

ANOSMIA

TJAHYA PRAMUDYANING SUMANTRI

2110101051

Anosmia

Anosmia adalah kondisi gangguan pada indra penciuman yang ditandai dengan hilangnya kemampuan menghidu secara sepenuhnya. Kondisi ini berbeda dengan hiposmia, yaitu ketika kemampuan menghidu mengalami penurunan tetapi tidak hilang sepenuhnya

Selain itu, pada mereka yang mengalami anosmia, rasa makanan yang dikonsumsi juga dapat dipersepsi secara berbeda. Tetapi, anosmia bukanlah merupakan penyakit tersendiri. Melainkan suatu gejala atau kondisi yang dapat menjadi penanda adanya gangguan kesehatan lainnya.

Penyebab Anosmia

Anosmia bisa terjadi sebagai akibat dari berbagai gangguan yang memengaruhi indra penciuman. Kondisi seperti hidung tersumbat akibat pilek, alergi, infeksi sinus, atau kualitas udara yang kurang baik merupakan sebagian penyebab utama terjadinya anosmia.

Penyebab lain anosmia juga meliputi :

1. Polip hidung , yang dapat ditandai dengan adanya benjolan jinak pada rongga hidung yang menghambat aliran udara melalui hidung.
2. Cedera pada hidung dan saraf penciuman akibat trauma atau tindakan pembedahan.
3. Paparan zat kimia yang beracun, seperti pestisida atau pelarut yang mengandung zat kimia tertentu.
4. Pengobatan tertentu, termasuk beberapa jenis antibiotik, antidepresan, pengobatan antiradang, pengobatan jantung, dan sebagainya.
5. Riwayat penggunaan obat-obatan terlarang, misalnya kokain.

GEJALA ANOSMIA

Gejala anosmia adalah hilangnya kemampuan menghidu secara sepenuhnya. Hal ini dapat disadari apabila seseorang merasa familiar dengan aroma suatu obyek, tapi kemudian tidak dapat tercium lagi saat keluhan mulai timbul.



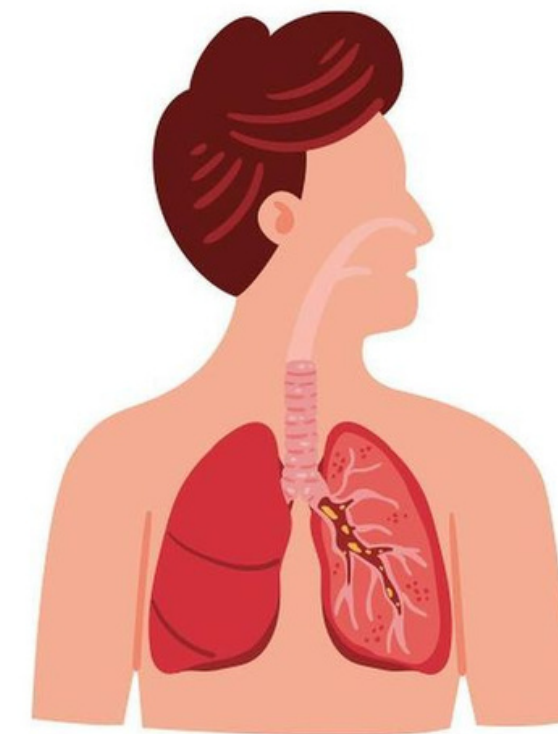
Penanganan Anosmia

Penanganan anosmia bergantung dari penyakit yang memicu terjadinya keluhan tersebut. Misalnya, apabila seseorang diduga mengalami infeksi pada rongga hidung, sinus, atau sejenisnya, dokter dapat meresepkan pengobatan yang dibutuhkan untuk masalah spesifik tersebut.

Karena penyebab anosmia cukup bervariasi, pencegahannya pun bergantung dari masalah kesehatan yang menjadi pemicu timbulnya anosmia. Beberapa kondisi seperti usia lanjut, terapi radiasi, penyakit berat macam Alzheimer, Parkinson, atau cedera hidung misalnya, memang tak bisa dicegah begitu saja.

Akan tetapi, ada beberapa hal yang bisa dilakukan untuk menjaga organ penciuman. Antara lain dengan menjauhi penggunaan narkotika dan obat-obatan terlarang lainnya; juga tidak sembarangan mengonsumsi dan menjadi ketergantungan pada jenis obat-obatan keras lainnya. Jaga pula organ penciuman Anda dari terlalu banyak paparan zat kimia pada aroma artifisial wewangian tubuh, pewangi ruangan, pembasmi serangga, pestisida, serta zat kimia beracun lainnya.

Berdasarkan penelitian, setengah dari jumlah pasien positif virus Corona atau COVID-19 mengalami gejala anosmia atau hilangnya kemampuan indera pembau. Akan tetapi, gejala anosmia pada sebagian besar pasien COVID-19 hanya bersifat sementara



Fakta Anosmia pada COVID-19

Menurut beberapa penelitian, anosmia cenderung muncul di masa awal infeksi dan biasanya akan pulih dalam waktu 28 hari. Anosmia pada COVID-19 juga sering disertai dengan dysgeusia atau gangguan indra pengecap, seperti mulut terasa asam, pahit, asin, atau terasa seperti logam. Saat mengalami dysgeusia, penderita COVID-19 bisa kehilangan nafsu makan, bahkan penurunan berat badan. Semakin parah anosmia yang terjadi, semakin buruk pula gangguan pada indra pengecap.

Komplikasi dan Bahaya Anosmia

- **Keracunan makanan akibat tidak mampu mencium aroma makanan yang sudah busuk atau basi**
- **Makan terlalu banyak atau terlalu sedikit, akibat hilangnya kemampuan dalam merasakan makanan**

- **Kurang disenangi oleh orang di sekitar, karena tidak bisa mencium bau badan sendiri**
- **Bahaya kebakaran, akibat tidak bisa mencium benda yang terbakar atau gas yang bocor**

Pencegahan Anosmia

Tidak semua kasus anosmia dapat dicegah, terutama yang terjadi akibat kelainan lahir. Tetapi anosmia yang bukan disebabkan oleh kelainan lahir bisa dicegah. Caranya adalah dengan menghindari faktor-faktor yang bisa memicu anosmia, misalnya dengan:

- Menerapkan kebersihan diri untuk mencegah pilek dan flu
- Menghindari paparan alergen, yaitu zat yang bisa memicu alergi
- Melakukan konsultasi terlebih dulu dengan dokter sebelum mengonsumsi obat-obatan yang bisa memicu anosmia
- Menghentikan kebiasaan merokok dan sebisa mungkin menghindari paparan asap rokok

5 Makanan yang Bantu Atasi Anosmia

- 1. Bawang Putih**
- 2. Bubuk Cabai Merah dan Cabai Rawit**
- 3. Minyak Esensial**
- 4. Aroma Jeruk**
- 5. Minyak Jarak**

**SEKIAN
DAN
TERIMA KASIH**