



SS MEDIKA
HOSPITAL

Jl. Salemba I No.11,
RT.4/RW.6, Kenari, Kec.
Senen, Jakarta Pusat
10430

(021) 391 33 36



Sinusitis

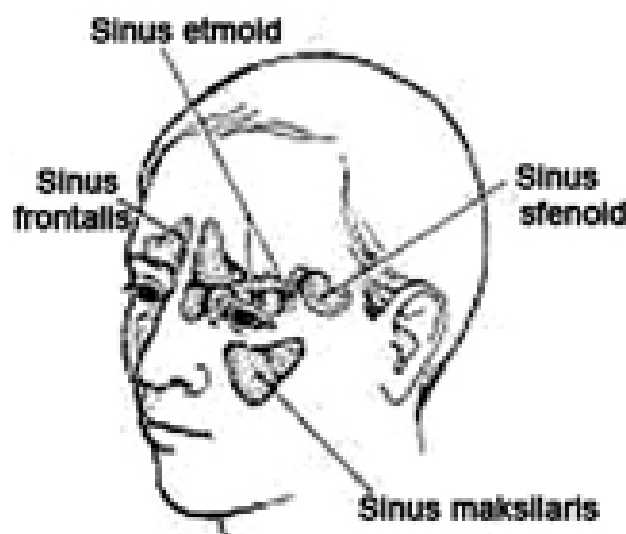
Pengertian, Gejala, Penyebab, Pengobatan

dr.Susana, SpTHT-KL, Prof. dr. Helmi, SpTHT-KL

Rumah Sakit Khusus THT SS Medika

Sinus

Sinus adalah ruangan-ruangan yang terdapat didalam muka kita, yang memiliki saluran keluar kerongga hidung. Ruangan-ruangan tersebut disebut sinus paranasal karena letaknya disamping hidung. Rongga sinus dilapisi mukosa yang mengandung sel penghasil lendir dan sel berambut sangat halus yang selalu bergetar menggiring lendir tersebut ke rongga hidung. Sinus paranasal berjumlah empat pasang kiri dan kanan, yaitu Sinus frontalis, sinus maksilaris, sinus sphenoid dan sinus ethmoid



Gambar 1. Gambar skematis sinus-sinus paranasal dan letaknya

Apa Itu Sinusitis?

Sinusitis adalah peradangan selaput lendir di dalam sinus. Peradangan ini dapat disebabkan oleh virus, bakteri, jamur, alergi, ataupun iritasi lain misalnya polutan. Dalam perjalanannya, sinusitis bisa sebagai sinusitis akut jika infeksi terjadi secara cepat dalam beberapa hari saja lalu sembuh dan sinusitis kronis jika sinusitisnya menjadi menetap. Gejala dapat berlangsung berbulan-bulan atau lebih.

Penyebab Sinusitis

Sinusitis disebabkan oleh apapun yang dapat menyebabkan pembengkakan di dalam sinus atau yang menghambat pembersihan spontan rongga sinus baik penyumbatan muara sinus ke hidung ataupun gangguan pergerakan rambut getar pada selaput lendir. Pembengkakan bisa disebabkan oleh alergi dan infeksi baik virus, bakteri atau jamur. Penyumbatan muara sinus bisa disebabkan oleh karena kelainan bentuk disekitar muara tersebut misalnya : sekat hidung yang bengkok, kelainan ukuran jaringan penyaring udara didalam hidung (konkha), penumbuhan jaringan yang disebut polip dan sebagainya.

Gejala Sinusitis

Sinusitis akut ditandai dengan nyeri tekan pada pipi, dahi atau daerah di antara ke dua mata. Biasanya nyeri di daerah itu akan lebih jelas bila pasien menunduk. Tanda-tanda lain dapat berupa hidung buntu, demam dan nyeri di gigi bagian atas. Gejala tambahan yang dapat terjadi adalah serak, batuk, kurang penciuman dan rasa penuh di telinga

Sinusitis kronis sangat bervariasi gejalanya, dapat hanya sebagai gejala tunggal atau kombinasi gejala-gejala berikut seperti ingus berkumpul di belakang tenggorok, kongesti atau hidung tersumbat, sekret hidung purulent, sakit kepala, nyeri atau rasa tertekan pada wajah, gangguan penciuman, batuk dan iritabilitas. Kadang-kadang disertai demam dan bau mulut

Diagnosa Sinusitis

Untuk menegakkan sinusitis, seorang ahli THT akan melakukan beberapa pemeriksaan THT seperti pemeriksaan rutin hidung untuk melihat kelainan di rongga hidung, melihat rongga mulut jika dicurigai penyebabnya adalah gigi yang rusak. Pemeriksaan lebih teliti dan jelas dapat menggunakan bantuan endoskop. Pemeriksaan penunjang juga sangat penting untuk melihat keadaan sinusparanasal.

Pemeriksaan Penunjang

Foto Rontgen/pencitraan Sinus baik foto polos atau CT scan. Foto Rontgen biasa sudah lebih jarang dilakukan, lebih dipilih CT scan karena dapat memberikan gambaran secara detil terutama mengenai keadaan muara sinus. CT scan sebaiknya dilakukan setelah pemberian

terapi yang adekuat, tidak dilakukan sebelum pemberian pengobatan. Pemeriksaan lain adalah pemeriksaan kuman penyebab.



Gambar 2. Foto polos posisi waters untuk melihat kemungkinan sinusitis< tidak dapat menilai muara sinus-sinus.



Gambar 3. CT scan dapat melihat lebih jelas tingkatan sinusitis dan gangguan anatomi sinus paranasal

Pengobatan Sinusitis

Pengobatannya memerlukan antibiotik yang tepat. Pada sinusitis akut untuk 10 sampai 14 hari, walaupun gejalanya hilang atau berkurang dalam beberapa hari saja, sedangkan pada sinusitis kronis bisa 2-3 minggu

Atasi alerginya dengan anti histamin dan penggunaan obat steroid semprot hidung waktu panjang, sampai 2-3 bulan. Steroid mengurangi peradangan mukosa

Terapi Bedah

Terapi bedah dilakukan bila dianggap penyakit sudah menyebabkan kerusakan jaringan yang menetap atau penyakitnya sudah kronis dan mengganggu atau apabila ada desakan sekret di dalam sinus yang tidak dapat keluar. Tujuan utama tindakan bedah adalah memperbaiki drainage sinus yang terkena.

Dulu operasi sering dilakukan dengan membuat luka di luar hidung, kini dengan lebih dimengertinya fisiologi normal sinus paranasal dan dengan kemajuan peralatan bedah, seluruh operasi dapat dilakukan melalui rongga hidung tanpa luka yang berarti, operasi ini ingin mengembalikan fisiologi normal hidung dan sinus paranasal. Tindakan operasi ini disebut functional endoscopic sinus surgery (FESS)

Pencegahan Sinusitis

Ada beberapa cara untuk menghindarkan terjadinya sinusitis :

- Obati keluhan hidung tersumbat yang disebabkan oleh udara dingin dan alergi secara tepat. Hal ini dapat mencegah berkembang biaknya bakteri di rongga-rongga sinus.
- Hindari adanya kontak dengan penderita flu atau penderita infeksi virus saluran nafas atas. Jika terjadi kontak dengan penderita yang mengalami infeksi tersebut, segera cuci tangan sesering mungkin.
- Hindari merokok dirumah atau ditempat kerja. Asap rokok dapat menyebabkan dan akan semakin mengiritasi rongga hidung yang inflamasi.
- Jika anda memiliki alergi, Hindari hal-hal yang dapat membangkitkan timbulnya serangan alergi.
- Hindari menghirup udara yang terlalu kering. Pertimbangkan pemakaian a humidifier dirumah dan ditempat kerja untuk meningkatkan kelembaban udara.
- Hindari polusi. Paparan pada lingkungan yang terpolusi dan udara yang terkontaminasi dapat menyebabkan iritasi pada saluran hidung dan merangsang sinusitis. Zat kimia dan bau yang kuat dapat mengiritasi membran sinus.
- Hentikan konsumsi alkohol. Bahkan pada tingkat konsumsi alkohol yang biasa untuk sehari hari dapat menyebabkan membran hidung dan sinus membengkak, iritasi dan memudahkan terinfeksi. Seringkali bir yang menjadi penyebab.
- Kurangi perjalanan udara. Perjalanan udara dapat menyebabkan problem sinusitis akut atau kronik. Gelembung udara yang terperangkap dalam tubuh mengembang sewaktu tekanan udara dalam pesawat menurun. Pengembangan ini menyebabkan tekanan pada jaringan disekitarnya dan menyumbat tuba eustachius. Akan terasa ketidaknyamanan pada sinus atau telinga tengah selama pesawat menurun atau mendaki. Dokter menganjurkan memakai dekongestan drops atau inhaler sebelum penerbangan untuk mencegah terjadinya hal ini.
- Banyak minum. Air meningkatkan kelembaban tubuh dan menolong mencegah kongesti. Juga membantu menipiskan mukus sehingga bisa mengalir lebih lancar.
- Hindari berenang. Orang-orang yang rentan terhadap sinusitis bisa merasa tidak nyaman berada dalam air yang mengandung klorin, karena akan mengiritasi membran hidung dan sinus.

- Jangan menyelam. Penyelam seering mengalami kongesti yang menyebabkan infeksi sinus, air dipaksa masuk ke sinus melalui hidung.
- Hygiene yang baik. Infeksi bakteri dan virus merupakan penyebab yang umum untuk terjadinya sinusitis, maka untuk menghindarinya diperlukan hygiene yang baik, seperti membiasakan mencuci tangan dengan sabun.
- Meminimalkan konsumsi produk susu. Mengonsumsi produk susu yang tinggi akan menyebabkan penebalan mukus dan menyempitkan saluran hidung dan akan menyebabkan nyeri dan sakit kepala.
- Sering mandi air hangat dan menghirup uap air. Akan mengencerkan mukus dan melembabkan tenggorokan sehingga melonggarkan saluran hidung.
- Hindari temperatur yang ekstrim. Suhu yang sangat tinggi atau sangat rendah, serta perubahan suhu yang tiba tiba akan meningkatkan nyeri sinus.
- Lakukan vaksinasi influenza tiap tahun. Ini merupakan cara yang paling cepat untuk mengatasi flu dan demam, yang jika dibiarkan, bisa menyebabkan sinusitis.
- Makan banyak sayur dan buah buahan. Konsumsi sayur dan buah yang kaya akan antioksidan dan zat zat lain dapat meningkatkan kekebalan tubuh terhadap infeksi.
- Kurangi stres. Walaupun kita tidak menyadarinya, stres dapat menyebabkan sinusitis memburuk.

Jika Anda atau keluarga mengalami gejala di atas, kunjungi Rumah Sakit Khusus THT SS Medika untuk mendapatkan penanganan medis yang tepat. Anda dapat menjadwalkan pertemuan dengan dokter spesialis melalui **Telp (021) 3913336** ataupun **WhatsApp 0811154536**

