

# Mengenal Penyakit Autoimun Hashimoto

Apa itu penyakit Hashimoto? Penyakit yang juga dikenal sebagai Hashimoto's disease tersebut merupakan penyakit autoimun yang menyerang kelenjar tiroid.

**A**utoimun merupakan gangguan sistem imun yang melawan jaringan tubuh sehat itu sendiri. Pada penderita penyakit Hashimoto, mereka akan mengalami hipotiroid atau kekurangan hormon tiroid.

Penyebab hipotiroid terbanyak autoimun adalah Tiroiditis Hashimoto (TH). Dr dr Tjokorda Gde Dalem Pemyun SpPD K-EMD FINASIM dari RSUP dr Kariadi Semarang menjelaskan, sistem imun tubuh kita muncul karena ada antigen atau benda asing, sehingga tubuh membuat antibodi. Pada orang yang menderita TH, tubuh menganggap kedua jenis antibodi yang penting bagi tubuh, yakni enzim peroksidase tiroid (TPO) dan thyroglobulin (Tg) sebagai benda asing, sehingga terjadi infiltrasi limfosit poliklonal atau penyerangan ke kelenjar tiroid. Akibatnya, terjadi kerusakan anatomi dan fungsi kelenjar tiroid, sehingga antibodi TPO lebih banyak daripada anti-Tg. Dengan kata lain, sel yang normal dianggap musuh, diserang, dan terjadi kerusakan.

Tjokorda mengatakan, gejala awal dari TH sering tidak terlihat. "Pada awal terjadinya penyakit, gejala sering menyelinap atau tidak diketahui, bahkan tidak kelihatan untuk jangka waktu yang lama. Kejadiannya sendiri sekitar lima kasus pada 1.000 orang per tahun, dan wanita mengalaminya 15-20 kali lebih banyak daripada pria," paparnya.

**Gejala**  
Karena kelenjar tiroid rusak, tubuh jadi tidak memproduksi hormon, sehingga terjadi hipotiroid. Tubuh yang



Gigi Hadid, model papan atas dunia, salah satu penderita hashimoto. (58)

kekurangan hormon tersebut akan mengalami kecacatan metabolisme, termasuk denyut jantung (*heart rate*), dan tubuh jadi lemot dalam menggunakan atau membakar kalori dari makanan yang kita makan. Bagi perempuan, akan terjadi gangguan menstruasi.

Beberapa gejala munculnya TH adalah kelelahan (*fatigue*), lesu, mengantuk, tidak tahan cuaca dingin, suara serak, kulit kering, keringat berkurang, berat badan meningkat, nafsu makan menurun, konstipasi, gangguan menstruasi, nyeri sendi, kesemutan, depresi, dan gangguan mental.

### Diagnosa dan Terapi TH

Adapun tanda-tandanya, mengalami gerak dan bicara lambat, suara serak, nadi lambat, kulit kering, sembab atau edema kulit dan wajah (*nonpitting edema/myxedema*), refleks lambat serta relaksasi refleks terlambat. Semua gejala dan tanda tersebut muncul pada pasien TH. TH terletak pada bagian depan leher, sehingga membuat leher membengkak seperti gondok. Karena itu, TH kerap juga disebut sebagai gondok autoimun.

Dengan beberapa gejala yang mirip dengan gejala penyakit lain, bagaimana mendiagnosanya untuk memastikan

bahwa seseorang mengalami TH? Tjokorda menjelaskan, diperlukan pemeriksaan terhadap empat hal. Yakni kadar hormon T4 atau tiroksin (pasien TH memiliki kadar T4 yang rendah), Thyroid-Stimulating Hormone atau TSH (TH memiliki kadar TSH yang tinggi), antibodi TPO (TH memiliki kadar TPO tinggi), dan antibodi Tg (TH memiliki kadar Tg tinggi).

Tidak ada obat untuk menyembuhkan TH. Namun pengobatan bisa dilakukan dengan cara pengganti hormon. "Hormon tiroksin diberikan selama hidupnya dengan terus memonitor kadar T4 dan TSH supaya tidak berlebihan atau kekurangan," jelas Tjokorda.

Obat-obatan yang diberikan memiliki kekuatan dan dosis yang berbeda, tergantung beberapa faktor pada pasien. Seperti usia, berat badan, keparahan hipotiroidisme atau masalah kesehatan lainnya. Selama mengonsumsi obat-obatan terapi hormon, pasien TH dilarang mengonsumsi obat-obatan yang mempengaruhi kerja obat hormon tersebut. Apabila berat badan sebelumnya tidak terkendali, setelah melakukan terapi hormon, berat badan bisa kembali seperti semula (**Irma Mutiara Manggia-58**)

## Cek Kesehatan Tulang dan Sendi lewat Pemeriksaan MRI

Oleh dr Andreas Vincent SpOT, M.Kes

**T**ulang pada prinsipnya adalah organ/benda hidup tersusun oleh sel-sel tulang. Menjaga tulang supaya tetap kuat harus memperhatikan beberapa hal. Dokter spesialis ortopedi dan traumatologi SMC RS Telogorejo, dr Andreas Vincent Handoyo SpOT, M.Kes menjelaskan, hal pertama yang diperhatikan adalah nutrisi, minimal meliputi protein, kalsium, dan mineral.

Kandungan protein menurutnya bisa diperoleh dari beberapa jenis makanan seperti putih telur, tempe, tahu, ikan, ayam dan sebagainya. Adapun kandungan mineral, dapat diperoleh dari buah-buahan dan beberapa cereal. Sedangkan kalsium bisa didapat dari susu, produk olahan susu dan beberapa jenis sayuran.

Selain nutrisi, tulang juga memerlukan vitamin D yang oleh tubuh dapat terbentuk apabila kulit terpapar sinar matahari, sehingga sebisa mungkin seseorang berjemur setiap pagi.

Selain itu, tulang akan kuat apabila mendapat rangsang/beban dalam batas wajar sehari-hari. Jadi harus rutin olahraga atau beraktivitas. Orang yang banyak menghabiskan waktunya hanya tidur saja, tulangnya cenderung akan lebih mudah keropos," jelasnya.

Andreas menerangkan, ilmu ortopedi merupakan ilmu yang mempelajari segala macam kelainan atau penyakit yang berhubungan dengan sistem anggota gerak tubuh, meliputi tulang (seperti tulang-tulang tangan, lengan, panggul, paha, tulang kering, kaki, tulang belakang), sendi (seperti sendi bahu, siku, pergelangan, pinggul, lutut, pergelangan kaki, dan sendi tulang belakang), urat/tendon/ligamen (seperti urat putus, robek dan sebagainya). Menurutnya, penanganan terhadap masalah pasien masing-masing memiliki kerumitan dan memiliki tingkat kesulitan sendiri tergantung banyak faktor.

"Pada kasus tertentu mungkin relatif simpel seperti patah tulang sederhana, tetapi kasus lain mungkin lebih rumit, seperti kanker tulang, infeksi tulang, dan kasus-kasus yang tidak ditangani secara medis sejak awal, yang umumnya memerlukan tindakan yang cukup rumit," kata Andreas.

Menurutnya, di antara sekian keluhan pasien, yang paling sering dijumpai adalah patah tulang. Seiring perkembangan zaman, beberapa masalah lain juga mulai bermunculan. Andreas mencontohkan, masalah yang dimaksud yakni pengapuran sendi, putus urat, kaki pengkor dan kaki iOfi pada anak-anak,

cedera olahraga, hingga saraf terjepit.

Sementara itu, pemanfaatan Magnetic Resonance Imaging (MRI) dalam bidang orthopedi dinilai sebagai tahapan pemeriksaan yang saat ini menjadi sangat berguna atau menunjang. Pemeriksaan yang memanfaatkan medan magnet dan energi gelombang radio ini dipandang jauh lebih maju dan modern dibanding foto rontgen.

"Zaman dahulu memang hanya menggunakan foto rontgen. Saat ini banyak penyakit dapat lebih jelas terlihat menggunakan pemeriksaan MRI. Kelebihan MRI adalah bisa melihat struktur jaringan lunak seperti otot, urat, bantalan sendi, dan sebagainya, sedangkan rontgen umumnya hanya bisa melihat jaringan keras seperti tulang. Di sisi lain, masalah anggota gerak saat ini sudah banyak sekali hubungannya dengan jaringan lunak," paparnya.

Kendati begitu, lanjut dia, pemeriksaan MRI tidak hanya dilakukan untuk membantu penegakan diagnosis dan persiapan terapi/pengobatan saja, tetapi juga bisa dilakukan untuk tindakan screening. Dimana seseorang dapat melakukan pemeriksaan MRI untuk mendeteksi awal kelainan yang ada dalam tubuh tanpa ada keluhan atau gejala sebelumnya.

Dia menambahkan, ada kondisi pengecualian dimana seseorang sebaiknya tidak dilakukan MRI, misalkan orang yang mempunyai benda logam yang termagnetisasi di dalam tubuh, misalnya alat pacu jantung atau pen tertentu. Hal itu menurutnya dapat mengganggu pemeriksaan dan mungkin dapat memberikan resiko lain. "MRI itu kan menggunakan elektromagnetik, sehingga ketika ada logam yang termagnetisasi bisa menimbulkan panas, kerusakan alat dalam tubuh dan kerusakan pada jaringan tubuh sekitarnya," sebutnya.

Fasilitas di SMC RS Telogorejo, terkait alat Magnetic Resonance Imaging (MRI) tersedia lengkap. Begitu pula dari sisi tenaga medis, yang sudah profesional dan berpengalaman. Pasien dapat menjalani pemeriksaan MRI, mulai dari MRI siku, pergelangan tangan, telapak tangan, bahu, tulang belakang, lutut, dll. di rumah sakit yang berlokasi di Jl KH Ahmad Dahlan Semarang.

Untuk informasi lebih lanjut dapat menghubungi call center 24 jam SMC RS Telogorejo di nomor telepon (024) 8646 6000, pin BB DB7BAF74 (024) 8452912, Ph. 08112791949. (**Dinda**)

www. IKAPSTA .COM GET IT ON Google play

## Memilih Bridal Impian

Hal pertama yang terlintas di benak seseorang ketika mendengar kata *bridal*, pastilah gaun putih mewah. Istilah *bridal* sendiri memang sudah lama muncul, terutama yang berhubungan dengan pernikahan. Lalu apa sih sebenarnya *bridal* itu? *Bridal* adalah segala sesuatu yang berhubungan dengan pesta, terutama pesta pernikahan. Biasanya *bridal* ini sesuatu yang melekat pada mempelai wanita, mulai dari gaun, riasan hingga tatanan rambut.



Rosh Bridal & Boutique

SM/dok

Oleh Dhaneswari Tiara

**J**asa *bridal* yang marak di pasaran juga memiliki tipe bisnis yang berbeda. Apa saja sih? Pertama, jasa *bridal* yang fokus menyediakan gaun-gaun untuk dikenakan oleh pengantin. Kedua, jasa *bridal* yang hanya menawarkan riasan ataupun jasa tatanan rambut. Namun ada juga vendor *bridal* yang menyediakan paket lengkap mulai dari gaun, rias hingga tatanan rambut. *Bridal* semacam ini menamai sistem mereka dengan *one stop shopping*. Klien bisa mendapatkan pelayanan secara menyeluruh tanpa perlu repot mengunjungi berbagai vendor berbeda.

Agar semakin dalam mengetahui informasi terkait *bridal*, yuk simak cerita menarik dari tiga vendor *bridal* di Semarang ini. Ibu Swat, perempuan cantik pengelola utama dari Swatty Bridal & Salon yang berada di Jalan HOS Cokroaminoto 37B Semarang ini mengungkapkan tren *bridal* yang sedang menjadi primadona. "Bridal itu semua hal yang berhubungan dengan pengantin, khususnya pengantin wanita. Sementara tren *bridal* saat ini adalah *off shoulder* ditambah dengan lengan tambahan. Yang paling populer belakangan ini lebih ke lengan tambahan seperti lonceng," jelas pemilik akun *instagram @swattybridal* ini.

Vendor yang memiliki paket *wedding one stop shopping* dan menyediakan sistem angsur setiap bulan demi mempermudah pelanggan ini menambahkan tips mempersiapkan *bridal* sebelum pesta pernikahan. "Yang paling utama adalah melakukan diskusi dengan kedua belah pihak keluarga mempelai. Selanjutnya adalah jujur terkait masalah anggaran kepada vendor, agar vendor dapat memberikan masukan *bridal* mana yang sesuai dengan budget. Pastikan vendor mengetahui apa keinginan klien, sehingga tidak menimbulkan kekecewaan," jelas Ibu Swat bijak.

**Simple Elegan**  
Sementara Teguh Santoso, pemilik dari Teguh Santoso Bridal yang sudah lama berdiri di Puri Anjasmoro Blok 13 No 12A Semarang ini menuturkan, tren saat ini berkembang ke arah



*simple elegan*. "Bagi saya *bridal* adalah gaun pengantin beserta tata riasnya. Sementara untuk masalah selera pelanggan, saat ini saya perhatikan tren *bridal* akhir-akhir ini terutama untuk gaun pernikahan lebih mengarah ke gaya simpel namun tetap tampak elegan," ujar Teguh.

Teguh yang menawarkan gaun pengantin serta riasan pengantin sesuai selera pengantin dengan harga terjangkau ini tak mau kalah membagikan kiat-kiat mempersiapkan *bridal*. "Dalam mempersiapkan *bridal* sebaiknya paling tidak enam bulan sebelum hari pemikahan



Teguh Santoso Bridal

SM/dok

an sudah memilih gaun pengantin yang sesuai dengan selera. Namun menyesuaikan dengan selera saja tidaklah cukup. Klien juga perlu mencocokkan model gaun dengan bentuk tubuh," saran Teguh bersemangat.

Belum cukup puas dengan informasi yang diberikan oleh dua vendor? Yuk simak penuturan dari Vivin, pemilik dari Rosh Bridal & Boutique yang berada di Ruko Peterongan Plaza B2/3 Semarang ini. Menurut Vivin, *bridal* adalah sebuah bentuk pelayanan jasa yang melayani kebutuhan seputar gaun pesta. Jadi tak melulu gaun pengantin saja, lo. "Bridal itu suatu bentuk pelayanan jasa yang melayani kebutuhan terkait gaun pesta. Pesta ini bisa meliputi pesta pertunangan, pernikahan atau pesta lain," tutur pemilik akun *instagram @roshbridal* ini.

Vivin pun membocorkan gaun apa saja yang sedang digandrungi oleh banyak kliennya belakangan ini. "Kombinasi internasional tradisional menjadi tren akhir-akhir ini. Memadukan gaya gaun pesta pengantin barat dengan adat beberapa suku di Indonesia sangatlah disenangi, misalnya gaya gaun *ballgown* dipadukan dengan kebaya Jawa modern. Pilihan lain juga dengan memadukan gaun *ballgown* dengan aksesoris *cheongsam* dari Tiongkok," jelas Vivin senang.

Rosh Bridal & Boutique yang menawarkan jasa konsultasi gratis ini juga memberikan saran terkait langkah-langkah mempersiapkan *bridal*. "Memilih gaun pengantin ibarat memilih jodoh, maka silakan kunjungi beberapa *bridal boutique* dan mencoba beberapa gaun yang tampak cocok dalam kriteria gaun impian. Pastikan gaun tersebut dicoba untuk memastikan *pattern* gaun pas dan cocok untuk postur tubuh klien," saran Vivin. (58)



Swatty Bridal & Salon

SM/dok