

# OSTEOARTHRITIS

## APA ITU OSTEOARTHRITIS?

Osteoarthritis (OA) adalah penyakit kronis jangka panjang yang ditandai oleh memburuknya kondisi tulang rawan di sendi yang disebabkan oleh adanya gesekan yang bersamaan antar tulang sehingga menimbulkan kekakuan, rasa sakit, dan gangguan fungsi gerak. Penyakit ini paling umum terjadi pada sendi di lutut, tangan, kaki, dan tulang belakang dan relatif umum pada sendi bahu dan pinggul.

## BAGAIMANA OSTEOARTHRITIS BISA TERJADI?

Selain terkait dengan panaan, OA juga terkait dengan berbagai faktor risiko yang dapat dimodifikasi (modifiable) dan tidak dapat dimodifikasi(nonmodifiable risk factor), termasuk: obesitas, kurang olahraga, kecenderungan genetik, kepadatan tulang, cedera akibat kerja, trauma, dan jenis kelamin

## ANGKA KEJADIAN

Osteoarthritis adalah salah satu faktor tertinggi penyebab kecacatan yang paling umum pada orang dewasa tua. Global Burden of Disease Study melaporkan bahwa beban gangguan muskuloskeletal jauh lebih besar dari perkiraan dalam penilaian sebelumnya dan menyumbang 6,8% dari DALYs (The disability-adjusted life years) di seluruh dunia. Diperkirakan 10% hingga 15% dari semua orang dewasa berusia di atas 60 memiliki OA tingkat tertentu, dengan prevalensi lebih tinggi di antara wanita daripada pria. Di seluruh Negara Anggota Uni Eropa, prevalensi OA yang didiagnosis bervariasi dari 2,8% di Rumania hingga 18,3% di Hongaria.

Prevalensi OA meningkat karena proses panaan maupun terkait faktor-faktor lain seperti obesitas. Menurut PBB, pada 2050 orang berusia di atas 60 akan mencakup lebih dari 20% populasi dunia. Dari 20% itu, perkiraan secara konservatif 15% akan memiliki OA simptomatik, dan sepertiga dari mereka akan cacat berat. Ini berarti bahwa pada tahun 2050, 130 juta orang akan menderita OA di seluruh dunia, 40 juta di antaranya akan sangat dinonaktifkan oleh penyakit ini.

## TANDA GEJALA

- **Nyeri pada sendi**
- **Kekauan pada sendi**
- **Ketidakstabilan sendi**
- **Adanya bunyi krepitasi**
- **Terbatasnya pergerakan sendi**
- **Perubahan bentuk tulang**
- **Kelainan bentuk sendi**

## PENANGANAN OSTEOARTHRITIS

Pengobatan nyeri yang dapat dilakukan antara lain, viscosupplementation dengan injeksi hyaluronate intraartikular, suntikan kortikosteroid intraartikular, operasi penggantian sendi; dan, dalam keadaan tertentu atau langka, dapat dilakukan implantasi kondrosit autologous ke daerah yang rusak.

## PENCEGAHAN OSTEOARTHRITIS

Adapun beberapa faktor yang dapat dilakukan sebagai upaya protektif dan pencegahan antara lain : olahraga, diet sehat, dan penanganan cedera yang tepat, meskipun tetap ada banyak faktor risiko seperti jenis kelamin, usia, dan genetika tidak dapat dimodifikasi atau dicegah

Kecacatan fisik yang timbul dari rasa sakit dan hilangnya kapasitas fungsional mengurangi kualitas hidup dan meningkatkan risiko morbiditas lebih lanjut. Meskipun ada berbagai macam perangkat dan obat paliatif yang tersedia yang dapat menghilangkan rasa sakit dan meningkatkan kualitas hidup, namun tidak ada produk farmasi yang dapat menghentikan atau membalikkan timbulnya OA.