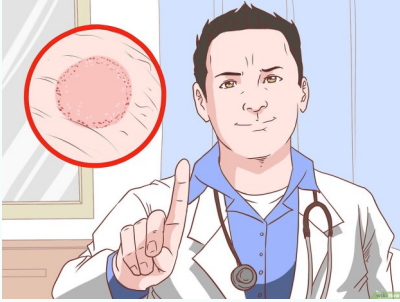


## Kapan harus ke Dokter



Lakukan pemeriksaan ke dokter jika area infeksi ruam di selangkangan makin luas atau berkembang menjadi borok, terutama bila disertai dengan demam. Periksakan juga ke dokter bila ruam tidak membaik setelah menjalani pengobatan mandiri selama 7 hari.

## Pengobatan

Tinea cruris dapat ditangani secara mandiri tanpa perlu ke dokter. Penanganan mandiri yang dapat dilakukan untuk mengobati tinea cruris antara lain:

- ◆ Membersihkan kulit selangkangan dengan sabun dan air hangat, kemudian mengeringkannya
- ◆ Menggunakan krim jamur yang dijual bebas di apotik seperti Nafine, tolnaflate, Clotrimazole atau miconazole
- ◆ Mengobati juga kulit di area lain yang mengalami infeksi jamur, misalnya kutu air
- ◆ Tidak menggaruk selangkangan terlalu sering, karena dapat menyebabkan kerusakan kulit yang memicu infeksi kuman lain

## Pencegahan

Menjaga kebersihan diri adalah hal yang paling penting dalam pencegahan tinea cruris. Berikut ini adalah beberapa cara yang dapat dilakukan:

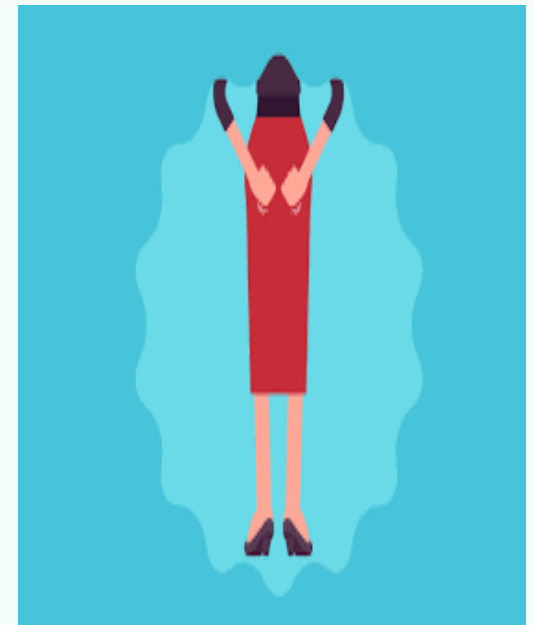
- ◆ Cuci tangan dengan sabun setelah beraktivitas di luar ruangan.
- ◆ Mandi setiap hari, terutama setelah berolahraga
- ◆ Keringkan seluruh bagian tubuh dengan handuk setelah mandi
- ◆ Segera ganti pakaian bila sudah terasa lembab atau basah
- ◆ Jangan gunakan pakaian yang belum di cuci
- ◆ Gunakan celana dalam berbahan katun dan ganti secara rutin
- ◆ Hindari menggunakan pakaian yang terlalu sempit
- ◆ Gunakan pakaian yang longgar saat cuaca panas atau lembab
- ◆ Jangan berbagi pakai barang-barang pribadi, seperti pakaian dan handuk, dengan orang lain



**Semoga Lelas Sembuh**



## TINEA CRURIS (JAMUR DI SELANGKANGAN)



**UNIT PROMOSI KESEHATAN  
RSUD PROF.DR.W.Z. JOHANNES  
KUPANG**

## TINEA CRURIS ???

## MENCEGAH LEBIH BAIK DARI PADA MENGOBATI

### Pengertian

Tinea cruris adalah infeksi jamur menular yang menyebabkan ruam merah dan rasa gatal di daerah selangkangan. Infeksi jamur ini umum ditemukan pada orang yang banyak berkeringat, terutama pada pria atau seorang atlet.

Jamur mudah tumbuh di area kulit yang lembab, hangat, dan berkeringat, seperti selangkangan. Selain selangkangan, tinea cruris bisa menyebar ke paha, bokong, hingga dubur, tetapi jarang timbul di skrotum atau penis.

### Penyebab

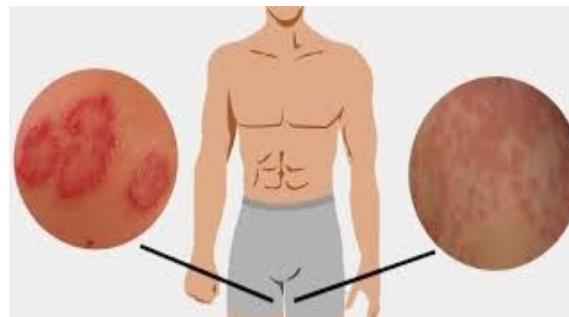
Tinea cruris disebabkan oleh jamur *Trichophyton rubrum* yang tumbuh di daerah selangkangan atau lipatan paha. Jamur selangkangan ini dapat muncul akibat:

- Kulit selangkangan sering mengalami gesekan dengan pakaian
- Kulit selangkangan terlalu lembab akibat keringat yang berlebihan
- Kutu air yang menyebar ke selangkangan
- Kontak fisik dengan kulit penderita secara langsung, atau kontak dengan baju penderita yang belum dicuci

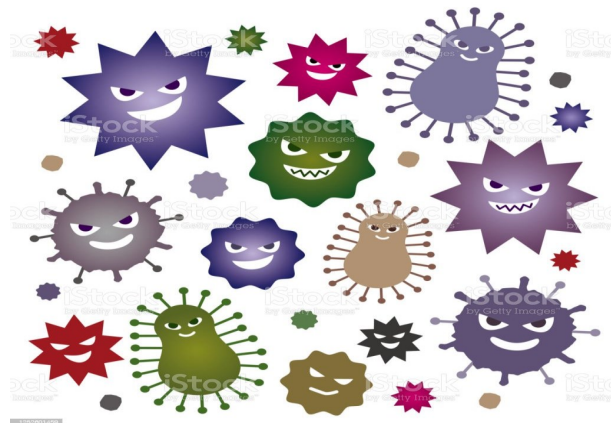
### Faktor Resiko

Ada beberapa faktor yang membuat seseorang lebih berisiko mengalami tinea cruris, yaitu:

- Berjenis kelamin pria
  - Berkeringat secara berlebihan
  - Sering menggunakan celana dalam yang ketat
  - Memiliki berat badan berlebih
- Menderita diabetes
- Memiliki daya tahan tubuh yang lemah, misalnya karena menderita AIDS
  - Berbagi penggunaan handuk dengan orang lain



### Gejala



Gejala utama tinea cruris adalah rasa gatal di selangkangan yang memburuk saat beraktivitas atau berolahraga. Gatal disertai dengan perubahan pada kulit di area selangkangan yang berupa:

- Ruam kemerahan dengan bentuk melingkar seperti cincin dan di bagian tepinya terdapat lepuhan kecil
- Kulit bersisik, pecah-pecah, dan terkelupas
- Warna kulit menjadi lebih terang atau lebih gelap

Kulit di daerah selangkangan juga terasa perih seperti terbakar, biasanya akibat kulit yang mengelupas karena garukan