

## Apa Itu Tinnitus? Saat Telinga Berdenging Bisa Jadi Sinyal Kesehatan yang Penting !

Prolite – Apa Itu Tinnitus? Penyebab Telinga Sering Berdenging yang Perlu Kamu Tahu!

Pernah nggak sih, tiba-tiba telinga kamu terasa berdenging tanpa alasan yang jelas? Suara yang muncul begitu saja, entah berdengung, berdesis, atau mirip suara serangga yang sulit hilang?

Nah, jika iya, bisa jadi kamu sedang mengalami tinnitus. Kondisi yang cukup umum ini sebenarnya bisa dialami siapa saja dan kerap membuat bingung, apalagi jika suara tersebut terus-menerus ada.

Baca Juga: [Penting, Kenali 6 Faktor Resiko Tumor Payudara dan Cara Penanganannya](#)

Di artikel ini, kita akan membahas tuntas apa itu tinnitus, penyebabnya, jenis-jenisnya, hingga kapan kamu harus memeriksakan diri ke dokter. Yuk, simak!

### **Mengenal Tinnitus: Kenapa Telinga Bisa Berdenging?**

## Apa Itu Tinnitus? Saat Telinga Berdenging Bisa Jadi Sinyal Kesehatan yang Penting !



Tinnitus adalah istilah medis untuk sensasi suara berdenging atau bunyi lain yang terdengar di telinga tanpa ada sumber suara dari luar.

Baca Juga: [Mengenal Fear Zone : Ketika Keinginan dan Ketakutan Bertemu di Persimpangan](#)

Menariknya, bunyi ini bisa berbeda-beda untuk setiap orang, ada yang mendengar suara desis, dengung, atau bahkan bunyi mirip ombak.

Meskipun sering dianggap sepele, kondisi ini bisa cukup mengganggu, terutama kalau suara tersebut muncul terus-menerus dan sulit diabaikan.

Tinnitus sendiri bukanlah penyakit, melainkan gejala dari kondisi lain yang terjadi di dalam tubuh, khususnya di area telinga atau sistem pendengaran.

Yuk, kita pelajari lebih lanjut jenis-jenis tinnitus dan bagaimana perbedaannya.

### **Jenis-Jenis Tinnitus yang Perlu Kamu Ketahui**

#### 1. Tinnitus Subyektif

Ini adalah jenis tinnitus yang paling umum. Pada kondisi ini, suara berdenging hanya bisa didengar oleh si penderita dan tidak bisa dideteksi oleh alat medis. Penyebabnya bisa bermacam-macam, mulai dari kerusakan sel-sel di telinga dalam, paparan suara bising, hingga stres.

#### 2. Tinnitus Obyektif

Tinnitus obyektif jauh lebih jarang terjadi. Pada jenis ini, suara berdenging dapat didengar oleh dokter saat melakukan pemeriksaan dengan alat khusus. Biasanya, disebabkan oleh masalah pada pembuluh darah atau kontraksi otot yang berada di sekitar telinga.

### **Penyebab Umum Tinnitus yang Sering Terjadi**

## Apa Itu Tinnitus? Saat Telinga Berdenging Bisa Jadi Sinyal Kesehatan yang Penting !



Ada berbagai faktor yang bisa menyebabkan telinga berdenging. Berikut beberapa penyebab yang cukup umum:

- **Paparan Suara Keras**  
Mendengarkan suara keras dalam waktu lama, seperti musik yang terlalu kencang atau bising dari mesin, bisa merusak sel-sel rambut halus di telinga bagian dalam. Kerusakan ini sering kali menjadi pemicu, terutama pada orang yang sering terpapar suara keras di lingkungan kerja.
- **Infeksi atau Peradangan pada Telinga**  
Infeksi telinga, baik karena bakteri atau virus, bisa menyebabkan peradangan yang mengganggu fungsi pendengaran. Saat telinga dalam mengalami masalah, kamu mungkin merasakan telinga berdenging sementara hingga infeksi sembuh.

## Apa Itu Tinnitus? Saat Telinga Berdenging Bisa Jadi Sinyal Kesehatan yang Penting !

- Cedera Kepala atau Leher  
Cedera yang melibatkan kepala atau leher dapat memengaruhi sistem pendengaran dan menyebabkan telinga berdenging. Hal ini disebabkan oleh kerusakan saraf atau gangguan pada struktur di sekitar telinga.
- Penggunaan Obat-Obatan Tertentu  
Beberapa obat, seperti antibiotik tertentu, obat anti-inflamasi, dan antidepresan, diketahui dapat menyebabkan telinga berdenging sebagai efek samping. Jika kamu merasakan telinga berdenging setelah mengonsumsi obat tertentu, sebaiknya konsultasikan dengan dokter.

### **Tinnitus: Gejala Saja atau Pertanda Kondisi Serius?**



Studio shot of attractive casually dressed young dark haired female keeping eyes closed and covering sore ear with hand while having some problems with hearing. Health, people and pain concept

Satu hal yang sering ditanyakan: apakah tinnitus bisa jadi tanda dari kondisi medis yang serius? Jawabannya bisa iya atau tidak.

Pada beberapa kasus, telinga berdenging hanyalah efek samping sementara yang akan hilang dengan sendirinya, misalnya saat terpapar suara keras hanya untuk sementara waktu.

Namun, pada kondisi tertentu, telinga berdenging bisa menjadi gejala awal dari masalah kesehatan yang lebih serius.

Sebagai contoh, jika hal ini terjadi bersamaan dengan gejala lain, seperti pusing hebat, gangguan pendengaran, atau nyeri di telinga, ada kemungkinan kondisi tersebut memerlukan perhatian medis lebih lanjut.

### **Kondisi Medis yang Bisa Dikaitkan dengan Tinnitus**

Tinnitus tidak selalu berdiri sendiri dan sering kali berhubungan dengan kondisi medis lain. Berikut beberapa kondisi yang mungkin terkait:

- **Tekanan Darah Tinggi**  
Tinnitus kadang muncul pada orang dengan tekanan darah tinggi atau hipertensi. Peningkatan tekanan darah dapat memengaruhi aliran darah di telinga, sehingga menyebabkan suara berdenging.
- **Diabetes**  
Penderita diabetes memiliki risiko yang lebih tinggi mengalami kerusakan saraf di seluruh tubuh, termasuk saraf pendengaran. Hal ini bisa menyebabkan telinga berdenging pada sebagian orang yang memiliki diabetes.
- **Gangguan Tiroid**  
Gangguan tiroid, baik itu hipertiroidisme atau hipotiroidisme, bisa memengaruhi metabolisme tubuh dan aliran darah, yang dapat memicu gejala telinga berdenging.
- **Gangguan Pembuluh Darah**

## Apa Itu Tinnitus? Saat Telinga Berdenging Bisa Jadi Sinyal Kesehatan yang Penting !

Kondisi yang melibatkan pembuluh darah, seperti aterosklerosis atau penyempitan pembuluh darah, bisa membuat aliran darah menjadi tidak normal, yang terkadang terdengar sebagai tinnitus obyektif.

Jika telinga berdenging berkaitan dengan salah satu dari kondisi ini, pengobatan pada kondisi medis yang mendasarinya biasanya akan membantu mengurangi gejala yang kamu rasakan.

### **Kapan Harus Menemui Dokter Jika Telinga Berdenging Tidak Hilang?**



Jika kamu merasakan telinga berdenging yang hilang timbul, mungkin tidak perlu terlalu

## Apa Itu Tinnitus? Saat Telinga Berdenging Bisa Jadi Sinyal Kesehatan yang Penting !

khawatir. Namun, ada beberapa situasi yang perlu diwaspadai. Segera konsultasikan ke dokter jika:

- Telinga berdenging berlangsung lebih dari beberapa hari atau terjadi secara terus-menerus.
- Suara berdenging muncul bersamaan dengan kehilangan pendengaran.
- Telinga berdenging diiringi dengan pusing yang intens atau nyeri di telinga.
- Telinga berdenging terjadi setelah cedera kepala atau trauma fisik.
- Telinga berdenging muncul setelah mengonsumsi obat-obatan tertentu.

Dokter mungkin akan melakukan beberapa tes, seperti audiometri atau tes pendengaran lainnya, untuk menentukan penyebab telinga berdenging.

Pada kasus tertentu, pemeriksaan lebih lanjut seperti CT scan atau MRI mungkin juga diperlukan.

Meskipun telinga berdenging kadang membuat frustrasi, ada berbagai cara untuk mengelola atau mengurangnya.

Menghindari paparan suara keras, menjaga tekanan darah tetap stabil, serta mengelola stres bisa membantu mencegah atau memperingan tinnitus.

Tinnitus memang bisa bikin risih, tapi dengan penanganan yang tepat, kamu tetap bisa menjalani keseharian tanpa terganggu. Jadi, jangan abaikan jika telinga kamu berdenging terus-menerus, ya!



Baca Selanjutnya  
Segera Tayang! Film “Hidup Ini Terlalu Banyak Kamu” – Kisah Adaptasi dari Buku Pidi Baiq!