Bagaimana irigasi hidung dilakukan?

Secara umum, prosedur irigasi hidung meliputi :

- Berdiri di depen wastafel atau di kamar mand, miringkan kepala ke salah satu sisi.
- Gunakan botol irigasi hidung, spuit, atau neti pot, alirkan cairan saline secara perlahan-lahan agar masuk ke lubang hidung.
- Biarkan larutan saline mengalir ke rongga hidung sebelahnya, hingga keluar.
- Bernapasiah melalui mulut ketika mengalirkan larutan saline.
- Ulangi prosedur pada rongga hidung satunya.
- Usahakan tidak ada larutan saline yang masuk ke belakang tanggorokan. Pasien dapat menyesualkan kemiringan kepula untuk menghindari hal ini.
- Saat prosedur selesal, buang sisa-sisa cairan dan lendir dari dalam hidung ke tisu bersih. Namun pasien yang baru saja melakukan operesi sinus, tidak dolah melakukannya selama 4-7 hari pasca prosedur.



Apa saja yang perlu diperhatikan setelah irigasi hidung?

Bila gejala tidak membaik atau malah memburuk pada 10 hari setelah irigasi hidung, segera hubungi dokter.

Kondisi ini bisa menjadi tanda adanya infeksi yang lebih serius yang membutuhkan obat-obatan.

Pasien juga perlu menghubungi dokter jika mengalami hidung tersumbat yang disertai dengan gejala-gejala berikut :

- Demam 38,9 derajat Celcius atau lebih
- Lendir hijau atau lendir disertai darah dalam hidung yang bertamban banyak
- Muncul lendir berbau tidak sedap dari hidung
- Mengi, yakni ada bunyi 'ngik' saat bernapas
- Gangguan penglihtatan

Merebus air setidaknya selama satu menit hingga mendidih dan membiarkannya hingga bersuhu hangat sebelum dicampur garam, dapat membunuh parasit sekaligus mencegah infeksi.

Irigasi hidung juga dapat menimbulkan efek samping lingan yang meliputi :

- Rasa pesih pada hidung
- Bersin
- Telinga terasa penuh
- Mimisan, tapl jarang terjadi

IRIGASI HIDUNG

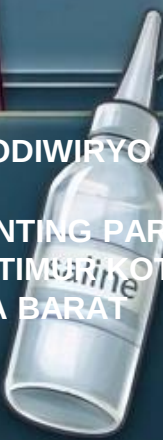


RUMKIT TK III DR. REKSODIWIRYO PADANG

JL. DR. WAHIDIN NO.1, GANTING PARAK GADANG, KEC. PADANG TIMUR, KOTA PADANG, SUMATERA BARAT

More Information? Follow us at:
WA : 085364238118
Instagram : rumkit.reksodiwiryo





Apa itu irigasi hidung?

Irigasi hidung merupakan suatu prosedur medis yang bertujuan mengatasi hidung yang tersumbat dan mengalami iritasi. Prosedur ini juga yang dikenal istilah sinus flush.

Irigasi hidung tergolong aman dan mudah dilakukan secare mandiri di rumah. Pada prosedur ini, pasien perlu membersihkan rongga hidung dengan cairan saline (larutan geram).

Cairan saline yang dimasukkan ke dalam rongga hidung akan membersihkan lendir, kotoran, dan zat alergen yang menyebabkan alergi. Cairan ini juga dapat membantu dalam melembabkan membran mukosa hidung.

Prosedur irigasi hidung efektif untuk mengurangi iritasi dan sumbatan pada hidung, yang disebabkan olen sinusitls, alergi, atau flu.



Kenapa irigasi hidung diperlukan?

Irigasi hidung memiliki sederet keuntungan berikut ini :

- Membersihkan lendir pada hidung
- Membersihkan lendir yang mengering pada rongga hidung
- Membantu kerja sei silia, yaitu sel serupa rambut yang berfungsi mem-buang kotoran keluar rongga hidung
- Membersihkan zat iritan
- Mengurangi bengkak
- Mengurangi peradangan
- Menjaga rongga hidung tetap lembap

Siapa yang membutuhkan irigasi hidung?

Irigasi hidung biasanya dilakukan untuk membantu dalam meringankan berbagai masalah pada saluran pernapasan begian atas. Conton gengguan ini meliputi :

- Sinusitis akut dan kronis
- Alergi
- Flu
- Infeksi virus
- Iritasi hidung



Seberapa sering irigasi hidung dilakukan?

Irigasi hidung dapat dilakukan sesekali oleh orang yang mengalami hidung tersumbat alobat flu atau alergi. Sementara bagi pasien dengan hidung mampet karena sinusitis, prosedur ini bisa dijalani sekali sehari dan dapat diulang hingga tiga kali sehari jika gejala berkurang.

Namun sebagian dokter tidak menyarankan irigasi hidung dilakukan secara rutin. Pasalnya, irigasi yang dilakukan terus-menerus ketika pasien sedang tidak mengalaml gejala, dapat meningkatkan risiko infeksi sinus. Fungsi membran mukosa yang melapisi rongga dalam hidung dan sinus pun bisa terganggu.

Apa saja persiapan untuk menjalani irigasi hidung?

Langkah pertama irigasi hidung adalah menyiapkan larutan saline. Larutan ini dapat dibuat sendiri atau dibeli di apotek berupa cairan infus NaCl 0,9%.

Dokter lebih menyarankan pasien untuk membeli dan menggunakan cairan intus di apotek korena tingkat steriinya lebin terjamin.

Apabila hendak memakal larutan saline buatan sendiri, pasien bisa membuatnya dengan mencampurkan air hangat dengan geram. Air yang digunakan harus disterilkan dengan cara merebus air selama beberapa waktu lalu didiamkan.

Setelah larutan saline siap, pasien perlu menyediakan beberapa peralatan untuk mengalirkan cairan tersebut ke rongga hidung. Alat-alat ini bisa berupa neti pot, spuit (tanpa jarum), serta botol irigasi hidung yang dapat diperas.

Alat-alat tersebut bisa didapatkan di apotek-apotek terdekat maupun dibeli secara online.

