

Waspada, Moms! Sleep Apnea yang Dialami Anak Bisa Sebabkan Obesitas

adalah yang menyebabkan pernapasan seseorang berhenti saat tidur. Gangguan ini bisa dialami oleh siapa saja, bahkan termasuk bayi dan -anak. Gangguan kesehatan ini terjadi saat seseorang tidur, yakni menyebabkan terhambatnya aliran udara ke paru-paru selama inhalasi. Kondisi ini bisa cukup berbahaya bila tidak segera mendapatkan penanganan. Tapi di sisi lain, apakah faktor berat badan berlebih bisa menjadi salah satu penyebab pada anak? Ternyata, jawabannya bisa lho, Moms! Kok bisa? "Ada yang bilang gemuk menyebabkan . Tapi juga menyebabkan obesitas, karena ternyata ada hormon yang namanya leptin dan ghrelin yang tidak . Di mana leptin yang memberikan rasa kenyang sedangkan ghrelin yang lapar, lapar, lapar," kata Dokter Spesialis THT dan Bedah Kepala dan Leher, Dr. dr. Fauziah Fardizza, SpTHT-KL (K) dalam acara peluncuran Klinik Mendengkur di Brawijaya Hospital Duren Tiga, Pancoran, Jakarta Selatan, beberapa waktu lalu. Leptin dan ghrelin adalah hormon yang mengatur rasa lapar pada seseorang. Perubahan kedua hormon ini dalam tubuh bisa berefek pada rasa lapar atau justru tidak lapar. Dr. Fauziah menjelaskan, kondisi anak yang mengalami bisa tergantung pada kontrol hormon leptin dan ghrelin tersebut. Pada anak obesitas, maka hormon itu bisa mengurangi asupan energi dan meningkatkan pengeluaran energi. "Jadi pada anak-anak yang mengalami sleep apnea, ada yang jadi enggak bisa tumbuh atau dia malah gemuk," tuturnya. Ia mengibaratkan persoalan obesitas dan serta mengorok ini seperti lingkaran setan. Sebab, dalam beberapa kondisi, ada anak yang obesitas namun kesulitan menurunkan berat badan akibat hormon ghrelin yang lebih dominan. Sehingga, membuat anak selalu merasa lapar. "Gemuk membuat lemak-lemak menempati di daerah leher, sehingga saluran napasnya jadi sempit. Dan sleep apneanya sendiri menyebabkan gangguan ghrelin dan leptin, hormon yang ada di dalam perut kita. Ghrelinnya dominan. Jadi kalau ada yang bilang, 'Dok, anak saya disuruh diet dia enggak mau. Sebenarnya bukan dia enggak mau, tapi dari dalamnya lapar, enggak pernah kenyang. Siklus ini yang harus diputus," jelas Dr. Fauziah. Nah Moms, sebenarnya gejala pada anak bisa terlihat dari aktivitasnya sehari-hari. Seperti misalnya: Ngantuk

berlebihan saat beraktivitas Bernapas lewat mulut (mouth breather) Tidur gelisah Hiperaktif Kurang konsentrasi Gampang marah dan emosi Pelajaran di sekolah menurun Menurut Dr. Fauziah, kondisi ini berlangsung karena si kecil kurang tidur dan mengalami fase tidur (Rapid Eye Movement). Sehingga, saat anak mengalami fase REM, maka menyebabkan gangguan emosional, konsentrasi, dan memori pada anak. Anak yang mendengkur sesekali saat tidur biasanya tidak mengkhawatirkan. Namun, bila Anda sudah melihat anak terganggu dengan kondisi -nya, segera dibawa ke dokter ya, Moms! Karena dikhawatirkan anak mengalami kondisi , yaitu di mana seseorang atau anak kesulitan bernapas saat tidur. Sehingga, membuatnya mendengkur dengan keras yang disertai napas berat, sesak, terengah-engah, dan sering terbangun di malam hari karena ketidaknyamanan tersebut.