

Tanpa Rawatan *ARTRITIS PSORIATIK* Mampu Akibatkan Tidak Upaya



PROFESOR MADYA
DR. SARDINAN
SUFU KALINGAM
PAKAR PENYAKIT
REUMATIS DAN
PUSAT PERUBATAN
UNIVERSITI MALAYA



Bagi orang yang menghidap dengan Arthritis Psoriatik, melakukan tugas harian seperti membutangkan baju atau mengancing zip pakaian dan mengangkat benda berat adalah satu cabaran.

Sebelum penjelasan selanjutnya diberikan mengenai Arthritis Psoriatik, kita perlu tahu apa sebenarnya penyakit ini.

Psoriasis adalah penyakit kulit yang kronik di mana kulit penghidap menebal lebih cepat daripada kulit yang normal. Penyakit ini tidak berjangkit. Kawasan yang biasa dihidapi adalah kulit kepala, lutut, siku lengan dan kaki tetapi boleh juga melibatkan bahagian badan yang lain termasuk kuku.

Arthritis pula adalah peradangan di salah satu atau beberapa persendian

tubuh. Ia mendatangkan kesakitan, kemerahan, bengkak dan kekejangan sendiri. Antara sebab-sebab ia berlaku adalah kerana kerosakan sendi, jangkitan kuman, penyakit yang diwarisi atau sebab-sebab lain.

Boleh Terjadi Bila-Bila Masa

Bagi kebanyakan kes, pesakit mengalami Psoriasis terlebih dahulu dan kemudian Arthritis Psoriatik. Dalam kalangan kira-kira 500,000 hingga 800,000 orang rakyat Malaysia mengalami Psoriasis. Dianggarkan 15

hingga 20 peratus daripada mereka menghidapi Arthritis Psoriatik.

Seperti Psoriasis, kemarakan Arthritis Psoriatik berlaku tanpa diduga, dengan tempoh keabah atau remis.

Arthritis Psoriatik boleh terjadi pada bila-bila masa, tetapi bagi kebanyakan orang, ia terjadi pada usia antara 30 dan 50 tahun.

Oleh sebab Arthritis Psoriatik adalah penyakit genetik, seseorang berkemungkinan besar untuk mengalami keadaan ini jika ahli keluarganya seorang penghidap keadaan ini.

Ada Rawatan Bantu Kawal Gejala-Gejala Penyakit

Pakar Perunding Reumatologi, Pusat Perubatan Universiti Malaya, Profesor Madya Dr. Sargunan Sockalingam menjelaskan, Arthritis Psoriatik (PsA) adalah sebarang arthritis kronik yang dihidapi oleh sesetengah pesakit psoriasis.

"Arthritis Psoriatik adalah satu bentuk arthritis keradangan. Buat masa ini tiada cara untuk menyembuhkan Arthritis Psoriatik. Bagaimanapun terdapat rawatan untuk membantu mengawal gejala-gejala penyakit.

"Jika Arthritis Psoriatik dibiarkan tanpa dirawat, keradangan boleh menyebabkan kerosakan kekal kepada sendi dan tisu yang boleh mengakibatkan kehilangan upaya," jelasnya kepada media sewaktu bengkel mengenai Arthritis Psoriatik.

Hidup dengan Arthritis Psoriatik membawa pelbagai cabaran. Selain menderita kerana kesakitan, kekakuan dan kelesuan, Arthritis Psoriatik juga boleh menjejaskan emosi pesakit.

Kajian menunjukkan bahawa pesakit Arthritis Psoriatik lebih besar kemungkinan mengalami kemurungan dan keresahan, berbanding pesakit yang menghidap Psoriasis sahaja. Ada kalanya pesakit merasa kecewa dengan keadaan mereka kerana keadaan menyukarkan mereka untuk melakukan tugas-tugas mudah. Ini seterusnya akan menyebabkan tekanan yang boleh mengakibatkan kemarakan penyakit dan kesakitan.



“Kajian menunjukkan bahawa pesakit Arthritis Psoriatik lebih besar kemungkinan mengalami kemurungan dan keresahan, berbanding pesakit yang menghidap Psoriasis sahaja...”

Siapa Berisiko Mengalami Arthritis Psoriatik

10 hingga 30 peratus orang yang menghidap psoriasis berisiko mendapat arthritis psoriatik. Keadaan ini dihidapi oleh lelaki dan juga wanita.

Ia biasanya dihidapi oleh orang yang berumur antara 30 hingga 50 tahun. Disebabkan keadaan ini genetik, sehingga 43 peratus pesakit arthritis psoriatik mempunyai sejarah keluarga yang menghidap penyakit kulit atau sendi.

Gejala-gejala Arthritis Psoriatik

Berikut adalah antara gejala-gejala Arthritis Psoriatik:

- Letih dan lesu.
- Satu atau beberapa sendi kaku, sakit berdenyut-denyut, bengkak dan rasa nyeri.
- Tendon nyeri, sakit dan bengkak.
- Kuku bertukar seperti kuku terpisah daripada dasar kuku atau menjadi menggerutu.
- Jari-jari tangan dan kaki bengkak. Ada kalanya rupanya seperti sosej.
- Mata merah dan sakit.

Jika anda ada mengalami gejala-gejala yang disebutkan ini segeralah bertemu dengan doktor reumatologi untuk mendapatkan rawatan yang sesuai.

Langkah-langkah Melegakan

Jelas Profesor Madya Dr. Sargunan Sockalingam, pesakit Arthritis Psoriatik perlu memahami keadaan dan mendapatkan bantuan profesional di peringkat awal, kerana diagnosis awal dan rawatan segera penting untuk mencegah kerosakan dan kehilangan fungsi sendi.

Berikut adalah langkah-langkah yang dicadangkan oleh Profesor Madya Dr. Sargunan Sockalingam bagi melegakan Arthritis Psoriatik.

- Ubatan bersesuaian
- Mengurangkan aktiviti.
- Terapi menggunakan kepanasan atau kesejukan.
- Ambil makanan lengkap (whole food)
- Senaman ringan dan lembut.
- Mengelak pencetus yang dikenali.
- Jaga kesihatan mental.
- Berjumpa doktor jika keadaan semakin teruk. 