



## MENCEGAH LEBIH BAIK DARIPADA MENGOBATI

### PENANGANANNYA



Biasanya penyakit sinusitis dapat diatasi dengan :

- Pemberian obat-obatan, meliputi :
  - \* pemberian semprot cairan steril ke rongga hidung untuk membersihkan rongga hidung
  - \* Pemberian obat kortikosteroid hidung untuk hentikan peradangan
  - \* Obat dekongestan untuk meringankan hidung mampet/tersumbat
  - \* Obat anti nyeri untuk meringankan rasa sakit pada wajah atau kepala
  - \* Obat antibiotik, bila disebabkan oleh kuman jenis bakteri
- Pada kasus tertentu, mesti ditangani dengan tindakan operasi

### PENCEGAHANNYA

**Sinusitis** dapat dicegah dengan sejumlah cara, diantaranya :

- Rajin cuci tangan dan jangan menyentuh wajah (mata, hidung dan mulut) dengan tangan yang belum dicuci karena kuman penyakit penyebab sinusitis bisa masuk lewat mata/hidung/mulut.
- Perbanyak minum air supaya selaput lendir tetap lembab sehingga bisa kerja dengan baik untuk mencegah kuman penyakit masuk
- Hindari stress berlebihan karena dapat turunkan daya tahan tubuh
- Perbanyak makan makanan bergizi untuk tingkatkan daya tahan tubuh
- Hindari pemicu alergi, seperti : hindari asap rokok, debu, bulu binatang
- Menghindari penderita flu dan pilek
- Melakukan imunisasi flu sesuai jadwal

# SINUSITIS

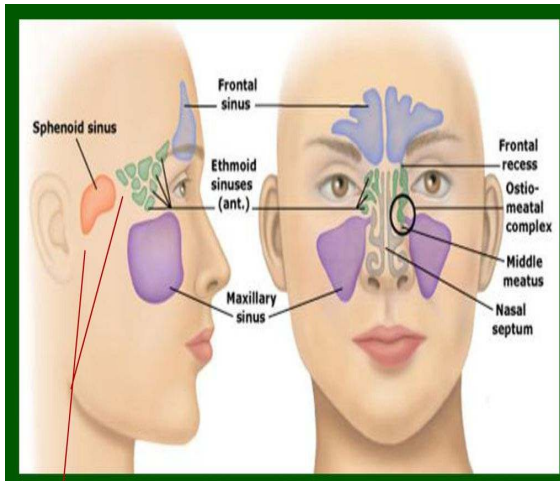


UNIT PROMOSI KESEHATAN  
RSUD PROF. DR. W. Z. JOHANNES KUPANG  
TAHUN 2022

## KENALILAH... SINUSITIS

### SINUSITIS ADALAH:

Peradangan pada dinding sinus. Sinus merupakan rongga kecil yang saling terhubung melalui saluran udara di dalam tulang tengkorak.



Sinus terletak di bagian belakang tulang dahi, bagian dalam struktur tulang pipi, kedua sisi batang hidung dan belakang mata.

Sinus menghasilkan lendir atau mukus yang berfungsi untuk menyaring dan membersihkan bakteri atau partikel lain dalam udara yang dihirup. Selain itu sinus juga berfungsi untuk membantu mengendalikan suhu dan kelembapan udara yang masuk ke paru-paru.

## TAHU PENYEBABNYA TEPAT MENGATASINYA

### GEJALA SINUSITIS



Saat terinfeksi rongga ini terisi banyak lendir dan terjadi pembengkakan selaput lendir sehingga membuat sumbatan serta menimbulkan berbagai gejala berikut :

#### Pada Anak :

- Batuk
- Pilek
- Hidung tersumbat
- Anak jadi rewel

#### Pada Orang Dewasa :

- Pembengkakan di sekitar mata
- Nyeri pada bagian wajah yang memburuk saat menunduk

- Ingus/cairan berwarna kuning kehijauan dari hidung atau belakang tenggorokan
- Menurunnya fungsi indera penciuman
- Bau nafas tidak sedap
- Tekanan pada telinga kadang menimbulkan rasa nyeri telinga
- Demam dan kadang sakit kepala

### PENYEBAB



Sinusitis disebabkan oleh infeksi kuman dan lebih rentan atau lebih beresiko terjadi pada seorang perokok atau orang yang sering berenang.

Sinusitis juga dapat dipicu oleh kondisi medis tertentu, misalnya polip hidung dan rhinitis alergi.