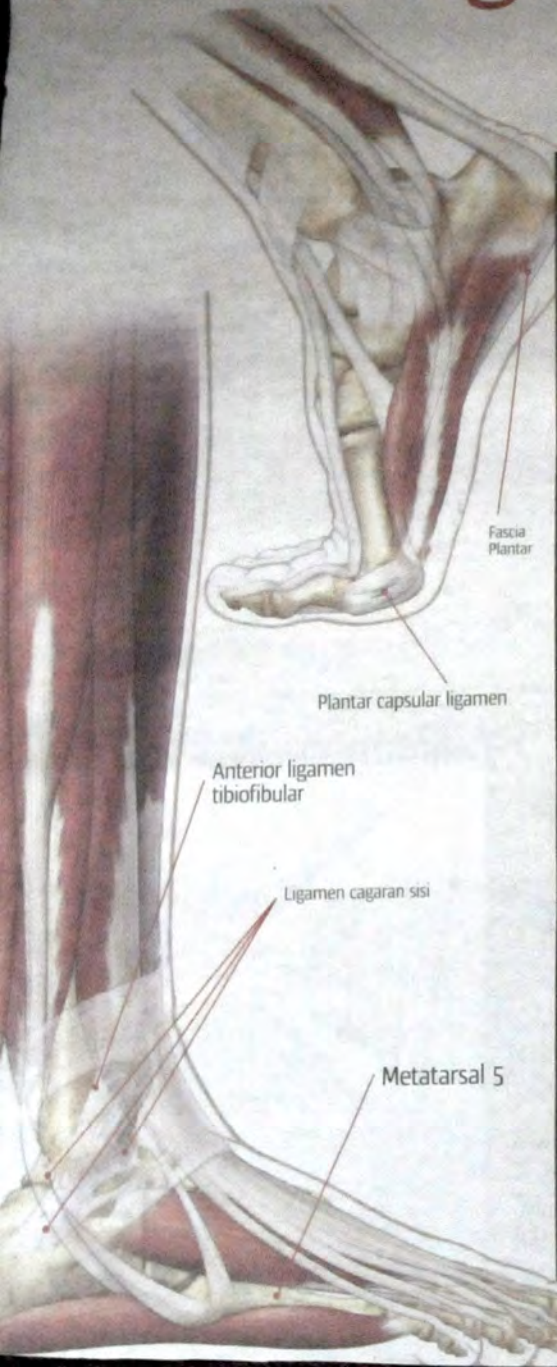


Rawat segera kecederaan buku lali



» Prosedur bedah cantuman kurangkan sakit, memudahkan pergerakan

Oleh Rashidah Imani Abd Rahim
rashidah@oh.com.my

Seorang pesara guru yang dikenali sebagai Abdullah mendapat kemalangan ketika bertugas hingga menyebabkan sendi buku lali kirinya mengalami kecederaan teruk.

Kesannya, sendi itu sentiasa sakit menyebabkannya kerap mengambil ubat penahan sakit dan terpaksa menggunakan tongkat untuk bergerak.

Setelah berjumpa doktor pakar ortopedik di hospital kerajaan, beliau disahkan mengalami osteoarthritis pada buku lali sebelah kirinya dan dinasihatkan supaya buku lali berkenaan dimatikan.

Rawatan dilakukan menerusi pembedahan cantuman buku lali atau melakukan penggantian sendi buku lali. Atas nasihat doktor, Abdullah kemudian memilih melakukan penukaran sendi buku lali.

Pergerakan buku lali beliau juga lebih baik, selain mengisir waktu terluang dengan bekerja sambil sebagai pengawal keselamatan.

Terseluh punca buku lali tidak stabil

Sakit berpanjangan pada buku lali adalah perkara yang agak biasa berlaku. Namun kesakitan pada buku lali disebabkan arthritis atau osteoarthritis jarang berlaku berbanding osteoarthritis sendi lutut.

Osteoarthritis buku lali tergo-

long di dalam osteoarthritis sekunder yang berpunca daripada kemalangan atau trauma (luka atau kecederaan fizikal).

Pakar Perunding Ortopedik Pusat Perubahan Universiti Kebangsaan Malaysia (PPUKM) dan Pusat Pakar URM (UKM), Dr Mohd Yazid Bajuri, berkata kecederaan pada buku lali sering dianggap keadaan kurang serius.

Beliau berkata masyarakat gemar memilih mendapatkan rawatan tradisional dengan kaedah mengurut. Tanpa disedari kaedah ini boleh menyebabkan buku lali cedera dan bengkak.

Kecederaan itu katanya, sering berlaku disebabkan kesan kemalangan jalan raya, terseluh ketika bersukan atau jatuh ketika menggunakan kasut tumit tinggi. Kekejangan buku lali terseluh sebagai tanda menunjukkan buku lali anda pernah tercedera serta tidak stabil.

Prosedur rumit, risiko komplikasi

"Ini menyebabkan buku lali

berkenaan mudah mengalami arthritis pada masa akan datang. Bagaimanapun, keadaan arthritis buku lali tidak memerlukan pembedahan pada peringkat awal.

"Doktor akan memberi rawatan konservatif menggunakan ubat-ubatan dan pesakit dinasihatkan menjalani program fisioterapi. Pembedahan seperti penukaran sendi buku lali hanya disarankan jika arthritis buku lali semakin teruk dan buku lali masih tidak stabil, hingga sukar berjalan," katanya.

Mengulas mengenai penggantian sendi buku lali, Dr Yazid berkata, prosedur ini rumit secara teknikal dan berisiko berlaku komplikasi.

Katanya, matlamat pembedahan untuk menukar permukaan sendi buku lali dengan alat mekanikal yang dapat meneruskan pergerakan sendi secara normal dan tiada kesakitan selepas pembedahan.

"Kaedah ini hanya dilakukan ke atas pesakit yang sesuai setelah kaedah kon-

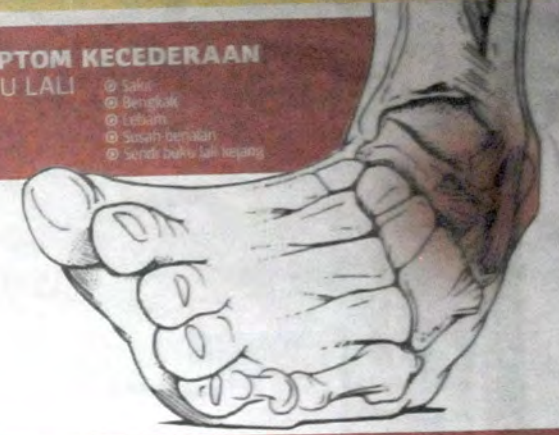


DOKTOR AKAN MEMBERI RAWATAN KONSERVATIF MENGGUNAKAN UBAT-LIBATAN DAN PESAKIT DINASIHATKAN MENJALANI PROGRAM FISIOTERAPI. PEMBEDAHAN SEPERTI PENUKARAN SENDI BUKU LALI HANYA DISARANKAN JIKA ARTHRITIS BUKU LALI SEMAKIN TERUK DAN BUKU LALI MASIH TIDAK STABIL, HINGGA SUKAR BERJALAN"

Dr Mohd Yazid Bajuri, Pakar Perunding Ortopedik PPUKM dan Pusat Pakar URM (UKM)

SIMPTOM KECEDEeraan BUKU LALI

- ⊗ Sakit
- ⊗ Bengkak
- ⊗ Lebam
- ⊗ Susah berjalan
- ⊗ Sendi buku lali tegang



PUNCA BUKU LALI CEDERA

- ⊗ Kemalangan jalan raya
- ⊗ Terjatuh
- ⊗ Terseluh
- ⊗ Aktifiti sukan
- ⊗ Berkasut tumit tinggi
- ⊗ Berjalan atau berlari pada permukaan tidak rata



TAHAP KECEDEeraan BUKU LALI

Tahap Satu

- ⊗ Sedikit regangan atau koyakan kecil pada ligamen lateral buku lali.
- ⊗ Sendi tidak stabil sedikit atau mungkin tiada langsung.
- ⊗ Rasa kurang sakit.
- ⊗ Bengkak sedikit di sekitar tulang atau kawasan luar buku lali.
- ⊗ Sendi berasa tegang atau sukar berjalan dan berlari.

Tahap dua

- ⊗ Koyakan tahap sederhana pada fiber ligamen.
- ⊗ Sendi kurang stabil.
- ⊗ Rasa sakit sederhana atau mungkin sukar berjalan.
- ⊗ Bengkak dan rasa tegang di sendi buku lali.
- ⊗ Lebam.

Tahap tiga

- ⊗ Ligamen koyak teruk.
- ⊗ Sendi buku lali langsung tidak stabil.
- ⊗ Rasa sakit sekejap-sekejap.
- ⊗ Bengkak yang teruk.
- ⊗ Lebam yang berlarutan.

