

Terapi Scoliosis tergantung dari derajat berat ringannya pelengkungan abnormal tulang belakang yang terjadi dan jenis scoliosisnya.

Beberapa hal yang perlu dilakukan adalah :

1. Observasi dan kontrol teratur

Observasi dan pemeriksaan ulang diperlukan untuk menentukan apakah pelengkungan abnormal dari tulang belakang masih berlanjut, hal ini mengingat fase pertumbuhan tulang atau fase maturitas tulang pada anak-anak. Pelengkungan tersebut dapat melambat atau bahkan berhenti setelah selesai masa pubertas.



2. Exercise / senam khusus untuk Scoliosis

Latihan-latihan khusus ini dianjurkan pada scoliosis yang sangat ringan, scoliosis dengan derajat progresivitas yang rendah, dan harus dilakukan secara rutin disesuaikan dengan hasil pemeriksaan. Tujuannya untuk melematkan sisi otot yang kaku dan menguatkan sisi otot yang lemah.

Tidak disarankan melakukan olahraga yang membutuhkan gerakan hanya bertumpu pada satu sisi seperti bulu tangkis atau tenis, namun berenang, senam dan yoga diimbangi dengan latihan kardio untuk menguatkan fungsi jantung dan paru sangat baik bagi penderita scoliosis.



3. Bracing

Bracing dapat digunakan bila pada X-Ray derajat kelengkungannya berkisar 20-40°. Bracing terbukti efektif untuk memperlambat atau menghentikan proses pelengkungan abnormal tulang belakang dengan lama pemakaian 22-23 jam/hari. Terdapat berbagai jenis brace yang akan disesuaikan dengan kebutuhan.

Alat bantu lain akan direkomendasikan oleh dokter untuk mengoreksi kelainan struktur tubuh lain yang memicu terjadinya scoliosis non struktural.



4. Bedah

Tindakan bedah dianjurkan pada penderita Scoliosis dengan sudut kemiringan tulang belakang > 50° atau kurang dari itu, namun dengan terapi sebelumnya tidak memberikan hasil yang baik, atau bila memang telah ada komplikasi.



Alamat :
Ruko Italian Walk, Unit Blok J No. 19, Mall Of Indonesia (MOI),
Kelapa Gading, Jakarta Utara

SCOLIOSIS



Jam Operasional

Senin-Jumat : pk. 10.00 - 19.00
Sabtu : pk. 08.00 - 14.00

Appointment

(021) 2936 4016 atau 0858 5864 6477

Kunjungi website kami di

www.flexfreedclinic.com

Apakah Scoliosis itu?

Scoliosis merupakan salah satu kelainan yang terjadi pada tulang belakang, ditandai dengan kecondongan garis tulang belakang ke arah samping. Pada Gambaran X Ray, akan nampak gambaran tulang belakang seakan membentuk huruf "S" atau "C" (tidak lurus).

Menurut The Scoliosis Research Society, seseorang dikatakan menderita Scoliosis bila pada pemeriksaan X-Ray kelengkungan tulang belakang lebih dari 10°.

Siapa saja yang dapat menderita Scoliosis?

Kelainan ini didapatkan pada sekitar 3 - 30% populasi. Anak laki-laki maupun anak perempuan memiliki kemungkinan yang sama untuk menderita scoliosis, namun perkembangan (progresivitas kelainan) scoliosis akan cepat nampak pada anak perempuan (4 - 7 kali), sehingga umumnya anak perempuan lebih membutuhkan terapi.

Apa yang menjadi penyebab Scoliosis?

Postur tubuh ditunjang oleh struktur tulang belakang dan distabilkan oleh otot dan jaringan pengikat otot (ligamen), dan terbentuk sesuai dengan proses pertumbuhan.

Tulang belakang yang nampak miring, dapat terjadi karena 2 hal yaitu :

1. Struktural

Kemiringan yang terjadi karena adanya kelainan murni pada struktur tulang belakang

Penyebabnya adalah :

- Sebagian besar idiopatik atau tidak diketahui,
- penyebab lain karena kelainan pembentukan tulang belakang pada masa kehamilan
- Kelainan/penyakit pada otot penyangga tulang belakang dan persarafannya.
- Tumor, infeksi, penyakit metabolik dan arthritis



2. Non Struktural

Kemiringan yang terjadi akibat adanya kelainan di tempat lain yang menyebabkan posisi tulang belakang berubah (tidak lurus lagi) sebagai mekanisme kompensasi.

Penyebabnya dapat terjadi karena :

- Postur tubuh yang tidak tegak karena faktor kebiasaan
- Panjang kaki yang tidak sama
- Iritasi persarafan di area tulang belakang
- Pemendekan pada tulang panggul



Apa masalah yang ditimbulkan oleh Scoliosis?

Tergantung dari tingkat / derajat kecondongan dari tulang belakang yang terjadi, pelengkungan dalam derajat kecil sering tidak menimbulkan masalah, namun pelengkungan dalam derajat besar dapat menyebabkan ketidakseimbangan postur dan dapat timbul masalah sebagai berikut :

- Gangguan Estetika
- Nyeri pinggang
- Penurunan kapasitas aktifitas
- Gangguan pengembangan paru
- Gangguan saraf
- Gangguan pertumbuhan kaki

Bagaimana gejala atau tanda-tanda Scoliosis?

Scoliosis akan menyebabkan tubuh seseorang tampak asimetris ketika dilihat dari depan maupun belakang.



Waspada pada keadaan-keadaan sebagai berikut, yaitu :

- Bila terlihat postur tubuh miring atau terputar
- Bila bahu kanan dan kiri terlihat tidak sama tinggi
- Bila terlihat posisi atau tinggi panggul tidak simetris
- Terlihat perbedaan posisi atau tinggi tulang belakang
- Ketika berdiri tegak, terlihat perbedaan pada kedua tangan yang menggantung di sisi badan
- Ketika membungkuk ke depan, terlihat perbedaan tinggi punggung belakang
- Bila terdapat "hump"

Tindakan skrining untuk Scoliosis harus sudah dilakukan ketika anak berusia 6 tahun.

Bagaimana dokter memastikan kondisi Scoliosis?

Dokter akan menanyakan riwayat kesehatan keluarga dan penderita, serta keluhan-keluhan penderita selama ini, dan akan melakukan beberapa pemeriksaan sebagai berikut:

- Pemeriksaan fisik untuk melihat kelainan tulang belakang antara lain dengan Adam's test, plum line test, Pelvic Obliguity, Leg length discrepancy.
- Pengukuran derajat kelengkungan abnormal tulang belakang dengan Scoliometer
- Pemeriksaan penunjang dengan foto X-Ray untuk mengukur dengan akurat derajat kelengkungan abnormal tulang belakang (biasa disebut dengan Cobb Angel)

Bagaimana tatalaksana kelainan Scoliosis?

Prinsip atau target terapi pada penderita Scoliosis adalah untuk menghentikan proses pelengkungan (progresivitas) abnormal tulang belakang dan mengurangi dampak buruk terhadap organ-organ lainnya, seperti organ pernapasan.

