegemukan hampir 60% akan dapat menimbulkan rematik pada lutut. Sedangkan pada orang kurus hanya 26%. Hal ini kemungkinan terjadi karena

sendi lutut menerima beban berat yang berulang-ulang.

4. Jenis kelamin

Wanita lebih sering ditemukan menderita rematik dari pada laki-laki. Pada wanita rematik biasa terjadi pada tangan dan lutut. Sedang pada laki-laki sering dijumpai pada panggul. Ini mungkin berhubungan dengan aktivitas atau pekerjaan yang sering dilakukan.

5. Gangguan Metabolisme

Manifestasinya sering berupa penyakit Pirai (Arthritis GOUT) yaitu suatu penyakit yang ditimbulkan oleh kelainan Metabolisme asam urat, baik yang dibawa sejak lahir ataupun akibat adanya penyakit lainnya. Penyakit ini menduduki ranking 3 terbanyak dibandingkan dengan rematik jenis yang lainnya. Naiknya kadar asam urat darah ini bisa terjadi baik karena bertambahnya pemasukan/produksi asam urat atau penurunannya pembuangan asam urat atau menurunnya pembuangan asam urat oleh ginjal.

6. Faktor lain

Faktor lain yang diperkirakan dapat menyebabkan terjadinya rematik diantaranya : pengaruh hormon, infeksi pada sendi, kelainan saraf dan pembuluh darah, serta trauma akibat pemakaian sendi yang berlebihan

seperti pada sepak bola.

Gejala-gejala rematik

Gejala rematik bervariasi. Pada mulanya bisa tanpa gejala. Kemudian bisa timbul linu-linu. Orang menyebutnya sebagai gejala encok. Selanjutnya dapat terjadi kaku sendi-sendi pada pagi hari atau sewaktu cuaca dingin. Sendipun menjadi nyeri bila digerakkan. Rasa nyeri ini dapat menjalar. Misalnya rasa yang berasal dari panggul dapat menjalar sakitnya ke lutut. Sakit di leher dapat dirasakan penjaranya hingga bahu atau lengan.

Rematik ini juga dapat mengganggu jaringan yang berada disekitar sendi. Hingga dapat pula terjadi kelemahan otot atau rasa cekot-cekot pada otot dan tulang disekitar sendi yang sakit.

Akhirnya sendipun dapat menjadi bengkak, dan terasa panas disekitarnya. Apabila keadaan ini terus berlanjut akan dapat timbul berbagai komplikasi baik pada jantung, paru-paru maupun pada organ-organ lain. Makin lambat datangnya pertolongan makin besar pula kemungkinan terjadinya cacad.

Penanganan rematik

Tindakan yang paling tepat untuk dilakukan apabila anda menderita penyakit rematik adalah dengan berobat ke dokter sedini mungkin anda lakukan. Jangan sekali-kali anda mencoba-coba menggunakan sendiri obat-obatan yang

tidak anda ketahui kegunaan dan efek sampingannya dengan pasti.

Dengan berobat ke dokter, anda akan mendapatkan kepastian apakah yang anda derita itu benar-benar penyakit rematik. Selain itu dengan pemeriksaan yang lengkap akan dapat diketahui derajat penyakit anda sekaligus dapat ditentukan bagaimana pengobatan yang sebaik-baiknya.

Sayang sekali pada kenyataannya penderita rematik sering mencoba-coba mengobati sendiri penyakitnya. Dan mereka ini baru mau datang ke dokter setelah penyakitnya menjadi parah. Sehingga upaya pertolongan-yapun menjadi makin sulit. Adapun yang perlu anda ingat dalam pengobatan rematik ini adalah sebagai berikut :

1. Pada serangan rematik yang datangnya mendadak dan berat sebaiknya penderita segera beristirahat dan secepatnya memeriksakan diri ke dokter atau klinik reumatologi terdekat.
2. Sekarang ini terdapat berbagai macam obat rematik. Yang paling baik untuk anda adalah yang paling efektif, murah, aman dan mudah didapat, karena pengobatan rematik memerlukan jangka waktu yang lama
3. Obat-obat rematik sering kali berpengaruh kurang baik terhadap sistim pencernaan. Oleh karenanya pamilah efek sam-

ping dari obat-obat rematik yang anda gunakan.

4. Obat rematik sering juga bersifat individual. Pada orang tertentu obat tersebut cocok, namun pada orang lain mungkin tidak cocok.
5. Secara garis besar obat rematik digolongkan menjadi 2 yaitu obat yang bersifat simptomatis (menghilangkan gejala) dan obat yang bersifat remisif. Golongan obat simptomatis terdiri dari obat analgetik (misal : aspirin, parasetamol, phenacetin dll) dan obat anti peradangan baik yang bersifat steroid maupun yang bersifat non-steroid. Sedangkan obat yang bersifat remisif antara lain D-Penisilamin, garam emas, klorokuin, levamisol dan immonosupresif.
6. Pemberian obat-obatan di atas harus diberikan sedini mungkin, dengan dosis yang sesuai. Keterlambatan pemberian obat ini akan membuat kerusakan sendi yang terjadi menjadi lebih berat, sehingga penderita terpaksa harus menjalani pembedahan untuk penanganannya. Lebih jauh lagi apabila telah terjadi suatu cacad, maka tindakan fisioterapi harus dilakukan. Fisioterapi ini penting untuk dilakukan supaya cacad tidak berlanjut. Untuk ini kadang diperlukan pemakaian bidai, tongkat, atau bahkan kursi roda

agar penderita dapat melakukan aktivitas sehari-harinya.

7. Ahli psikologi dan pekerja sosial (social worker) mungkin diperlukan apabila kelainan yang diderita sudah sedemikian sehingga penderita menjadi kurang mampu mengurus diri sendiri dan menjadi rendah diri karena cacad akibat penyakit yang dideritanya.

Pencegahan

Mengingat betapa repotnya apabila orang terkena rematik maka seyogyalah apabila anda berusaha mencegah timbulnya penyakit tersebut mulai dari sekarang. Karena bagaimanapun mencegah lebih mudah dari pada mengobati rematik.

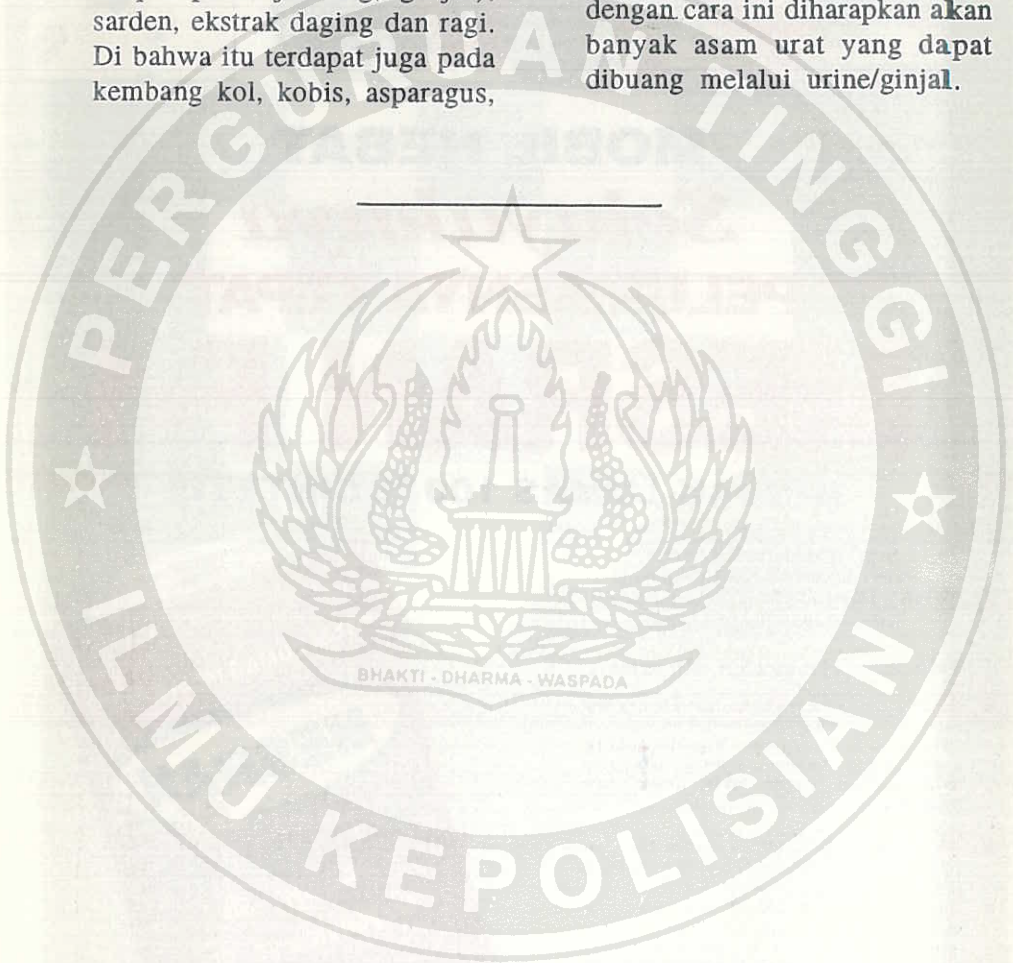
Tindakan pencegahan yang dapat anda lakukan antara lain :

1. Istirahat yang cukup, dalam arti seimbang dengan aktivitas yang dilakukan.
2. Tidak melakukan aktivitas gerakan berlebihan yang membebani suatu sendi atau organ tubuh yang lain misalnya mengangkat beban yang terlalu berat, olah raga berlebihan dan lain-lain.
3. Mencegah terjadinya kegemukan.
4. Tidak berlebihan dalam mengkonsumsi makanan yang banyak mengandung zat Purin yang dapat mengakibatkan meninggi-

nya kadar asam urat dalam darah. Makanan yang banyak mengandung unsur purin ini misalnya jerohan (hati,otot, limpa, paru, jantung, ginjal), sarden, ekstrak daging dan ragi. Di bahwa itu terdapat juga pada kembang kol, kobis, asparagus,

ayam, daging, jamur dan kacang-kacangan.

5. Usahakan minum air lebih dari 2 liter setiap harinya, karena dengan cara ini diharapkan akan banyak asam urat yang dapat dibuang melalui urine/ginjal.





MOBIL HEBAT
Selayaknya
PELUMASNYA TEPAT
MESRAN F-1
MINYAK LUMAS 100% SINTETIS

**BUKTIKAN KEHEBATAN
MINYAK LUMAS 100% SINTETIS
DENGAN KANDUNGAN ADITIF LENGKAP
HASIL TEKNOLOGI MUTAKHIR!**

Beberapa keunggulan antara lain:

- **MESRAN F-1 SAE 5W-50.** Andalan untuk balap mobil, rally atau berkendara di jalan-jalan macet. Tepat untuk kendaraan mesin bensin dengan multi katup pada TWIN Cam atau DOHC dan dapat pula untuk mesin diesel.
- **MESRAN F-1 SAE 5W-50.** Mempunyai kekentalan ganda (multi grade), mantap pada suhu tinggi dan rendah.
- **MESRAN F-1 SAE 5W-50.** Melindungi mesin dari keausan, menjaga mesin lebih bersih dan mempertahankan mesin selalu dalam kondisi seperti baru.
- **MESRAN F-1 SAE 5W-50.** Mengandung aditif lengkap dan tidak perlu ditambah aditif lagi. Memenuhi syarat mutu Internasional API Service SG/CD, CCMC G5/PD2.



PRODUKSI



PERTAMINA

SUPLEMEN

MINYAK PELUMAS YANG PRIMA ADALAH MESRAN PRIMA

Produk Unggulan Pertamina

Produk pelumas Pertamina yang handal adalah Mesran Super atau akrab disebut Mesrania dan yang terbaru adalah Mesran Prima.

Minyak pelumas jenis ini sudah begitu dikenal oleh masyarakat pengguna. Bahkan pelumas tersebut telah diakui menjadi kebutuhan standar bagi sebagian besar pemilik kendaraan bermotor. Baik untuk sepeda motor maupun mobil.

Hal ini wajar sekali karena Perusahaan Negara Pertamina ini sudah berpengalaman dalam memasarkan berbagai jenis minyak pelumas. Usaha itu adalah upaya untuk mengantisipasi perkembangan yang pesat sekali di bidang teknologi otomotif. Akan tetapi juga terlebih-lebih untuk memenuhi kebutuhan konsumen yang menginginkan pelumas yang berkualitas tinggi yang juga terjangkau dengan biaya yang tersedia.

Bagi pemilik mobil yang jumlahnya jutaan itu sudah memahami betul bahwa kegunaan minyak pelumas adalah untuk mengamankan kerja mesin mobilnya. Cara mengamankan mesin adalah membuat licin gesekan yang terjadi yaitu dengan memberikan cairan sebagai pembatas, maka tingkat kebutuhan

menjadi syarat mutlak. Bilamana kurang pekat atau terlalu encer, maka gesekan yang terjadi pada mesin menjadi keras. Dan bila terlalu kental, akan timbul tekanan langsung atau gesekan di dalam pelumas itu sendiri dan ini mengakibatkan gesekan dan akhirnya menimbulkan panas. Ini berbahaya sekali karena dapat mempercepat keausan komponen-komponennya.

Seorang pembalap mobil terkenal Tinton Suprpto, mengatakan produk minyak pelumas Pertamina dengan label nama Mesran Super, lebih-lebih Mesran Prima memenuhi syarat kekentalan itu.

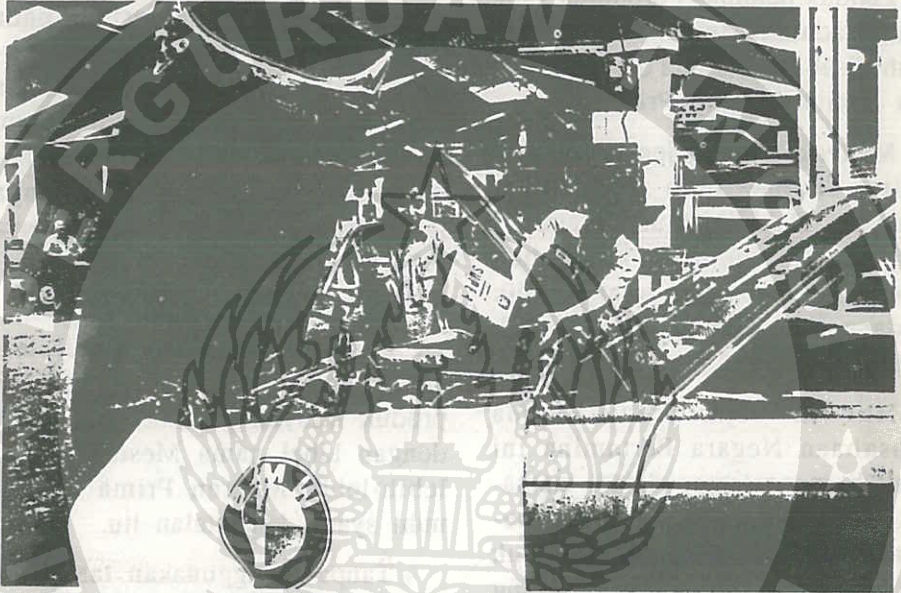
Tanpa menggunakan tambahan additive Mesran ternyata memang handal. Ternyata Mesran tidak hanya untuk mobil-mobil kelas menengah saja, tetapi juga untuk mobil-mobil kelas atas (mobil-mobil mewah seperti BMW, Mercy, Volvo) dan sebagainya.

Lebih dari itu Tinton juga berucap bahwa Mesran tidak kalah mutunya dibandingkan dengan pelumas yang diproduksi di luar negeri misalnya di Amerika Serikat dan Eropa.

Dengan menggunakan pelumas Mesran, maka pemilik mobil terhindar dari kemungkinan pelumas

selundupan atau malahan pelumas palsu. Memang Pertamina adalah instansi satu-satunya yang dapat memberikan izin. Dan Pertamina tidak mengimpor pelumas yang mutunya setingkat dengan Mesran.

Jadi dapat dipastikan palsu bila orang mengaku menggunakan pelumas impor. Karena penyelundupan pelumas asli produksi luar negeri harganya mahal sekali.



BENGKEL ● Mesran mendapat rekomendasi untuk dipakai dari BMW, Mercy, maupun Toyota

Pertamina bertekad sekali akan meningkatkan produk pelumasnya sesuai perkembangan teknologi mesin mobil. Oleh karena itu produk baru pelumas yang lebih handal adalah Mesran Prima. Mesran Prima mempunyai tingkat mutu API Service CG/SD yang memang sangat cocok untuk mobil-mobil bermesin DOHC, Twincamp yang memiliki sistem multi valve, baik 12, 16 maupun 24 valve. Dengan begitu, maka konsumen semakin mempunyai pilihan yang lengkap produk pelumas Pertamina.

Pertamina sebagai satu-satunya pemasok minyak pelumas di Indonesia telah meluncurkan Mesran PRIMA SAE 20 W - 50, Minyak pelumas dengan kekentalan (viscosity) SAE 20 W - 50 ini memenuhi persyaratan-persyaratan API Service Clasification SG/CD dan CCMC - G 4/PD 2, VW 501.01/505.00 specification.

Minyak pelumas API Service SG adalah minyak pelumas yang mempunyai tingkatan mutu (performance) paling tinggi yang diberikan oleh API (American Petroleum Institute).

Dalam rangka menguji Mesran PRIMA SEA 20 W - 50 maka telah dilaksanakan pengujian dalam reli Al Akbar Mutiara Andalas yang diselenggarakan oleh Perhimpunan Penggemar Mobil Kuno Indonesia (PPMKI). Reli wisata ini menempuh jarak 6000 kilometer mengelilingi pulau Sumatera selama dua minggu.

Dan peserta reli ini terdiri dari 65 mobil kuno berbagai merek, 1 truk, 1 bus, 5 mobil Toyota Kijang dan 3 Sepeda Motor Harley Davidson Tua.

▲ Solihin GP sebagai Ketua Umum PPMKI dan penggemar mobil kuno turut serta dalam reli tersebut.



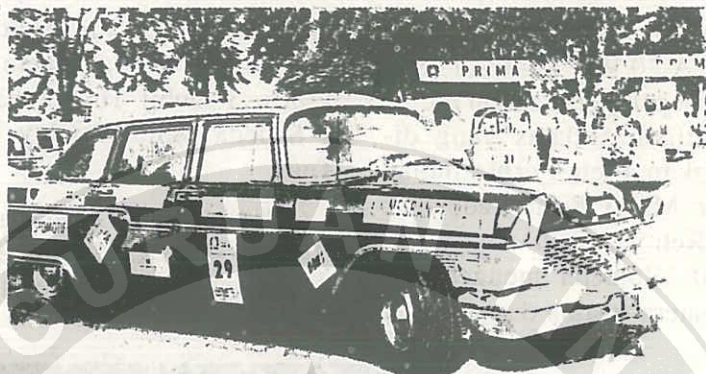
SOLIHIN G.P. DAN FAIZAL ABDA'OE (DIRUT PERTAMINA)

Mengapa minyak pelumas Mesran PRIMA SAE 20 W - 50 diuji coba pada mobil-mobil kuno dibawah tahun pembuatan 1957 ? Karena minyak pelumas Mesran PRIMA produk Pertamina ini me-

iliki kualitas yang baik sekali.

Dan ini terbukti mobil-mobil kuno itu sanggup mengelilingi pulau Sumatera itu dan tetap tangguh seperti terlihat pada gambar.

FOTO: USLUK K.



EKS MOBIL BUNG KARNO: SALAH SATU PESERTA RELI

Baju baru pelumas Pertamina

Untuk lebih menarik maka Pertamina membuat kemasan dengan desain dan warna baru bagi produk pelumasnya. Pembungkus baru itu bukan hanya untuk produk terbaru saja-Mesran FI, akan tetapi juga jenis pelumas lainnya. Mulai Desember 1994 minyak pelumas itu dibungkus dengan warna merah selain pembungkus, Label nama pelumasnya juga seragam terdapat dalam elips dengan warna yang berbeda tergantung pada nama pelumasnya.

Usaha Pertamina mengganti desain lama tersebut mempunyai peran strategis dalam pemasaran. Terutama dalam mendukung usaha mempertahankan dan meningkatkan pangsa pasar. Apalagi belakangan muncul berbagai produk pelumas sintesis yang membuat persaingan di pasar semakin kompetitif.

Dengan penggantian kemasan itu Pertamina percaya akan mampu memenangkan persaingan di pasar dan pelumas itu akan semakin bertambah akrab dengan konsumennya.



Baju baru pelumas PERTAMINA. Gagah dan mudah ditangkap mata