

Kapan harus ke dokter

Lakukan pemeriksaan ke dokter jika Anda mengalami gejala herpes zoster seperti yang telah disebutkan di atas, terutama jika Anda:

- ◆ Berusia 60 tahun atau lebih
- ◆ Memiliki daya tahan tubuh yang lemah akibat menderita kanker atau penyakit kronis, riwayat transplantasi organ, atau sedang mengonsumsi obat tertentu
- ◆ Mengalami nyeri dan ruam di sekitar mata
- ◆ Tinggal serumah dengan orang yang memiliki daya tahan tubuh lemah
- ◆ Memiliki ruam yang menyebar dan terasa sangat nyeri

Pengobatan

- ◆ Obat antivirus, seperti acyclovir atau valacyclovir, yang umumnya dikonsumsi selama 7-10 hari.
- ◆ Obat analgesik, seperti parasetamol atau ibuprofen, untuk meredakan nyeri yang ringan.
- ◆ Mengenakan pakaian longgar dan berbahan lembut seperti katun untuk mencegah gesekan dan iritasi di kulit
- ◆ Menggunakan losion kalamine untuk mengurangi gatal pada ruam.

- ◆ Menutup ruam agar tetap bersih dan kering guna mengurangi iritasi serta risiko infeksi.
- ◆ Mandi dan kompres dingin dengan air dingin, untuk meredakan rasa nyeri dan gatal, membersihkan kulit dan mengurangi peradangan
- ◆ Menghindari penggunaan plester atau apa pun yang berbahan perekat agar tidak menambah iritasi.

Pencegahan

Pencegahan herpes zoster dapat dilakukan dengan **vaksinasi herpes zoster**, terutama untuk mereka yang berusia di atas 50 tahun, yang bertujuan untuk mengurangi tingkat keparahan gejala dan mempercepat proses penyembuhan.

Menghindari penularan dengan:

- ◆ Tutup luka lepuh agar cairan pada lepuh tidak mengontaminasi benda-benda yang dapat menjadi perantara penularan.
- ◆ Jangan menyentuh atau menggaruk luka lepuh.
- ◆ Cuci tangan dengan sabun dan air mengalir secara rutin.
- ◆ Hindari kontak langsung dengan ibu hamil yang belum pernah terserang cacar air, bayi dengan berat badan lahir rendah atau bayi prematur, dan orang dengan daya tahan tubuh yang lemah.

SEMOGA LEKAS SEMBUH



HERPES ZOSTER/ HERPES KULIT



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

HERPES ZOSTER ITU APA??



Herpes kulit atau herpes zoster adalah penyakit yang ditandai dengan munculnya lepuhan dan ruam berwarna kemerahan dan berisi cairan pada kulit yang disertai rasa sakit. Oleh masyarakat awam, herpes kulit sering disebut cacar ular.

Penyebab

Herpes zoster disebabkan oleh **virus Varicella Zoster**, yakni virus yang juga menjadi penyebab cacar air. Pada orang yang telah sembuh dari cacar air, virus tersebut tidak mati, tetapi hanya menjadi tidak aktif kemudian pindah ke saraf di sumsum tulang belakang dan otak untuk menetap selama bertahun-tahun. Pada fase ini, virus tidak menimbulkan gejala apa pun.

CEGAH HERPES DENGAN POLA HIDUP BERSIH DAN SEHAT

Akan tetapi, pada kondisi tertentu, virus yang menetap dalam sel saraf tersebut bisa aktif Kembali, memengaruhi sel saraf di kulit sehingga dapat menimbulkan gejala ruam herpes zoster di kulit penderitanya.

Faktor Risiko

Beberapa kondisi yang diduga dapat meningkatkan risiko seseorang mengalami herpes zoster adalah:

- ♦ **Usia 50 tahun ke atas** Seiring pertambahan usia, daya tahan tubuh akan makin melemah sehingga risiko terkena herpes zoster akan makin tinggi.
- ♦ **Stres** fisik atau emosional dapat membuat tubuh melepaskan senyawa kimia yang bisa mengganggu daya tahan tubuh.
- ♦ **Daya tubuh yang lemah** Kondisi ini dapat terjadi akibat AIDS, kanker, operasi transplantasi organ, atau konsumsi obat kortikosteroid dalam jangka panjang.

Gejala

Timbulnya bintil berisi air di kulit, dengan ciri-ciri sebagai berikut:

- ♦ Bintil muncul seperti cacar air di salah satu sisi tubuh, bisa kanan atau kiri

- ♦ Bintil timbul hanya di satu area kulit
- ♦ Jaringan kulit di sekitar bintil menjadi bengkak
- ♦ Bintil akan berkembang menjadi luka lepuh yang akan pecah dan menjadi luka berkerak/koreng lalu menghilang secara perlahan dalam 2–3 minggu
- ♦ Bintil muncul di jalur saraf dari saraf tulang belakang, seperti pada punggung, dada, dan perut
- ♦ Bintil timbul di area wajah, mata, mulut, dan telinga
- ♦ Bintil herpes pada kulit terasa nyeri seperti terbakar, kaku, dan kesemutan, yang makin parah bila tersentuh. Nyeri ini sebenarnya sudah timbul 2–3 hari sebelum bintil muncul, dan masih akan terus terasa bahkan setelah bintil hilang.

Selain bintil dan nyeri, gejala lain yang dialami oleh penderita herpes zoster adalah:

- ♦ Demam
- ♦ Menggigil
- ♦ Sakit kepala
- ♦ Kelelahan
- ♦ Sensitif terhadap cahaya
- ♦ Sakit perut

