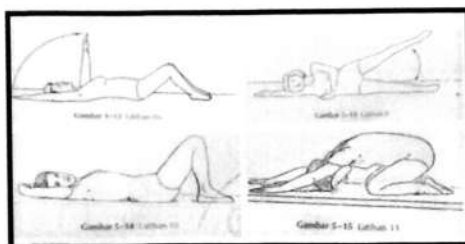
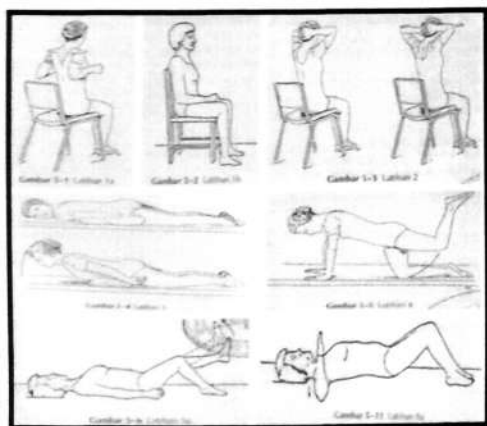


#### REHABILITASI:

- Senam osteoporosis
- Alat bantu jalan jika diperlukan
- Edukasi makan makanan yg mengandung kalsium dan vitamin D.

#### Senam Osteoporosis

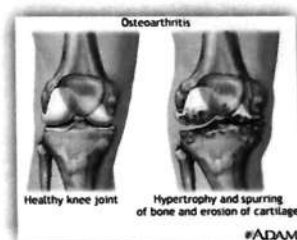


#### b. OSTEOARTHRITIS

Adalah sendi-sendi besar (umumnya lutut) terasa nyeri akibat kurangnya pelumas sendi sehingga terjadi peradangan akibat antartulang saling bergesekan

#### REHABILITASI:

- Fisioterapi (terapi panas, penguatan otot)
- Terapi okupasi (latihan aktivitas sehari-hari)
- Obat penghilang nyeri



#### c. RHEMATOID ARTHRITIS

Adalah peradangan pada sendi (umumnya jari pergelangan tangan, bahu, lutut, dan kaki simetris) akibat diserang sistem kekebalan tubuhnya sendiri.



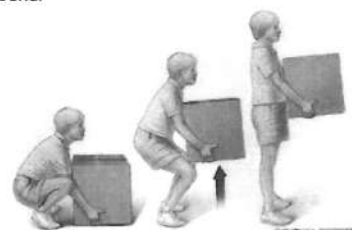
Jl. Balai Pustaka Baru No 19  
Rawamangun Pulo Gadung Jakarta  
Timur 13220, 021.4707433-37

## REHABILITASI MEDIK PADA GERIATRI



#### REHABILITASI:

- Fisioterapi (terapi panas, latih gerakan, korset, traksi dsb)
- Terapi okupasi (Latihan dg stress minimal pada punggung spti jalan kaki, naik sepeda, berenang)
- Edukasi cara mengangkat beban berat yang benar



Gambar: Cara mengangkat beban berat yang benar

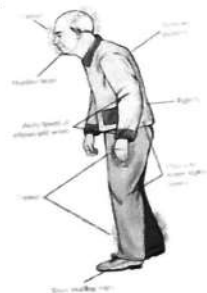


Gambar: Pemakaian korset pada pasien LBP



## 5. PARKINSON

Adalah penyakit yang ditandai tremor (gemetar) pada tangan, sulit memulai pergerakan dan kekakuan otot.

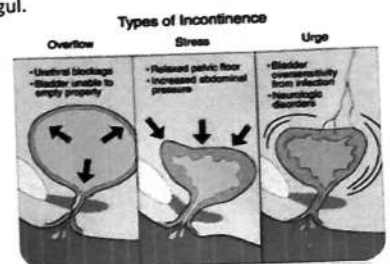


## REHABILITASI:

- Fisioterapi (latihan gerak dasar)
- Terapi okupasi (latihan aktivitas sehari-hari)
- Psikologi (support mental)

## 6. INKONTINENSI URIN

Adalah ketidakmampuan menahan air kencing disebabkan perubahan otot dan fascia di dasar panggul.



#### REHABILITASI:

- Fisioterapi (latihan otot dasar panggul)
- Terapi okupasi (latihan berkemih)

#### 7. JATUH

Adalah suatu kejadian dimana seseorang mendadak terbaring/terduduk di lantai/tempat yang lebih rendah bisa dengan atau tanpa penurunan kesadaran dan luka. Penyebabnya: gangguan gaya berjalan, kelemahan otot gerak bawah, kaku sendi, pingsan, pusing dsb.

#### REHABILITASI:

- Fisioterapi (latihan gerak, kekuatan, ketahanan)
- Terapi okupasi (latihan aktivitas sehari-hari)
- Alat bantu jalan



#### 8. ULKUS DEKUBITUS

Adalah kerusakan atau kematian jaringan dari bawah kulit akibat penekanan suatu area tubuh dalam waktu yang lama sehingga gangguan peredaran darah di area tersebut



Gambar: Lokasi tersering ulkus dekubitus

#### REHABILITASI:

- Fisioterapi (terapi panas, gerakan, kekuatan)
- Terapi okupasi (latihan aktivitas sehari-hari)
- Psikologi (support mental)
- Alat bantu jalan



#### REHABILITASI:

- Fisioterapi (latihan gerak, kekuatan, dan ketahanan)
- Terapi okupasi (latihan aktivitas sehari-hari)
- Obat penghilang nyeri

#### 9. LOW BACK PAIN (LBP)

Adalah nyeri punggung bawah yang dapat disebabkan oleh kelainan pada tulang belakang seperti: HNP (syaraf terjepit), tumor, infeksi, fraktur (patah tulang), osteoporosis, spondilosis lumbalis (osteoarthritis tulang belakang) dsb.



## Siapakah Geriatri itu?

- Pasien di atas usia 60 tahun dengan dua atau lebih penyakit

### Karakteristik Geriatri :

1. Penurunan kapasitas fungsional (fisik, psikologik, sosial, ekonomi)
2. Multipatologik (banyak penyakit)
3. Gambaran penyakit tidak spesifik
4. Cepat memburuk bila tidak segera diobati
5. Resiko komplikasi penyakit dan terapi
6. Perlu program rehabilitasi medik

### Masalah (penyakit) pada Geriatri:

#### 1. STROKE

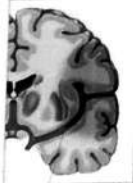
Adalah kumpulan gejala berupa **defisit neurologis** (kelemahan anggota gerak 1 sisi, rasa baal/tebel di anggota gerak 1 sisi, pelo, bahkan sampai penurunan kesadaran), yang timbul secara **tiba-tiba**, dan menetap > 24 jam akibat **gangguan pembuluh darah otak** (perdarahan atau penyumbatan).

Hemorrhagic Stroke



Hemorrhage/blood leaks into brain tissue

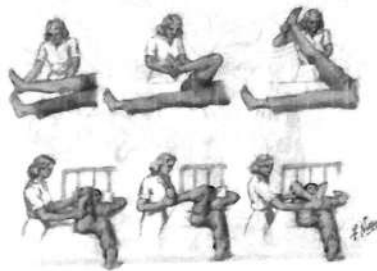
Ischemic Stroke



Clot stops blood supply to an area of the brain

### REHABILITASI:

- a. Fisioterapi (melatih gerakan dasar)
- b. Terapi wicara
- c. Terapi okupasi (melatih aktivitas sehari-hari: makan, minum, berpakaian, ke kamar mandi)
- d. Psikolog (menguatkan mental)
- e. Alat bantu jalan



Gambar: latihan gerakan dasar pasif

#### 2. DEMENSIA

Adalah kumpulan gejala berupa **penurunan fungsi intelektual**, gangguan ingatan, gangguan lainnya (bahasa, motorik, persepsi, perilaku, dll.) sehingga **terganggu fungsi sosial** dan aktivitas sehariannya.



### REHABILITASI:

- a. Fisioterapi

- b. Terapi okupasi (melatih aktivitas sehari-hari: makan, minum, berpakaian, ke kamar mandi)
- c. Psikolog (menenangkan hati pasien)
- d. Alat bantu jalan jika perlu

### 3. DIABETES MELITUS

Adalah kumpulan gejala berupa **sering makan, sering haus, sering kencing**, dan lambat laun diikuti **berat badan menurun** dan komplikasi lainnya (kesemutan, mata kabur, nyeri sendi dll.)



\*ADAM

### REHABILITASI:

- a. Fisioterapi (terapi panas, latih gerakan)
- b. Edukasi mengontrol gula darah

### 4. PENYAKIT TULANG-SENDI

#### a. OSTEOPOROSIS

Adalah **kekeroposan tulang**, tulang menjadi tipis, rapuh, dan mudah patah yang disebabkan **kekurangan kalsium** dan **kehilangan kalsium** dari tulang setiap harinya.