

Penyakit Angin Duduk yang Mematikan

[caption id="attachment_29895" align="aligncenter" width="640"]



Kerokan tidak menyebabkan mati mendadak penderita angin duduk[/caption]

Tetangga saya tiba2 merasa masuk angin, yaitu merasa pusing dan mual (kembung) dan disertai keluarnya keringat dingin, lalu minta di kerok dan di oles minyak angin, tidak lama kemudian dia meninggal.

Hal ini membuat saya kaget, lalu saya cari di internet apa sebab tetangga saya tersebut meninggal.

Berikut hasilnya:

Kematian yang terjadi sama sekali bukan akibat kerokan atau pengolesan minyak angin, melainkan karena tidak terdeteksinya kelainan pada jantung penderita. Padahal, seandainya penderita langsung pergi ke Rumah Sakit atau ke dokter, dan bukannya malah kerokan yang sama sekali tidak ada hubungannya dengan sang penyakit, mungkin nyawanya masih sempat terselamatkan.

Masuk angin yang satu ini ternyata bukanlah masuk angin biasa. "Yang biasa disebut angin duduk sesungguhnya adalah salah satu gejala penyakit jantung koroner, yang jika tidak segera ditangani penderitanya bisa langsung meninggal hanya dalam waktu 15-30 menit setelah serangan pertama.

Ciri2 Angin Duduk (Angina Pectoris): Kepala pusing, perut mual dan kembung, dada sesak, nyeri dibagian ulu hati, keluar keringat sebesar jagung, serta badan terasa dingin.

Angin duduk atau angina termasuk penyakit sangat berbahaya, hanya dalam waktu 15 menit sampai 30 menit orang yang terserang penyakit angin duduk bisa meninggal. Oleh karena itu kita harus waspada dengan penyakit angin duduk, karena **pada awalnya penderita akan terlihat sehat-sehat. Serangan angin duduk selalu datang secara tiba-tiba** dan penderita akan meninggal paling lama 15 menit setelah merasakan rasa nyeri di dada.

Penyakit angin duduk mirip seperti penyakit angin biasa (yaitu pusing dan mual) hanya saja disertai keluar keringat dingin.

Ternyata gejala yang disebut Angin Duduk tersebut sebenarnya adalah gejala penyakit jantung jenis Angina Pectoris. Di dalam kamus kedokteran tidak pernah ditemui istilah penyakit angin duduk.

Angina pectoris berasal dari kata Yunani, ankhon, yang berarti '**mencekik**' dan pectus yang berarti '**dada**'.

Jadi, angina dapat dijelaskan sebagai rasa tercekik di dada. **Angina sebenarnya bukan penyakit**, tetapi biasanya merupakan gejala dari penyakit arteri koroner (coronary artery disease = CAD).

Penyakit arteri koroner umumnya disebabkan oleh pengendapan zat lemak di dinding bagian dalam arteri.

Angina pectoris gejalanya memang mirip masuk angin biasa, hanya sedikit lebih berat. Tak mengherankan. Penyakit ini cenderung disepelekan.

Penyakit Angina Pectoris itu sendiri berupa **perasaan tidak nyaman berkepanjangan**, yang terjadi lebih dari 5 menit, akibat menurunnya tekanan darah yang memompa jantung. Akibatnya, jantung membutuhkan lebih banyak oksigen. Karena jantung tidak mampu memompa dengan sempurna, maka pembuluh darah mengadakan reaksi pemulihan berupa kontraksi guna mencukupi pengisian oksigen pada pompa jantung tadi, kontraksi itulah yang menimbulkan keringat dingin pada kulit.

Sayangnya, hal ini sering tidak disadari sebagai indikasi adanya gangguan pada jantung yang sifatnya kritis.

20% dari keluhan Angina Pectoris yang diperiksakan ke dokter atau rumah sakit ternyata terdeteksi sebagai penyakit jantung koroner akut. Penyakit ini merupakan gangguan pada jantung akibat adanya kelainan pada pembuluh koroner, sehingga darah tidak mampu mengantarkan zat-zat yang dibutuhkan oleh jaringan dinding rongga jantung. Karena itu, jika tidak terdeteksi sejak awal, penderitanya bisa mengalami sudden death (meninggal tiba-tiba).

Pencetus penyakit ini adalah stres, emosi, hipertensi, obesitas, kurang aktivitas atau kurang olahraga.

Variasi rasa nyerinya, yaitu dada seperti ditekan, diremas-remas yang rasanya menjalar ke leher dan lengan, atau merasa terbakar dengan sesak napas dan keringat dingin. Keluhan dapat merambat ke kedua rahang gigi, bahu, serta punggung. Lebih spesifik, ada juga yang disertai kembung pada ulu hati seperti maag.

Sumber masalah sesungguhnya terletak pada penyempitan pembuluh darah jantung (vasokonstriksi). Penyempitan tersebut menyebabkan sebagian jantung tidak mendapat oksigen dan nutrisi yang cukup, sehingga pasokan darah ke jantung pun

tidak seimbang. Kondisi ini akhirnya mengakibatkan kerusakan pada otot jantung yang dapat menyebabkan kematian.

Rasa nyeri akibat kekurangan oksigen dapat terjadi karena dua penyebab. Pertama, karena **adanya penyumbatan pada pembuluh darah di sekitar jantung yang membawa oksigen**. Akibat dari penyempitan ini adalah kurangnya oksigen dari yang jumlah yang dibutuhkan. Penyebab kedua adalah **adanya aktivitas berat** yang mengakibatkan terjadinya lonjakan oksigen yang lebih daripada biasanya.

Aktivitas yang dapat menyebabkan lonjakan kebutuhan oksigen misalnya saat berolahraga, mendaki, atau saat mengalami stres.

Cara Menghindari Angin Duduk (Angina Pectoris):

1. Tekanan darah

Tekanan darah dapat menyebabkan serangan angina pectoris karena tekanan darah yang tinggi dapat membuat kebutuhan tubuh terhadap oksigen meningkat.

2. Kadar Gula

Tingkat kadar gula yang tinggi akan menghambat proses masuknya oksigen ke jantung.

3. Kolesterol

Tingkat kolesterol harus dipantau karena penyumbat yang umum ditemukan pada pembuluh darah adalah lemak atau plak kolesterol.

Melakukan pemeriksaan darah yang sederhana sering kali mengindikasikan bahaya yang menanti lama sebelum seseorang mengalami gejala yang terlihat seperti angina. Maka, penting untuk memeriksakan tingkat kolesterol darah, kadar gula darah, dan juga tekanan darah Anda. Menjaga agar hal tersebut dalam batas yang normal menjadi hal yang penting untuk menghindari angina.

Cara Mengatasi Angin Duduk (Angina Pectoris):

1. **Melonggarkan sumbatan yang terjadi**, yaitu dengan memberikan obat antiplatelet (sel pembeku darah) dan anti koagulan. Atau mengantisipasi ketidakseimbangan suplai oksigen dan kebutuhan oksigen ke jantung dengan nitat, betabloker, dan kalsium antagonis. "Obat antiplatelet yang paling murah dan gampang, ya **aspirin**. Selain bermanfaat sebagai pertolongan pertama mengatasi nyeri, obat ini juga untuk melonggarkan kembali pembuluh darah yang tersumbat. Kalau berdasarkan hasil diagnosa dokter Anda menderita gangguan jantung, sebaiknya membawa tablet antiplatelet ke manapun Anda pergi, sebagai pertolongan awal sebelum ke rumah sakit.
2. Ikuti semua saran dokter dalam hal pengobatan medis dan pola hidup sehat. Kesembuhan Anda, tergantung pada kepatuhan Anda pada dokter yang menangani.
3. Segeralah ubah pola hidup untuk menjalankan pola hidup yang sehat.
4. Jangan lupa untuk **berolahraga secara teratur** dan jika Anda pernah terkena serangan angina atau angin duduk atau pernah memiliki penyakit jantung sebaiknya pilih olahraga yang jangan terlalu berat.

Link Terkait:

1.

<http://anitanet.staff.ipb.ac.id/artikel-article/kesehatan/nyeri-dada-dan-jantung/>

2.

<http://anitanet.staff.ipb.ac.id/artikel-article/kesehatan/jantung/>

3.

<http://anitanet.staff.ipb.ac.id/penyakit-jantung-dan-obat-herbal-nya/>

Sumber gambar:

<http://3.bp.blogspot.com/-aREIOzHrojY/VerICPmRYRI/AAAAAAAAAZc/4shg7eum2Gc/s640/kerokan.jpg>

Sumber tulisan:

1.

<http://warungkopi.okezone.com/thread/458523/dikira-hanya-masuk-angin-biasa-dina-pun-meninggal>

2.

<http://www.amazine.co/17932/ketahui-3-jenis-angina-stable-unstable-variant-angina/>

3.

<http://doktersehat.com/angin-duduk-yang-mematikan/>

4.

<http://www.berbagiinfo4u.com/2013/01/apa-itu-angin-duduk.html>

Penulis: [Anita Handayani](#)