



Rematik adalah penyakit yang pada umumnya diderita oleh orang-orang yang sudah berumur. Hal ini sebenarnya asumsi yang masih kurang tepat. Memang pada zaman dahulu, rematik sering diderita oleh orang-orang yang sudah cukup umur. Tetapi lain halnya dengan sekarang. Penyakit ini bisa menyerang kepada siapa saja.

Gejala-gejala dari penyakit ini biasanya diawali dengan adanya nyeri-nyeri di bagian persendian dan menimbulkan kaku. Sedangkan bila rematik telah menyerang seseorang pada bagian persendian memerah dan terasa panas sehingga sendi tidak dapat digerakkan karena terasa lemah. Biasanya kondisi ini diikuti oleh demam, turunnya berat badan, serta nyeri yang berkepanjangan.

Penyakit rematik memang penyakit yang tidak mematikan, tetapi tidak dapat dianggap sepele. Karena sampai saat ini penyakit rematik termasuk penyakit yang sulit diobati. Bahkan dunia klinis belum mengetahui penyebab dari penyakit ini.

Rematik adalah penyebab rasa sakit pada otot dan jaringan ikat. Jika gejala rasa sakit ini sampai menyerang satu atau beberapa persendian tulang, penyakit ini dijuluki arthritis.

Jika menyerangnya cukup lama, maka bisa menyebabkan penyakit rematik arthritis. Rematik arthritis biasa menyerang persendian kaki dan tangan, terutama pada ruas-ruas jari dan persendian jari kaki, tangan, lutut, tumit dan leper. Peradangan dari persendian itu lambat laun dapat berkembang menjadi kerusakan persendian. Pada beberapa kasus rusaknya sendi dapat membawa kelumpuhan atau cacat.

Penyakit yang menyebabkan nyeri sendi sebenarnya termasuk penyakit degeneratif yang selalu mengikuti perjalanan usia seseorang. Bagi orang yang sudah berusia di atas empat puluh dan masih sering beraktivitas, akan sering sekali merasakan nyeri sendi dan tulang. Akibatnya penyakit ini sulit sekali untuk disembuhkan, meskipun telah minum obat, jamu, dan terapi penyembuhan. Karena memang penyakit ini tidak dapat disembuhkan sedangkan obat hanya mengurangi rasa sakit saja.

Selain mengurangi rasa nyeri dengan obat-obatan, atau jamu. Terdapat cara yang lebih efektif untuk mengatasinya. Antara lain : rajin berolahraga, istirahat cukup, pola makan seimbang, jangan duduk terlalu lama, banyak minum air putih (10 gelas per hari), posisi duduk dan berdiri harus benar agar tidak gampang nyeri sendi.