

Rawatan alternatif sakit sendi

H.M 21/5/09 M/15

Gabungan glukosamin, kondroitin sulfat atasi masalah kekurangan rawan pada sendi

SURI rumah, Nora Ng, 53, gemar berjalan pada waktu pagi bersama anjingnya, Milo. Tetapi, aktiviti seperti itu sudah lama tidak dilakukan Nora.

Mengapa? Ini kerana Nora menderita kebas pada lutut dan juga sakit sendi.

Sebenarnya, dia tidak keseorangan kerana ribuan rakyat Malaysia mengalami sakit sendi setiap hari.

Mereka yang mengambil berat terhadap kesihatan perlu tahu bagaimana cara mencegah dan merawat sakit sendi.

Ini kerana jika umur anda melebihi 40 tahun, anda mungkin terdedah kepada risiko tinggi untuk menghadapi masalah sendi.

Sendi yang sihat terdiri daripada tulang diselaputi rawan licin iaitu tisu penghubung padat.

Rawan memberi sokongan kepada tisu lain supaya ia tidak menjadi keras seperti tulang.

Rawan bertindak sebagai kusyen bagi menyerap hentakan.

Dalam kes Nora, kusyen rawan antara tulang semakin menghakis disebabkan beberapa faktor iaitu penggunaan harian yang menyebabkan ia terkoyak, penuaan, mengalami keradangan (seperti gout), kegemukan, kecederaan atau genetik keluarga.

Ini menyebabkan tulangnya bergesel antara satu sama lain dan menyebabkan dia sakit pada lutut, kebas dan pergerakan terhad.

Doktor akan menyarankan pesakit bersenam, pengurusan berat badan dan perubahan gaya hidup sihat serta ubat anti-radang tanpa steroid (NSAIDs) seperti ibuprofen, aspirin atau menyuntik steroid seperti kortison.

Pendekatan terbaru adalah kombinasi glukosamin sulfat dan kondroitin sulfat kerana ia merawat punca masalah dengan menyembuhkan rawan pada sendi dengan sendirinya.

Glukosamin dan kondroitin adalah alat bagi badan anda untuk membina semula rawan.

Doktor akan menyarankan pesakit bersenam, pengurusan berat badan dan perubahan gaya hidup sihat serta ubat anti-radang tanpa steroid (NSAIDs) seperti ibuprofen, aspirin atau menyuntik steroid seperti kortison.

Glukosamin adalah asid amino dihasilkan dalam badan anda dan ia adalah sebahagian bahan diperlukan untuk memulih dan membentuk semula rawan sendi.

Kondroitin sulfat adalah glikoaminoglikan yang penting untuk digunakan sendi manusia bagi membina rawan yang fleksibel.

Fungsinya ialah membawa air yang mengandungi nutrien seperti glukosamin, vitamin dan mineral yang diperlukan untuk melincirkan dan menjaga sendi.

Oleh itu, gabungan glukosamin dan kondroitin dibuktikan boleh mengekalkan kesihatan sendi.

Dos disarankan ialah glukosamin 1,500 miligram (mg) dan kondroitin 1,200 mg setiap hari.

Oleh itu, pastikan anda mengambil produk memudahkan anda mendapatkan dos berkenaan.

Contohnya, jika anda membeli suplemen tambahan yang menyediakan 500 mg glukosamin + 400mg kondroitin, anda hanya perlu mengambil tiga pil sehari untuk memenuhi dos klinikal setiap hari.

Jika anda muda dan sudah mengalami punca penyakit ini, jangan tunggu sehingga anda mengalami sakit sendi untuk mengambil suplemen tambahan. Mulakan pengambilan dari awal serta secara tetap.

Untuk maklumat lanjut, sila hubungi 03-5569 4337 atau 03-5569 3660 atau e-mel di enquiry@cambert.com.my