



Cedera pada Lutut

Kapan Waktu Terbaik untuk Konsultasi dengan Spesialis Ortopedi?



Tidak semua masalah lutut memerlukan konsultasi dengan spesialis bedah ortopedi. Umumnya keseleo, cedera ringan atau luka pada lutut dapat dirawat sendiri. Fisioterapis dapat memberikan saran mengenai latihan untuk mempercepat rehabilitasi dan kesembuhan masalah lutut ringan. Namun, jika sakit pada lutut terasa mengganggu, sebaiknya Anda berkonsultasi dengan spesialis karena mungkin operasi menjadi salah satu solusi untuk mengatasi sakit tersebut.

Berikut adalah masalah pada lutut yang memerlukan prosedur operasi:

Cedera pada Anterior Cruciate Ligament (ACL)

Anterior Cruciate Ligament adalah salah satu dari ligamen utama untuk menstabilkan lutut. Bagian ini dapat mengalami kerusakan saat berolahraga jika tiba-tiba berhenti atau berputar. Olahraga yang seringkali menyebabkan kerusakan pada ligamen termasuk sepak bola, basket, ski dan badminton.

“*Saya mendengar bunyi POP dan lutut saya membengkak saat kecelakaan ski di Australia.*”- Menurut Dr. Ambrose Yung, hal ini seringkali didengar dari pasien dengan luka ACL.

Jika terjadi cedera pada ACL, lutut akan membengkak dan pasien akan kesulitan berjalan. Oleh karena itu disarankan segera berkonsultasi dengan spesialis ortopedi untuk mengetahui ada tidaknya retak tulang dan robek pada ligamen. Pemeriksaan rontgen dan MRI umumnya dilakukan untuk memperoleh diagnosa.

Dr. Yung memastikan bahwa prosedur bedah rekonstruksi ACL adalah prosedur umum yang rutin dilakukan. Prosedur meliputi pengambilan *tendon hamstring* dan menggunakannya sebagai pengganti ligamen yang robek. Paska operasi, pasien sudah bisa berdiri dan berjalan dengan bantuan sepasang kruk. Dalam waktu sekitar 6-9 bulan masa fisioterapi, pasien dapat sembuh dan berolahraga kembali.

Cedera pada Meniscus

Meniscus terdiri dari 2 tulang rawan berbentuk C kecil yang berfungsi sebagai bantalan dalam sendi lutut. *Meniscus* dapat mengalami cedera jika Anda bergerak atau berputar diluar putaran normal lutut.

“*Lutut saya terkunci dan saya tidak dapat menggerakannya.*” Ini adalah komplain yang biasa disampaikan pasien dengan cedera *meniscus*. Jika tidak ditangani, kondisi ini dapat menjadi lebih parah, sehingga akhirnya sendi lutut mungkin tidak bisa digerakkan. Kondisi ini seringkali memerlukan prosedur *debridement* (prosedur untuk mengangkat jaringan sendi, tulang rawan, atau tulang tetap yang mengalami kerusakan atau terinfeksi).


“Saat ini, prosedur tersebut dapat memberikan hasil cepat dan sangat baik dengan mengangkat atau memperbaiki *meniscus* yang menghalangi gerak sendi lutut melalui lubang kecil. Teknik minimal invasif ini dapat mengurangi trauma pada jaringan di sekitar, memberikan visual yang lebih baik, serta masa penyembuhan yang lebih cepat. Banyak pasien dapat pulang ke rumah di hari yang sama dengan prosedur,” ujar Dr. Yung.

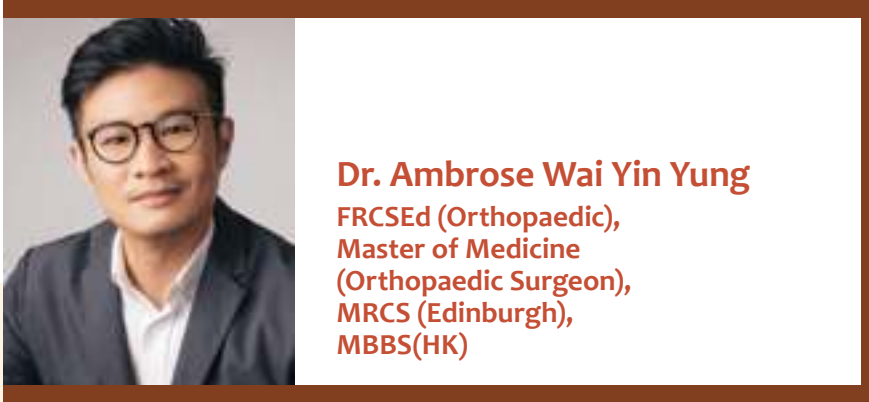
Cedera pada Osteochondral

Cedera *osteochondral* adalah kerusakan pada bagian halus di ujung tulang, disebut tulang rawan sendi (*chondro*), dan tulang (*osteo*) di bawahnya. Tulang rawan sendi memungkinkan sendi bergerak serta melindungi dari benturan. Level luka dapat bervariasi mulai dari retak halus hingga tulang yang patah di bagian dalam sendi.

“Prosedur ini mengangkat fragmen tulang yang lepas, hampir sama dengan prosedur pada pengangkatan *meniscus*. Lubang kecil dibuat di lutut, untuk memperoleh visual dari bagian dalam lutut dan mengangkat fragmen yang lepas. Jika fragmen tersebut tidak diangkat, lutut akan menjadi kaku dan sakit. Permukaan tulang rawan yang tidak rata dan fragmen yang lepas akan diperbaiki agar sendi lutut dapat bergerak lagi dengan baik. Jika tidak, sendi lutut dapat rusak lebih jauh,” jelas Dr. Yung.

Jika darah tidak mengalir dengan baik ke bagian tulang rawan, penyembuhan akan menjadi lama dan dapat menyebabkan *osteoarthritis*. Oleh karena itu disarankan untuk segera melakukan pembedahan.

Kami harap artikel ini dapat memberikan wawasan yang berguna mengenai penanganan cedera lutut dan meningkatkan kualitas hidup Anda. 





Dr. Ambrose Yung adalah salah satu spesialis Ortopedi di Singapore. Antara tahun 2000-2001, menjalani internship di Princess Margaret Hospital dan Queen Elizabeth Hospital, Hongkong.

Pada 2012, Dr. Yung juga menyelesaikan Fellowship di The Royal College of Surgeons of Edinburgh melalui International Medical Graduate Sponsorship Scheme. Di tahun yang sama, beliau juga menjalani pelatihan di bawah bimbingan Prof. David Barret di Southampton University Hospital Trust, di bagian Trauma & Orthopaedic Care Group, Hip & Knee Division. Selama 6 bulan, (tahun 2013) Dr. Yung memperoleh pelatihan di Oxford University Hospital Trust, Nutfield Orthopaedic Center di bagian Specialist Adult Hip & Knee Service dibawah bimbingan Prof. David Murray dan Mr. Chris Dodd.

Beliau juga kaya dengan berbagai pengalaman kerja, antara lain sebagai Medical Officer di Department Ortopedi Pediatri di KK Hospital (Januari-April 2006) dan di Departemen Ortopedi di Changi General Hospital (May 2006 - April 2007), Konsultan pada Departemen Ortopedi di Changi General Hospital (Juni 2010 - May 2014), Konsultan Bedah Ortopedi di Singapore Sport Orthopaedic Clinic, Gleneagles Medical Centre (Agustus 2014 - Februari 2021) dan sejak Maret 2021 menjabat sebagai Direktur Medis, Konsultan Bedah Ortopedi di Spire Orthopaedic Centre.

Untuk keterangan lebih lanjut, silahkan menghubungi:

		<p>AsiaMedic Specialist Centre 350 Orchard Road, #08-00 Shaw House Singapore 238868 Tel: (65) 6789 8888 Fax: (65) 6738 4136 E-mail: info@asiamedic.com.sg Website: www.asiamedic.com.sg</p>
---	---	--