

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

Category: LifeStyle

7 November 2024



## 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.

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?



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

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**



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.

- **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**

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 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 berdengung diiringi dengan pusing yang intens atau nyeri di telinga.
- Telinga berdengung terjadi setelah cedera kepala atau trauma fisik.
- Telinga berdengung muncul setelah mengonsumsi obat-obatan tertentu.

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

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

Meskipun telinga berdengung kadang membuat frustasi, ada berbagai cara untuk mengelola atau menguranginya.

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

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

---

# Hingga 20 September, Periksa Telinga Gratis di RSUD Kota Bandung

Category: News

7 November 2024



## Periksa Telinga Gratis, Jadi Lebih Plong!

**BANDUNG, Prolite** – Periksa Telinga Gratis. Selama 15 menit kedua telinga Sulis dibersihkan oleh dokter THT RSUD Kota Bandung. Awalnya, ia merasa sering gatal di bagian dalam telinganya.

Tanpa pikir panjang, ia pun mencoba membersihkan telinganya sendiri dengan jari.

“Telinga saya sering gatal. Kalau sudah terasa banget gatalnya, saya bersihkan sendiri pakai jari. Pas tahu ada program Periksa Telinga Gratis ini, langsung daftar,” ungkap Sulis, Senin 18 September 2023.

Ia mengaku cukup puas dengan hasilnya. Sebab, dokter membersihkan secara detail bahkan sampai kotoran yang kecil pun.

“Teliti sekali. Pendengaran saya jadi lebih plong,” akunya.

Ia pun diimbau untuk datang secara rutin setiap 6 bulan sekali dan tidak boleh membersihkan telinganya sendiri.

Hal serupa juga dirasakan Agri, salah satu pasien yang mendaftar program Periksa Telinga Gratis di RSUD Kota Bandung. Telinga sebelah kanannya kerap terasa perih.

"Pas diperiksa ternyata memang ada kotoran atau serumen. Akhirnya dibersihkan dokter. Setelah dibersihkan jadi agak lega," ujar Agri.

Menurutnya, dengan adanya program Periksa Telinga Gratis ini cukup membantu karena ia sering bingung cara bersihkan telinga.

"Kata dokter, jangan bersihkan telinga sendiri dengan cottonbud. Lebih baik tiap 6 bulan sekali datang ke dokter untuk diperiksa," lanjutnya.

Menanggapi hal itu, Dokter THT RSUD Kota Bandung, dr. Billy Yacub Rafel Sp. THT-KL menjelaskan, kasus THT paling banyak ditemukan adalah kasus kotoran telinga atau sering disebut serumen infektif.

"Selama 3 hari ini, kami berikan pelayanan BBT atau bersih-bersih telinga secara gratis untuk 25 pasien setiap harinya. Jika kita jumpai ada kotoran pada telinga, kita akan memberikan pelayanan untuk membersihkan," jelas Billy.

Seusai membersihkan telinga pasien, ia selalu mengimbau untuk menjaga kesehatan telinga dan jangan dibersihkan sendiri.

"Caranya jangan mengorek telinga dengan cottonbud atau alat lainnya. Cottonbud hanya bisa mengeluarkan sebagian, sedangkan sisanya terjebak di dalam. Ini bisa membuat pendengaran menurun," paparnya.

Ia menambahkan, pembersihan telinga boleh dilakukan pada sisi daun telinga luar saja. Namun, untuk kotoran di dalamnya, hanya boleh dilakukan oleh dokter.

"Direkomendasikan tiap 6 bulan sekali datang ke dokter THT baik ada keluhan ataupun tidak. Kita akan screening apabila

ada kotoran akan dibersihkan," imbuhnya.

Sementara itu, Plt. Wakil Direktur Pelayanan RSUD Kota Bandung, dr. Henny Indriani menyampaikan, program Pemeriksaan Gratis THT dilakukan selama 3 hari pada 18-20 September 2023.

Dari laporan yang masuk, pada 18 September sudah ada 185 orang yang mendaftar. Sedangkan pada 19 September ada 195 orang yang mendaftar. Lalu pada 20 September ada 195 orang juga yang mendaftar.

"Kita memang ada batasan kuota, hanya 25 orang per hari. Sebab harus menyesuaikan dengan jam layanan (Periksa Telinga Gratis), ada pasien lain juga. Kita sesuaikan dengan kemampuan tenaga medis di sini," kata Henny.

Layanan gratis pemeriksaan kesehatan kali ini difokuskan pada personal hygen penyakit-penyakit secara umum. Pekan lalu RSUD Kota Bandung juga memberikan layanan pemeriksaan gratis kesehatan gigi.

"Kita berikan rekomendasi kepada pasien karena kalau untuk penanganan, masih belum mumpuni. Lalu sekarang pelayanan kesehatan telinga. Kemudian nanti juga ada layanan KB gratis," sebutnya.

Ia berharap, dengan adanya kegiatan ini, masyarakat bisa merasa diperhatikan oleh pemerintah. Terutama di Hari Jadi ke-213 Kota Bandung (HJKB), pihaknya ingin semakin meningkatkan pelayanan kesehatan kepada masyarakat.

"Walaupun dengan pelayanan yang padat seperti ini, kami tetap berusaha untuk ikut memeriahkan HJKB dengan perhatian lebih kepada masyarakat," harapnya.

"Kami juga berharap, RS ini bukan hanya dianggap sebagai tempat berobat, tapi juga mereka bisa berkonsultasi. Sehingga akan lebih efisien dan efektif dalam kita melakukan pengobatan terhadap pasien," imbuh Henny.

Selain itu, Kepala Seksi Pelayanan Medik Rawat Jalan dan Rawat Inap, dr. Pia Nur A. Rahayu juga menuturkan, mulai dari tanggal 20 September akan berlangsung pula selama 3 hari pemasangan KB gratis, yakni jenis IUD dan implan.

“Sudah full kuota juga. IUD 4 orang per hari, implant 5 orang per hari. Memang ini cukup lama pemasangannya. Ini murni gratis, tidak ada biaya sama sekali,” tutur Pia.

Sebelumnya, RSUD telah membuat formulir secara daring melalui google form yang disebar ke media sosial. Setelah itu, 25 pasien pendaftar pertama akan dipanggil melalui WA untuk dilakukan pemeriksaan.

“Responnya sangat tinggi, dalam dua hari pun, kuotanya sudah melebihi dari kuota yang ditentukan. Seperti Periksa Telinga Gratis ini juga sudah melebihi batas kuota. Belum kami dapat layani semuanya. Mudah-mudahan ke depan kami bisa lebih siap lagi untuk tenaga kesehatannya,” ucapnya.