

Nama : Ellya firzatullah
NIM : 1810301121
Kelompok : 6C1

Soal NIM ganjil!

1. Apakah yang dimaksud penyakit stroke? Apa saja program latihan fisioterapi pada kondisi stroke?
2. Apakah yang dimaksud penyakit vertigo? Apa saja program latihan fisioterapi pada kondisi vertigo?

Jawab!

1. Stroke adalah serangan di otak yang timbulnya mendadak akibat tersumbat atau pecahnya pembuluh darah otak sehingga menyebabkan sel-sel otak tertentu kekurangan darah, oksigen atau zat-zat makanan dan akhirnya dapat terjadi kematian sel-sel dalam waktu yang sangat singkat. Gangguan dapat disebabkan oleh sumbatan bekuan darah, penyempitan pembuluh darah, sumbatan dan penyempitan, atau pecahnya pembuluh darah, sehingga menyebabkan pasokan darah kurang memadai ke otak. Gejala yang muncul berupa kelumpuhan separuh badan, kesulitan berbicara atau menelan, telinga berdenging, lupa mengenal dirinya atau orang lain, tangan serta kaki lemah, kesemutan, bahkan sampai tidak sadarkan diri dan gangguan itu diakibatkan oleh kebiasaan hidup sehari-hari yang kurang baik seperti makan berlebihan sampai menjadi gemuk, atau kandungan lemaknya dalam makanan terlalu tinggi, merokok, maupu mengkonsumsi alkohol. Selain itu konsumsi oksigen pada pasien stroke juga menurun dan stamina juga akan menurun (Suyama et al, 2004).

Program latihan fisioterapi pada kondisi stroke adalah

- Stroke fase akut (2 minggu pertama pasca serangan stroke)
Pada fase ini kondisi hemodinamik pasien belum stabil, umumnya dalam perawatan di rumah sakit, bisa di ruang rawat biasa ataupun di unit stroke.
- Stroke fase subakut (2 minggu – 6 bulan pasca stroke)
Pada fase ini kondisi hemodinamik pasien umumnya sudah stabil dan diperbolehkan kembali ke rumah, kecuali bagi pasien yang memerlukan penanganan rehabilitasi yang intensif. Sebagian kecil (sekitar 10%) pasien pulang dengan gejala sisa yang sangat ringan, dan sebagian kecil lainnya (sekitar 10%) pasien pulang dengan gejala sisa yang sangat berat dan memerlukan perawatan orang lain sepenuhnya. Namun sekitar 80% pasien pulang dengan gejala sisa yang bervariasi beratnya dan sangat memerlukan intervensi rehabilitasi agar dapat kembali mencapai kemandirian yang optimal.
Pada fase subakut pasien diharapkan mulai kembali untuk belajar melakukan aktivitas dasar merawat diri dan berjalan. Dengan atau tanpa rehabilitasi, sistem saraf otak akan melakukan reorganisasi setelah stroke. Reorganisasi otak yang terbentuk tergantung sirkuit jaras otak yang pal- ing sering digunakan atau tidak

digunakan. Melalui rehabilitasi, reorganisasi otak yang terbentuk diarahkan agar mencapai kemampuan fungsional optimal yang dapat dicapai oleh pasien, melalui sirkuit yang memungkinkan gerak yang lebih terarah dengan menggunakan energi/tenaga se-efisien mungkin. Hal tersebut dapat tercapai melalui terapi latihan yang terstruktur, dengan pengulangan secara kontinyu serta mempertimbangkan kinesiologi dan biomekanik gerak.

Prinsip-prinsip rehabilitasi stroke:

- a. Bergerak
- b. Terapi latihan gerak, sebaiknya latihan gerak fungsional.
- c. Jangan biarkan pasien melakukan kegiatan gerak yang abnormal
- d. Gerak fungsional dapat dilatih apabila stabilitas batang tubuh sudah tercapai
- e. Persiapkan pasien dalam kondisi prima
- f. Hasil terapi latihan yang diharapkan akan optimal bila ditunjang oleh kemampuan fungsi kognitif, persepsi dan semua modalitas sensoris yang utuh.

Gambar



2. Vertigo adalah suatu bentuk gangguan orientasi ruang dimana perasaan dirinya bergerak berputar atau bergelombang terhadap ruang disekitarnya (Vertigo Subjektif) atau ruang disekitarnya bergerak terhadap dirinya (Vertigo Objektif) (Sjahrir, 2008). Asal terjadinya vertigo dikarenakan adanya gangguan pada sistem keseimbangan tubuh. Bisa berupa trauma, infeksi, keganasan, metabolik, toksik, vaskuler, atau autoimun. Penyebab terbanyak vertigo adalah masalah pada organ vestibular telinga dalam. Program latihan pada kondisi vertigo adalah

- Memberikan exercise Brandt-Doroff Manuver
Latihan brandt daroff merupakan langkah mengatasi vertigo yang bisa dilakukan secara mandiri di rumah. Gerakannya sendiri dilakukan menggunakan gravitasi untuk mengeluarkan kristal dari telinga bagian dalam.
- Memberikan exercise Half Semont Manuver
Manuver Semont. Latihan ini mirip dengan manuver Epley, meskipun tidak sepopuler di Amerika Serikat. Untuk pusing dari telinga dan sisi kiri, kamu bisa mengikuti metodenya berikut:
 - Duduklah di tepi tempat tidur. Putar kepala 45 derajat ke kanan.
 - Cepat berbaring di sisi, tetap di sana selama 30 detik.
 - Cepat bergerak untuk berbaring di ujung tempat tidur. Jangan mengubah arah kepala. Pertahankan sudut 45 derajat dan berbaring selama 30 detik. Lihatlah ke lantai.
 - Kembali perlahan untuk duduk dan tunggu beberapa menit.
 - Balikkan gerakan ini untuk telinga kanan.
 - Sekali lagi, lakukan gerakan ini tiga kali sehari sampai gejala tidak kembali muncul sehabian.
- Memberikan exercise Epley Manuver

