

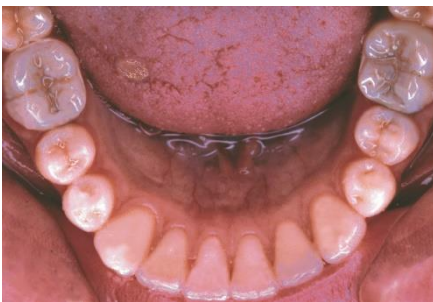
Sariawan

Sariawan baru-baru ini muncul dalam rongga mulut saya. Apakah itu?

Sariawan adalah salah satu bentuk ulkus mulut yang cenderung bersifat kambuhan. Sariawan biasanya muncul pada jaringan lunak dalam rongga mulut, termasuk mukosa pipi, bibir, dan tenggorokan, serta permukaan lidah. Sariawan tidak menular.



Sariawan muncul pada gusi



Sariawan muncul pada lidah



Sariawan muncul pada bibir

Sariawan awalnya berbentuk bulat atau lonjong. Dalam sehari berubah menjadi ulkus yang memutih dengan pinggiran merah. Kadang-kadang terasa sakit!

Mengapa saya sering mengalami sariawan? Apakah ada kaitannya dengan makan gorengan, peradangan, atau kurang tidur?

Semua salah. Sebenarnya etiologi sariawan masih belum diketahui pasti. Tetapi faktor-faktor pendukungnya diketahui sebagai berikut:

- Trauma jaringan mulut
- Tekanan mental
- Gangguan hormon, misalnya sel darah putih yang tidak berfungsi atau tidak mencukupi
- Gangguan sistem imun, misalnya sel darah putih yang tidak berfungsi atau tidak mencukupi
- Masalah pencernaan, misalnya gangguan pencernaan
- Defisiensi vitamin atau mineral, seperti vitamin B12, asam folat, dan zat besi
- Mengenakan gigi palsu yang tidak layak



Sariawan sering muncul. Apa yang harus saya lakukan?

Pergilah ke dokter untuk menjalani pemeriksaan kesehatan. Tanyakan adakah faktor pendukung yang memerlukan pengobatan.



Sangat menyakitkan...

Hindari makanan asin, pedas, atau kasar yang dapat mengiritasi sariawan.

Kadang-kadang tidak dapat dihindari. Tidak hanya saat makan, saat minum juga menyakitkan, atau bahkan saat berbicara.

Saya tahu. Untuk mengurangi rasa tidak nyaman, Anda dapat mengoleskan salep yang diresepkan oleh dokter atau dokter gigi Anda pada sariawan untuk meredakan rasa nyeri. Selain itu, hindari trauma pada area sariawan selama menyikat gigi, jika tidak, maka dapat memicu rasa sakit kembali.



Kapan saya bisa mengucapkan selamat tinggal pada sariawan? Adakah obat yang dapat menyembuhkan sariawan dengan sempurna?

Tidak, sariawan biasanya akan sembuh dengan sendirinya dalam dua pekan. Jika tidak, Anda mungkin menderita penyakit lain dan harus diperiksa oleh dokter.

Saran dari ahli....

Makanan: Hindari makanan panas, pedas, atau kasar.

Menyikat gigi: Hindari trauma ke area sariawan.

Sabar: Sariawan biasanya akan sembuh dengan sendirinya dalam dua pekan.

Waspada: Jika tidak kunjung sembuh dalam dua pekan, konsultasikan dengan dokter untuk menjalani pemeriksaan lebih mendalam.