

Opsi Judul:

- 1. Apakah Anda Pilek atau Infeksi Sinus?**
- 2. Perbedaan Antara Pilek dan Infeksi Sinus**
- 3. Pilek atau Infeksi Sinus? Ketahui Lebih Awal Sebelum Berakibat Fatal!**

Hidung mampet terus, mata berair dan bersin tiada henti. Wah, hati-hati jika pilek tidak kunjung sembuh, karena bisa jadi Anda sebenarnya sedang menderita infeksi sinus. Bagaimana cara membedakan apakah Anda pilek biasa ataupun infeksi sinus? Ada beberapa hal yang bisa diperhatikan.

Pilek

Jika Anda pilek, hidung pasti terus berair selama beberapa hari. Anda pasti tak akan bisa jauh-jauh dari tisu atau sapu tangan. Biasanya tubuh mulai segar di hari ke 10 atau kurang dari itu.

Beberapa gejala lainnya adalah sakit tenggorokan, batuk, sakit kepala, hidung mampet, berair, bersin dan capek. Area sinus bisa jadi bengkak dan Anda mengalami demam ringan. Demam yang terjadi pada anak-anak bisa lebih parah daripada orang dewasa.

Penanganan Pilek

Karena pilek disebabkan oleh virus, maka antibiotik tidak akan membantu. Obat-obatan yang dijual bebas hanya bisa meredakan gejala-gejalanya. Anda bisa memilih obat sesuai dengan sasarannya. Misalnya, obat pereda sakit kepala, obat pelega pernapasan atau penurun panas.

Selain itu, perbanyak minum dan istirahat. Sering kali kesibukan membuat orang sulit beristirahat, padahal itu adalah obat utama dari pilek. Jika Anda terus masuk kerja, misalnya, Anda tak akan bisa istirahat di siang hari. Sementara di malam hari penderita pilek biasanya sulit tidur nyenyak.

Untuk memperlancar keluarnya cairan dari sinus, kita bisa menghirup uap dari baskom berisi air panas dan garam. Bisa juga dengan memakai *neti pot* ataupun botol. Penderita pilek yang mengeluarkan cairan sinusnya biasanya akan merasa lebih nyaman.

Infeksi Sinus

Jika jalan pernapasan terinfeksi, bisa jadi itu adalah infeksi sinus. Yang satu ini agak sulit untuk disembuhkan. Virus, bakteri atau bahkan alergi bisa memicu gangguan ini.

Pilek tidak serta merta menyebabkan infeksi sinus, tetapi bisa menjadi pemicunya. Misalnya, kita jadi sering memegang hidung, dan saat itulah ada kemungkinan bakteri masuk. Karena sinus mampet, maka bakteri bertahan di sana dan berkembang. Inilah gejala sinus yang biasa dirasakan:

- Ada rasa menekan di belakang mata dan pipi
- Hidung berair dan mampet lebih dari seminggu
- Sakit kepala yang bertambah hebat
- Demam
- Batuk
- Napas berbau
- Cairan dari hidung ataupun bagian belakang tenggorokan berwarna kuning atau kehijauan.
- Kecapekan
- Sulit mencium aroma

Penanganan Infeksi Sinus

Jika Anda merasa menderita infeksi sinus, Anda harus segera ke dokter. Biasanya, infeksi sinus ini sembuh dengan sendirinya. Tetapi kadang juga butuh bantuan antibiotik.

Sementara menunggu antibiotik bekerja, mengeluarkan cairan sinus bisa membantu. Selain itu, obat-obatan steroid, dekongestan dan pelelega tenggorokan yang dijual bebas bisa meredakan gejalanya. Jika sakit tidak sembuh dengan satu atau dua paket antibiotik, pergilah ke spesialis THT. Termasuk jika Anda sering mengalami infeksi sinus.

Ada beberapa penyebab dari infeksi sinus yang berulang ini seperti alergi atau akibat merokok. Hati-hati, karena infeksi sinus yang akut bisa menjadi kronis jika tidak ditangani dengan baik.

Jika infeksi sinus kronis terjadi, dan antibiotik atau perawatan lain tak bisa menyembuhkannya, cara terakhir adalah operasi. Dokter akan memperbesar pembukaan sinus, agar cairan di dalamnya bisa terbuang. Dengan cara ini, Anda akan kembali bernapas lega.