

MAKLUMAT UNTUK PESAKIT MEGENAI SUNTIKAN TISU LEMBUT/ INTRA-ARTIKULAR (DISUNTIK KE DALAM SENDI) STEROID

Tujuan dokumen ini adalah untuk memberikan awda maklumat bertulis mengenai risiko, faedah dan alternatif suntikan steroid untuk masalah sendi otot/muskuloskeletal. Sila baca dan fahamkan maklumat dalam dokumen ini dengan teliti sebelum menjalani prosedur ini.

Kenapa steroid?

Steroid sering digunakan untuk prosedur ini kerana ia adalah agen anti-radang yang melambatkan pengumpulan sel yang bertanggungjawab untuk menghasilkan keradangan di dalam kawasan tersebut. Sendi yang sering disuntik untuk prosedur ini termasuk lutut, bahu, dan sendi kecil tangan dan kaki. Ia juga digunakan untuk mengurangkan keradangan di kawasan lain seperti sekitar tendon dan kawasan tisu lembut lain.

Prosedur

Prosedur ini akan dilakukan menggunakan teknik aseptik. Permukaan kulit sekitar di mana prosedur ini akan dilakukan akan dibersihkan terlebih dahulu dengan teliti dengan menggunakan agen antiseptik.

Jarum kecil dimasukkan perlahan-lahan ke bahagian yang terjejas dan larutan disuntik melalui jarum yang dipasang pada picagari (syringe) yang mengandungi steroid (dan

selalunya dicampur dengan bius local seperti lidocaine.

Adakah suntikan/ prosedur ini menyakitkan?

Prosedur ini selalunya tidak menyakitkan, namun begitu, ia boleh menyebabkan sedikit ketidakselesaan (ini juga tertakluk kepada di mana suntikan ini dilakukan).

Berapa cepat suntikan steroid berfungsi?

Jika bius lokal juga digunakan, kesakitan akan berkurangan dalam beberapa minit, walaupun mungkin kembali selepas kira-kira sejam, sama seperti semasa awda melawat doktor gigi.

Pada lazimnya, kesan steroid akan mula dirasai dalam masa 24-48 jam selepas suntikan, namun, ada segelintir yang hanya merasai kesannya selepas beberapa minggu.

Berapa lama kesan suntikan steroid?

Ini berbeza dari seorang ke seorang dan keadaan yang dirawat. Kesan steroid selalunya akan dapat dirasai selama 3 hingga 6 minggu. Kebanyakan suntikan dibuat dengan tujuan untuk mengurangkan kesakitan awda dan ini boleh memudahkan awda melakukan senaman yang akan membolehkan tisu menjadi lebih sihat dan kurang menyebabkan kesakitan. Dari itu, adalah sangat penting untuk awda

mengikuti nasihat yang diberikan oleh doktor awda.

Berapa banyak suntikan yang boleh awda lakukan?

Ini bergantung pada bahagian badan yang terlibat dan doktor awda akan berbincang dengan awda semasa temu janji susulan sekiranya suntikan selebihnya diperlukan. Biasanya satu suntikan sudah memadai, tetapi doktor awda akan berbincang dengan awda jika awda memerlukan suntikan yang seterusnya.

Apa yang perlu saya lakukan selepas suntikan?

Sejurus selepas suntikan, doktor awda akan menasihati awda supaya berada di klinik seketika untuk memantau sebarang kesan sampingan segera.

Pada lazimnya jika masalah itu berpunca daripada penggunaan sendi yang berlebihan (overuse injury), awda mungkin akan diberitahu untuk merehatkan kawasan tersebut selama lebih kurang seminggu; jika disebabkan oleh sakit sendi, awda boleh mulakan senaman ringan atau dirujuk kepada pakar fisio.

Jika awda mengalami sebarang tanda jangkitan atau kesan sampingan yang tidak dijangka, sila dapatkan bantuan nasihat perubatan daripada doktor awda atau di klinik berdekatan.

Adakan awda perlu menghadiri temu janji susulan selepas suntikan steroid?

Selalunya ini akan berlaku selepas 1-2 minggu selepas suntikan. Doktor awda akan memberi nasihat yang sesuai tentang pengurusan dan temu janji susulan selepas selesai prosedur suntikan steroid tersebut.

Bila masanya awda tidak disarankan untuk mendapat suntikan?

Awda tidak disarankan untuk menerima suntikan steroid, jika awda:

- Mempunyai jangkitan berdekatan dengan tapak jangkitan atau di mana-mana bahagian dalam badan awda
- Alergi (allergic) kepada Lidocaine (bius lokal) atau steroid
- Rasa tidak sihat/ demam
- Akan menjalani pembedahan di kawasan tersebut tidak lama lagi
- Sedang mengandung atau menyusui
- Awda mempunyai sendi gantian di kawasan yang akan disuntik
- Awda mempunyai tekanan darah tinggi yang kurang terkawal
- Tidak mahu suntikan

****adalah penting untuk awda memaklumkan kepada doktor jika awda mempunyai sebarang isu yang dinyatakan di atas.**

Faedah

Antara manfaat yang dapat diperolehi daripada prosedur ini adalah untuk membantu mengurangkan kesakitan awda. Awda juga mungkin boleh memulakan pemulihan lebih awal, memerlukan sesi rawatan yang lebih sedikit dan dapat kembali ke aktiviti seperti biasa dengan lebih cepat.

Risiko/ Kesan sampingan

Sebelum menjalani prosedur ini, awda dinasihatkan untuk memahami risiko dan kesan sampingan berkaitan dengan prosedur ini, walaupun ia tidak kerap berlaku. Adalah diingatkan bahawa tiada prosedur yang bebas risiko. Ini termasuk:

- Terdapat tindak balas alahan terhadap ubat yang disuntik ke dalam sendi, pita atau bahan kimia yang digunakan untuk membersihkan kulit.
- Mungkin terdapat jangkitan, walaupun ini sangat jarang berlaku.
- Awda mungkin mengalami 'suar selepas suntikan' iaitu bengkak dan

sakit sendi beberapa jam selepas suntikan kortikosteroid. Ini hanya berlaku pada kira-kira satu daripada 50 pesakit dan biasanya reda dalam beberapa hari.

- Kerosakan sendi mungkin disebabkan oleh suntikan kortikosteroid
- Depigmentasi (pemutihan kulit) dan/atau atrofi lemak tempatan (penipisan kulit) di tapak suntikan.
- Pecah tendon yang terletak di laluan suntikan jika disuntik secara tidak sengaja.

Alternatif

Ubat penahan sakit (oral), fisioterapi, pembedahan (jika sesuai).



S.E.M
SPORTS & EXERCISE MEDICINE
Sukan & Perubatan Senaman