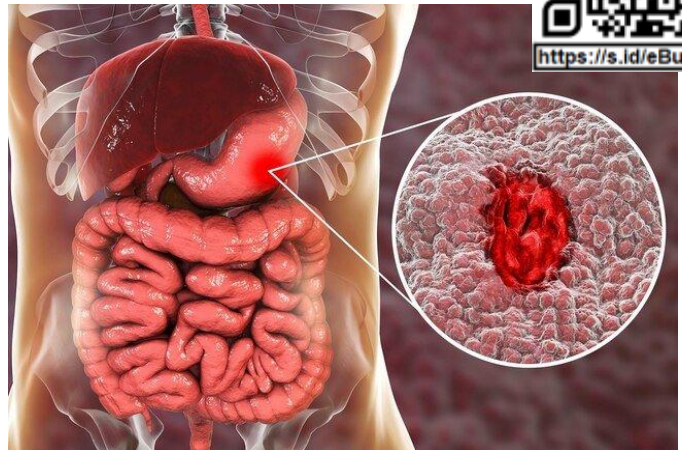




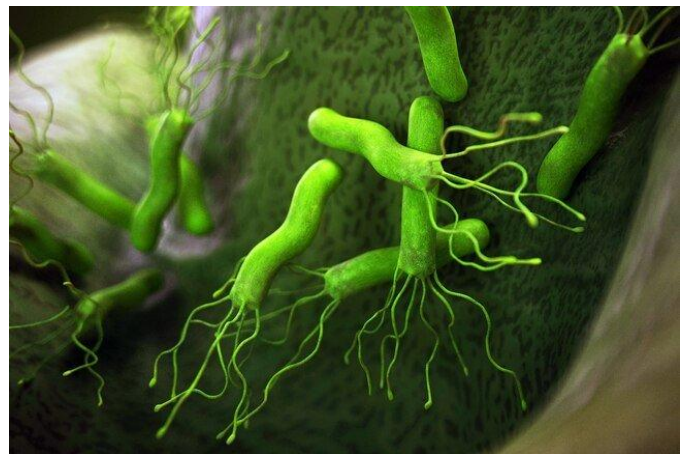
Apa itu tukak lambung?

Saat perut Anda sehat, lambung anda akan dilapisi dengan lapisan lendir yang lengket. Ini melindunginya dari asam keras yang memecah makanan Anda. Jika ada sesuatu yang mengganggu keseimbangan ini, Anda akan mendapatkan lebih banyak asam lambung dan tidak cukup banyak lendir. Seiring waktu, asam itu menggerogoti jaringan yang melapisi perut Anda. Luka terbuka yang menyakitkan dan terkadang berdarah yang ditimbulkannya disebut maag. Beberapa kecil, sementara yang lain lebih dari satu inci panjangnya.



Salahkan Kuman

Penyebab paling sering dari tukak lambung bukanlah stres atau makanan super pedas. Itu hanya memperburuk masalah. **Bakteri di usus Anda yang disebut *Helicobacter pylori* (H. pylori) sering menjadi penyebabnya.** Ini mengobarkan dinding perut Anda sampai terbentuk ulkus. Belum jelas bagaimana Anda mendapatkan *bug* ini. Ini mungkin menyebar melalui kontak dekat, seperti berciuman, atau melalui makanan atau minuman yang tercemar. Pada usia 60, sekitar setengah dari semua orang telah terinfeksi.



Mengapa Obat Penghilang Rasa Sakit Dapat Menyebabkan Masalah

Anda bisa mengalami tukak lambung jika Anda adalah pengguna rutin beberapa obat pereda nyeri yang dijual bebas seperti aspirin, ibuprofen, ketoprofen, atau naproxen. **Ketika Anda mengonsumsi obat antiinflamasi nonsteroid (NSAID) ini terlalu sering atau dalam waktu lama, obat-obatan tersebut membuat lapisan perut Anda radang.** Bisul Anda tidak akan memiliki kesempatan untuk sembuh sampai Anda berhenti meminumnya.



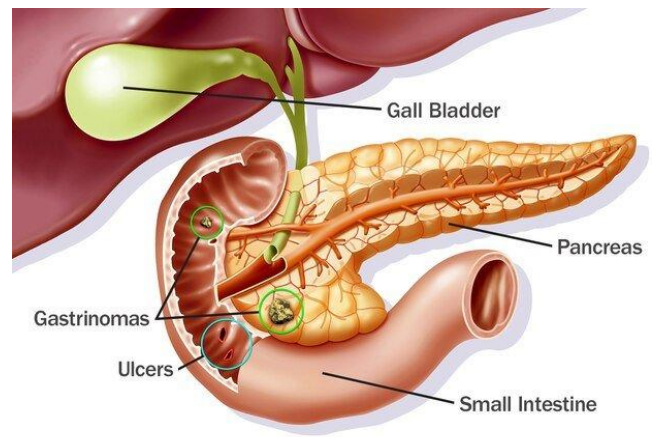
Obat-obatan yang dapat menyebabkan tukak

Beberapa obat, bila Anda meminumnya bersamaan dengan NSAID, dapat menyebabkan tukak lambung. Steroid dan pengencer darah bisa membebani perut Anda. Begitu juga beberapa obat yang membantu mengatasi kondisi pengeroposan tulang yang disebut osteoporosis, seperti alendronate (Fosamax) dan risedronate (Actonel).



Mungkinkah Itu Kanker?

Ini jarang terjadi, tetapi terkadang tumor menyebabkan tukak lambung. Jika Anda mengidap sindrom Zollinger-Ellison (ZES), itu berarti satu atau lebih pertumbuhan yg disebut gastrinomas terbentuk di usus kecil dan pankreas Anda. Tumor ini melepaskan hormon yang memaksa perut Anda mengeluarkan lebih banyak asam dari biasanya, yang menyebabkan tukak. Gastrinoma tidak selalu berarti Anda menderita kanker. Mereka bisa jinak (tidak berbahaya) dan mungkin tidak menyebar.



Seperti Apa Rasa Sakitnya

Ketika tukak lambung Anda kambuh, sulit untuk diabaikan. Anda akan merasakan nyeri terbakar di antara tulang dada dan pusar. Ini mungkin berlangsung beberapa menit, atau Anda bisa mengalaminya selama berjam-jam. Masalahnya juga bisa menjadi lebih buruk di antara waktu makan, saat Anda tidak memiliki makanan di perut Anda. Bahkan bisa membangunkan Anda di malam hari.



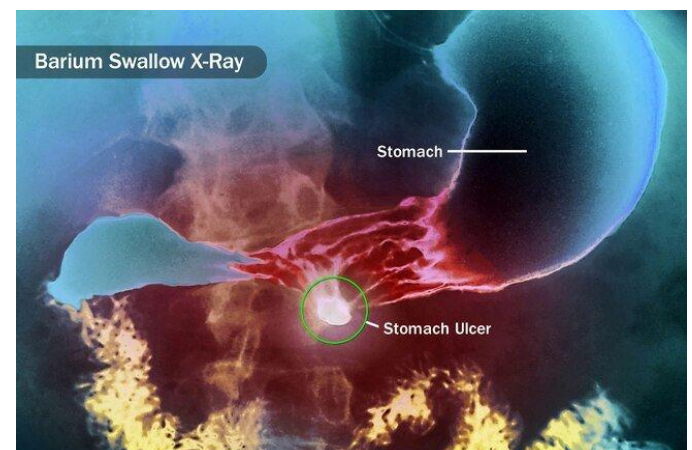
Gejala Selain Nyeri

Anda mungkin merasa mual atau ingin muntah. Anda bisa bersendawa lebih dari biasanya atau merasa kembung. Anda mungkin juga memiliki tinja hitam atau melihat darah saat buang air besar. Beberapa penderita tukak lambung tidak merasa ingin makan dan menurunkan berat badan tanpa mencoba. Di sisi lain, hampir tiga perempat penderita maag tanpa ada gejala.



Tes yang Mungkin Anda Dapatkan

Jika dokter Anda mengira Anda menderita maag, tes napas atau tinja Anda dapat memeriksa apakah Anda memiliki kuman *H. pylori*. X-ray perut - atau yang disebut "barium swallow" - akan mencari tanda-tanda tukak. Di laboratorium, Anda akan diminta untuk minum cairan putih kental yang melapisi perut Anda. Ini membuat bisul mudah terlihat pada gambar sinar-X.



Melihat Lebih Dekat Dengan Endoskopi

Prosedur ini memungkinkan dokter Anda melihat adanya bisul dan mengambil sampel jaringan, yang dapat diuji untuk *H. pylori*. Dokter memberi Anda obat untuk membuat Anda mengantuk, kemudian memasukkan selang kurus dengan kamera kecil ke tenggorokan dan ke perut Anda. Dokter Anda kemungkinan akan menyarankan tes ini jika Anda lebih tua, memiliki tanda-tanda perdarahan, atau merasa sulit untuk menelan, makan, atau mempertahankan berat badan yang cukup.



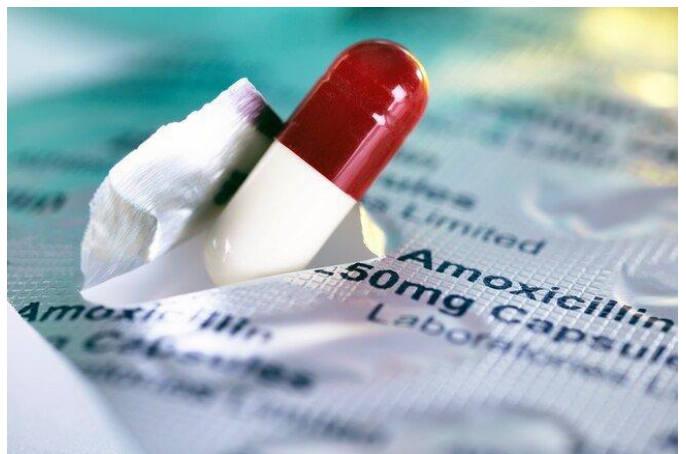
Perawatan yg Menargetkan Asam Lambung

Bagaimana dokter Anda menangani maag Anda tergantung pada penyebabnya. Beberapa jenis obat dapat mengurangi jumlah asam di perut Anda. Mereka juga melapisi perut Anda untuk melindungi maag Anda sehingga memiliki kesempatan untuk sembuh. Dokter Anda mungkin menyarankan Anda untuk mengambil antasid yang dijual bebas untuk mendapatkan bantuan jangka pendek yang lebih cepat.



Antibiotik

Anda harus meminumnya jika tukak lambung Anda disebabkan oleh *H. pylori*. Obat-obatan ini menyembuhkan sebagian besar tukak yang disebabkan oleh bakteri ini, tetapi **mungkin sulit untuk menyingkirkan *H. pylori* untuk selamanya.** Dokter Anda mungkin memberi Anda sebanyak empat obat yang akan Anda minum hingga 2 minggu. Agar mereka bekerja, ikuti instruksi yang tepat dari dokter Anda. Penting juga untuk **menghabiskan semua obat yang dia berikan** padamu.



Jangan Abaikan Maag Anda

Ada banyak alasan bagus untuk mendapatkan bantuan. Jika Anda menunda pengobatan, maag Anda mungkin mulai menghalangi makanan bergerak lancar melalui sistem pencernaan Anda. Anda mungkin sering muntah atau merasa terlalu kenyang untuk makan. **Seiring waktu, tukak lambung Anda bisa membuat lubang di lapisan perut Anda dan membuat Anda berisiko terkena infeksi parah.** Maag yang berdarah juga bisa membuat Anda dirawat di rumah sakit.



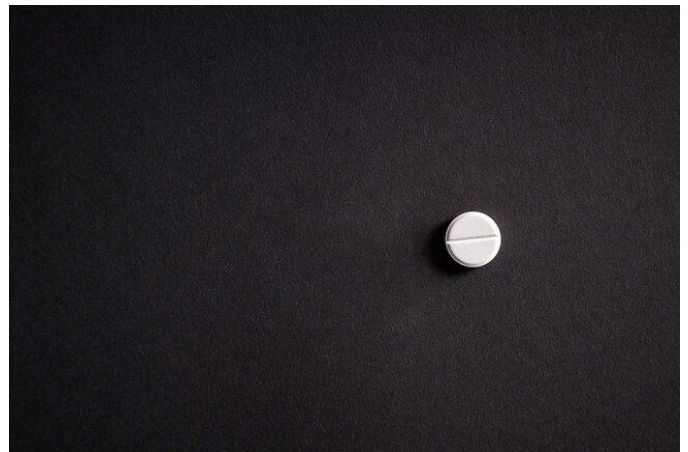
Tenangkan Perut Anda

Perubahan mudah pada beberapa kebiasaan dapat membantu menyembuhkan tukak lambung Anda. Sebagai permulaan, **pahami stres Anda dengan lebih baik. Saat Anda khawatir, gejala Anda akan semakin parah. Istirahat yang cukup dan hindari alkohol dan tembakau. Makan makanan sehat yang penuh buah dan sayuran. Kurangi produk olahan susu, berlemak, dan pedas karena bisa membuat perut Anda sakit.** Anda mungkin ingin mencoba makanan dengan probiotik (bakteri "baik") seperti kefir, miso, dan sauerkraut.



Main Aman Dengan Pereda Nyeri

Hindari NSAID selama pengobatan dan sesudahnya. Jika Anda masih menggunakannya, tukak lambung Anda mungkin tidak sembuh atau bisa hilang dan kemudian kembali lagi. Untuk meredakan rasa sakit, cobalah asetaminofen, yang lebih ringan di perut Anda. Dokter Anda juga dapat meresepkan pereda nyeri yang lembut di perut Anda. Jika Anda pasti menderita NSAID, ambillah dosis terkecil yang masih membantu Anda, dan telan bersama makanan.



Beri Diri Anda Waktu untuk Menyembuhkan

Tukak lambung sering kali merespons pengobatan dengan baik dan terkadang sembuh dalam beberapa minggu. Dokter Anda mungkin ingin melakukan tes H. pylori atau endoskopi lagi untuk memastikannya. Ulkus yang tidak sembuh bisa disebabkan oleh berbagai alasan, dari tidak mengonsumsi obat dengan cara yang benar atau masalah kesehatan lain seperti penyakit Crohn. Sabarlah. Dokter Anda akan mengumpulkan lebih banyak informasi tentang gejala Anda dan mencoba perawatan lain untuk membuat perut Anda terasa lebih baik.



Sources:

This tool does not provide medical advice. [See additional information:](#)
© 1996-2020 [WebMD, LLC](#). All rights reserved.

[Source slideshow on WebMD](#)

https://www.medicinenet.com/digestive_disorders_stomach_ulcers/article.htm