

10 ANGGAPAN YANG SALAH PENYAKIT JANTUNG

Written By: admin on May 10, 2010

Oleh Dr.Handrawan Nadesul, Dokter Umum

Masih banyak anggapan salah di masyarakat tentang penyakit jantung. Tidak jarang menyesatkan atau menerima keadaan penyakitnya, sehingga berakibat merugikan.

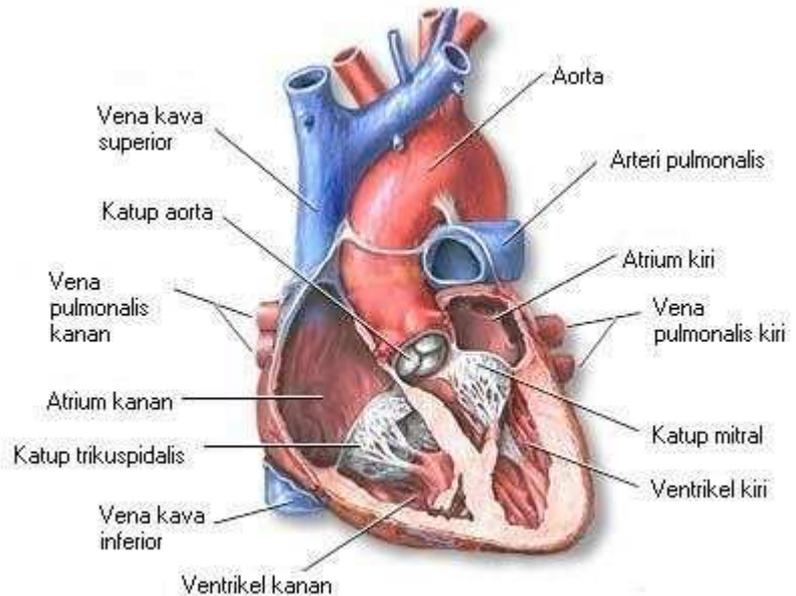
Apa saja anggapan salah itu?

1. Penyakit jantung hanya terjadi pada orang gemuk saja.

Tidak. Bukan hanya karena gemuk maka orang berpenyakit jantung. Dibanding orang kurus, orang gemuk memang lebih berisiko.

Namun, bukan sedikit orang kurus yang mengidap penyakit jantung. Jika sejak kecil mengidap penyakit jantung bawaan, misalnya, dan belum dioperasi, bisa saja keluhan jantung muncul. Jenis kelainan jantung bawaan kebocoran sekat bilik jantung (VSD), misalnya, biasanya semakin mengecil dengan bertambahnya usia. Selama kebocoran itu belum mengecil habis, masih tergolong mengidap penyakit jantung.

Orang kurus juga bisa saja mengidap darah tinggi, kolesterol, dan trigliserida tinggi, yang jika dibiarkan berakibat buruk pada jantung dan akhirnya berkembang menjadi penyakit jantung. Begitu juga jika orang kurus mengidap kencing manis atau memang memiliki kelainan anomali pembuluh darah besar pada jantung, seperti anomali pembuluh aorta atau ada penyakit lain yang bisa mengganggu jantung.



2. Penyakit jantung tidak bisa pada anak atau orang muda.

Bisa. Penyakit jantung sudah bisa diderita sejak anak masih di kandungan mula. Beberapa penyakit infeksi, seperti toxoplasmosis, campak jerman, cytomegalo virus bisa merusak organ jantung semasih anak di kandungan. Begitu juga obat-obatan tertentu yang diminum selagi hamil. Cacat jantung bawaan juga acap terjadi akibat jamu peluntur atau bahan berkhasiat lain yang belum jelas kerjanya medis.

Orang muda pun bisa kena penyakit jantung jika jantungnya terinfeksi. Infeksi bisa langsung menyerang jantung (endocarditis, myocarditis, pericarditis) atau di luar jantung yang bisa berkomplikasi ke jantung, seperti jika anak terserang infeksi difteria (di tenggorokan).

Kelainan aliran listrik otot jantung juga sering mengenai orang muda, sehingga irama dan debar jantung jadi tidak normal. Dan fungsi jantung juga bisa terganggu bila kekurangan elektrolit tertentu (kalium, misalnya) fungsi jantung bisa kacau juga, seolah sakit jantung. Demikian pula pengaruh kuat nikotin, obat tidur, obat penenang.

3. Wanita terbebas dari penyakit jantung.

Tidak. Sebelum usia menopause, wanita memang lebih kecil risiko terkena dibanding pria. Namun, setelah menopause, risiko wanita terkena penyakit jantung koroner menjadi sama besar dengan pria. Hal ini sering dilupakan, sehingga luput mendapat perhatian.

Namun, selama usia reproduktif pun wanita masih mungkin kena penyakit jantung jika kegemukan, lemak darah tinggi, mengidap darah tinggi, kencing manis, atau memiliki anomali

pada pembuluh besar jantung, perokok berat, mengonsumsi obat pengurus badan golongan amfetamin atau phenfluramin, fentermine. Obat-obat golongan ini sudah ditarik dari peredaran.

Amphetamine memang bukan obat kurus, sebab dipakai dengan memanfaatkan efek sampingnya yang bikin tak suka makan, sedangkan obat pengurus (golongan Phen-fen) bisa bikin katup jantung menggembir, sehingga fungsi jantung terganggu dan berakhir dengan payah jantung.

4. Penyakit jantung hanya satu macam.

Tidak. Sudah disebut di atas, **penyakit jantung bisa bawaan**, sejak lahir sudah diidap. Bisa juga sebab infeksi, dan yang paling sering penyakit **jantung koroner**, kalau bukan payah jantung (**gagal jantung**).

Infeksi pada jantung bisa oleh kuman dan virus. Paling sering infeksi pada katup jantung. Katup yang terinfeksi (SBE, Subacute Bacterial Endocarditis) menyisakan kerusakan pada katup, sehingga fungsi katup jantung menjadi tidak normal. Jika kerusakan katupnya berat dan berlangsung lama, bisa berakhir dengan gagal jantung juga.

Bukan cuma itu. Kelainan katup jantung akibat infeksi, sewaktu-waktu butiran-butiran lemak dan sisa infeksi pada katup bisa luruh dan terlepas hanyut terbawa aliran darah. Hanyutnya butiran lemak dan sisa infeksi ini yang bisa tersangkut di pembuluh darah otak, sehingga dapat berakhir dengan stroke.

Jantung koroner terjadi jika pembuluh darah koroner yang memberi makan bagi otot jantung tersumbat. Sumbatan bisa berasal dari dinding pembuluh darah koronernya sendiri yang semakin menebal oleh karat lemak (atherosclerosis), bisa juga oleh kiriman butiran lemak, bekuan darah, atau sampah darah yang berasal dari luar jantung. Emboli (terhanyutnya benda sampah dalam darah) sehabis melahirkan, sewaktu operasi sedot lemak, risiko bedah besar, patah tulang terbuka.

Jantung menjadi payah atau gagal jantung terjadi bila darah tinggi dibiarkan tinggi selama puluhan tahun. Pada darah tinggi, jantung bekerja ekstra berat. Akibat jantung harus memompakan darah lebih kuat dari normal, lama-kelamaan otot jantung menjadi semakin tebal dan jantung membengkak. Pembengkakan berlangsung terus sampai satu titik, pada saat jantung sudah tidak bisa berkompensasi untuk melar lagi. Pada saat itulah terjadi serangan gagal jantung (decompensatio cordis).

5. Jantungnya sehat, tak mungkin bisa sakit jantung.

Bisa. Kendati jantungnya tak kurang suatu apa, namun bisa terkena penyakit jantung yang berasal dari luar jantung. Jika jiwa gundah terus, rasa cemas, rasa waswas, jantung bisa mendadak berdebar tak tentu.

Rasa berat di dada, rasa ada yang mendesak di kerongkongan, jantung berdebar, disertai rasa gundah gelisah, kemungkinan yang sakit jiwanya, dan bukan jantungnya. Tanpa perlu diberi obat jantung dan cukup penenang jiwa, keluhan jantung umumnya akan mereda sendiri.

Demikian pula penyakit jantung yang berasal dari kelewat aktifnya kelenjar gondok (hyperthyroidism). Semakin tinggi hormon gondok di dalam darah, semakin kuat debar jantung akibat tensi darah meninggi. Jika tensi darah meninggi pada penyakit gondok dibiarkan, lama-kelamaan jantung bisa payah juga. Jantung lalu membengkak juga.

Komplikasi infeksi difteri pada anak-anak, pada minggu ketiga sakit, bisa menyerang jantung. Racun kuman difterianya mengganggu fungsi jantung. Namun, begitu racun dijinakkan, jantung bisa pulih kembali.

Kasus anemia (kekurangan Hb) yang berat dan dibiarkan untuk waktu lama bisa membebani jantung juga. Oleh karena kadar Hb (pengangkut oksigen) rendah, darah kurang penuh membawa oksigen, dan itu tidak mencukupi kebutuhan tubuh. Supaya oksigen yang diangkut darah mencukupi kebutuhan sel, jantung perlu bekerja lebih keras. Dan oleh karena jantung bekerja lebih keras, lama-lama jantung membengkak juga (seperti akibat darah tinggi).

6. Tidak ada hubungan dengan serangan stroke.

Ada. Bukan sedikit serangan *stroke* penyumbatnya berasal dari jantung. Jika katup jantung melepaskan butiran bekuan darah atau sisa bekas infeksi katup, sampah dalam darah itu akan hanyut dan memasuki pembuluh darah otak, lalu menyumbat di sana.

Bisa juga sebab fungsi pemompaan jantungnya sendiri yang sudah melemah, baik tenaga maupun iramanya. Bila ini terjadi, maka aliran darah selain tidak deras, sering berpusing. Aliran berpusing dan tak deras ini yang berisiko menimbulkan serangan *stroke*, sebab selain aliran darah melemah, kemungkinan darah juga mengangkut hanyutan benda-benda penyumbat yang luruh akibat aliran berpusing tersebut.

7. Penyakit jantung itu turunan.

Tidak. Penyakit jantung bukan turunan. Kendati orangtua berpenyakit jantung, anak belum tentu kena penyakit jantung. Yang diturunkan kencing manis dan darah tingginya. **Kencing manis dan darah tinggi, termasuk kegemukan, jika tidak dikendalikan bisa berakhir dengan jantung koroner kalau bukan payah jantung juga.**

8. Penyakit jantung tidak dapat dicegah.

Dapat. Malah justru lebih mudah dan lebih murah mencegah penyakit jantung ketimbang harus menderita dan menanggung ongkos berobatnya. Kita tahu semua penyebab penyakit jantung ada yang mulai dari sejak di kandungan.

Itu maka semua ibu hamil yang berisiko punya riwayat mengidap penyakit toxoplasmosis (senang pada kucing), atau cytomegalo virus (lewat berciuman dengan yang mengidap virus tersebut), atau campak jerman (dan herpes genital), sebaiknya memeriksakan darah dulu sebelum hamil (pemeriksaan darah TORCH).

Jika ternyata ada salah satu dari TORCH yang positif dan penyakitnya masih aktif, jangan hamil dulu sampai penyakitnya sudah diterapi sehingga tidak aktif lagi.

Infeksi jantung sering berasal dari infeksi kuman tenggorokan (*streptococcus beta haemolyticus*). Jika kuman ini menjalar ke jantung, terjadilah infeksi jantung (SBE). Maka setiap ada serangan infeksi tenggorokan, apalagi kalau dari pemeriksaan sediaan apus lendir tenggorok terbukti positif kuman tersebut, obati sampai tuntas (biasanya sampai beberapa minggu antibiotika tanpa boleh putus). Jika tidak tuntas, berisiko akan berkomplikasi ke jantung.

Kecukupan elektrolit (waspada jika sering muntah menret, kurang makan buah dan sayur), dan trace elements buat jantung termasuk selenium, mangan, magnesium, jangan sampai kurang. Dan bila mengidap darah tinggi secepatnya dikendalikan. Begitu pula jika kencing manis, penggundah, dan jiwa gampang goyah, segera diatasi.

9. Terkena penyakit jantung sebab sering dikaget.

Bukan. Orang sering kaget atau dikaget tidak mungkin menjadi sakit jantung. **Kecuali memang sudah mengidap lemah jantung**, keterkejutan fisik, bahkan kerkejutan mental pun bias bikin penyakit jantung yang sebetulnya sudah terkendali, bisa kumat. Jantung yang sehat dan normal tidak bakal "copot" kendati rajin dikaget.

10. Penyakit jantung muncul sebab mengonsumsi menu jantung pisang.

Tidak benar. Tidak ada korelasi antara doyan makan sayur jantung pisang dengan penyakit jantung. Zaman kakek nenek dulu, gudeg atau keluban jantung pisang menu yang tergolong eco sekali. Dan buktinya orang dulu tak ada yang kena jantungan gara-gara menu hariannya sering memilih sayur jantung pisang.

(Sumber. Kompas Cyber Media)

Artikel: <http://sehatherba.com/artikel-jantung/10-anggapan-yang-salah-penyakit-jantung.html>

Gambar: <http://taslyherbal.com/wp-content/uploads/2010/06/TaslyJantung.jpg>