

Terapi "Chiropractic", Biarkan Tubuh Menyembuhkan Dirinya

SAKIT kepala, vertigo, leher kaku, serta nyeri punggung merupakan keluhan yang umum dialami banyak orang. Acap kali keluhan seperti ini tidak terlalu digubris, bahkan oleh penderitanya. Namun, keluhan semacam itu sebaiknya tidak dianggap enteng karena lama-kelamaan dapat menurunkan kualitas kesehatan seseorang.

ORANG biasanya mengonsumsi aspirin atau pelemas otot untuk mengatasi sakit kepala atau kaku otot. Namun, pernahkah Anda mempertanyakan apa sebenarnya penyebab berbagai keluhan sakit yang selalu muncul itu? Apa yang membuat hidup terasa tak bisa lepas dari obat sakit kepala?

Saat ini sebagian orang yang sudah jengah dengan berbagai keluhan tersebut mendatangi klinik *chiropractic* (baca: kiropraktik) dengan harapan dapat menghilangkan keluhan mereka tanpa harus mengonsumsi obat lagi. Bahkan pasien penderita skoliosis (tulang belakang bengkok) karena buwan lahir atau kecelakaan dapat menja-

lani terangi *chiropractic*. Beberapa tahun terakhir di Jakarta dan Bali mulai bermunculan klinik *chiropractic*, yang dokternya masih didominasi oleh orang asing. Mereka mendapat izin praktik dari dinas kesehatan setempat. Sampai sekarang di Indonesia *chiropractic* masih dianggap metode penyembuhan tradisional Semelara di luar negeri, *chiropractic* merupakan penyembuhan komplementer yang dapat dijalani berbarengan dengan perawatan medis.

Tinah Tan, dokter *chiropractic* atau biasa disebut *chiropractor*, mengatakan, *chiropractic* merupakan bagian dari ilmu kesehatan modern yang berfilosofi bahwa tubuh mempunyai kemampuan menyembuhkan dirinya sendiri (*self-healing*). Di-

merupakan bagian dari departemen ilmu kesehatan (*health science*), yang luhusnya menyanggah gelar *doctor of chiropractic* (DC) di belakang nama mereka.

"Kemampuan tubuh untuk *self-healing* itu dengan catatan susunan saraf harus bagus. Sebab, sistem saraf inilah yang mengontrol fungsi setiap sel tubuh, jaringan, organ, dan sistem tubuh," ujar Tinah memaparkan, yang mempelajari *chiropractic* di Royal Melbourne Institute of Technology (RMIT).

Tinah menjelaskan, saraf-saraf pusat tersebut dilindungi oleh 24 tulang belakang yang menjulur dari leher (*cervical spine*) hingga pinggang (*lumbar spine*). Gangguan pergerakan (*vertebrae subluxation complex*) pada salah satu tulang belakang atau dislokasi (berubah tempat) ruas tulang belakang dapat mengiritasi sistem saraf, sekalipun pergeserannya hanya satu milimeter.

Iritasi itu akan menurunkan suplai neuron ke jaringan dan organ. Hal itu lalu mengakibatkan jaringan dan organ tubuh berfungsi tidak optimal, yang lalu menimbulkan berbagai keluhan seperti nyeri, pusing,

"Obat memang hanya meredakan *symptom* (gejala—Red) saja. Tetapi, tidak memperbaiki penyebab munculnya rasa sakit itu. Rasa sakit itu seperti sebuah alarm alami tubuh untuk memberitahu kita ada yang tidak beres dengan tubuh," kata Tinah menjelaskan.

Masalah pada tulang belakang terjadi, misalnya, akibat kebiasaan kurang baik, seperti tidur dengan posisi yang buruk, mengangkat barang dengan posisi salah, proses kelahiran, cedera olahraga, hingga trauma atau kecelakaan.

Masalah itu, menurut Tinah, pada awalnya boleh jadi tidak menyebabkan rasa sakit sehingga tidak disadari penderitanya. Namun, seiring berjalannya waktu iritasi pada saraf terus menerus terjadi karena dislokasi tulang belakang masih dibiarkan terjadi. Lama-kelamaan penderita baru merasakan berbagai keluhan nyeri pada tubuhnya. Bahkan peristiwa seperti pernah jatuh cukup keras pada masa kanak-kanak sekalipun bertahun-tahun kemudian baru dirasakan sakitnya.