Gatal pada Diabetes

Gatal—apapun penyebabnya, pemicu, ataupun faktor pemberatnya—akan membangkitkan respons untuk menggaruk. Garukan akan memperberat proses peradangan. Peningkatan peradangan akan menambah keluhan gatal, sehingga menimbulkan keinginan untuk menggaruk. Pengulangan siklus ini akan merusak sawar/pelindung kulit dengan segala dampaknya.

GATAL ADALAH SATU DARI BEBERAPA SENSASI YANG DAPAT DIRASAKAN TUBUH. Ada banyak hal yang bisa menimbulkan rasa gatal, termasuk salah satu di antaranya adalah diabetes. Gatal atau pruritus sering kali menjadi keluhan para penderita diabetes. Sensasi gatal tidak hanya disebabkan oleh tingginya kadar gula darah, tetapi juga iratibilitas ujung-ujung saraf dan kelainan metabolik di kulit. Jangan pernah meremehkan rasa gatal ini. Garukan pada gatal yang terus berulang akan memicu penebalan kulit, membuatnya menjadi lebih berwarna hitam, bahkan dapat merusak penampilan.

INFEKSI

Gatal-gatal akibat diabetes dapat memicu terjadinya infeksi. Yang sering terjadi adalah infeksi (jamur) kandidiasis vulva-vaginalis. Infeksi kandidiasis vulva-vaginalis sering kali menimpa wanita pengidap diabetes dan menjadi penyebab paling sering timbulnya gatal pada daerah kemaluan atau lipatan kulit ketiak dan di bawah payudara. Diabetes dan infeksi kandidiasis sangat berhubungan erat. Diabetes dapat menyebabkan terjadinya infeksi kandidiasis. Sebaliknya, infeksi kandidiasis juga dapat memperparah diabetes.

Pada beberapa wanita, kejadian infeksi kandidiasis vulva-vaginalis sering juga menimbulkan keputihan yang disertai rasa gatal. Infeksi jamur pada rongga mulut juga kerap ditemukan pada penderita diabetes yang tidak terkontrol. Selain itu, diabetes juga dikenal sebagai faktor pencetus terjadinya infeksi dermatofita yang melibatkan kuku dan daerah lipatan seperti payudara.

Infeksi kandidiasis vulva-vaginalis sering kali menimpa wanita pengidap diabetes

Ada juga kelainan tungkai bawah karena diabetes yang

disebabkan gangguan pembuluh darah, saraf, dan infeksi. Gejalanya berupa rasa sakit, dingin, dan jika ada luka sukar sembuh. Nadi kaki akan sukar diraba, kulit pucat atau kebiru-biruan yang kemudian menjadi gangren/jaringan busuk yang terinfeksi dan menjadi lahan subur bagi kuman. Hal ini akan membahayakan pasien karena infeksi bisa menjalar ke seluruh tubuh (sepsis).

PENGOBATAN

Untuk menghilangkan gatal karena diabetes, hal pertama yang harus dilakukan adalah mengobati diabetes itu sendiri. Ada dua jenis pengobatan yang dapat dilakukan, jangka pendek dan jangka panjang. Pengobatan diabetes untuk jangka pendek bertujuan untuk menghilangkan keluhan atau gejala diabetes dan mempertahankan rasa nyaman sekaligus sehat. Sementara untuk jangka panjang, pengobatan diabetes bertujuan untuk mencegah penyulit—baik makroangiopati, mikroangiopati, maupun neuropati—dengan tujuan akhir menurunkan morbiditas dan mortalitas penyakit diabetes.

Dalam rangka mengelola diabetes, langkah pertama yang dapat dilakukan adalah pengelolaan non-farmakologis, yakni berupa perencanaan makan dan kegiatan jasmani. Perencanaan makanan dapat dilakukan dengan cara menganjurkan pasien makan dengan komposisi yang seimbang dalam hal karbohidrat, protein, dan lemak. Sedangkan kegiatan jasmani dapat berupa latihan yang teratur, misalnya olahraga ringan dengan berjalan kaki biasa selama 30 menit, olahraga sedang dengan berjalan cepat selama 20 menit, atau olahraga berat seperti jogging.

Jika langkah-langkah dasar tersebut telah dilakukan dan sasaran pengendalian diabetes belum tercapai, maka pengelolaan akan dilanjutkan dengan langkah penggunaan obat (pengelolaan farmakologis). Mengingat lamanya perwatan dan besarnya biaya pengelolaan, edukasi tentang diabetes yang dilakukan terus-menerus dan berkesinambungan bisa menjadi faktor yang sangat penting. Untuk itu, masyarakat sebisa mungkin harus dilibatkan dalam program *screening* kasus baru, terutama pada kelompok risiko tinggi timbulnya penyakit diabetes.

> Diabetes dapat menyebabkan terjadinya infeksi kandidiasis. Sebaliknya, infeksi kandidiasis juga dapat memperparah diabetes.

Keterangan:
1. Permukaan kulit yang terserang alergi
2. Infeksi yang mungkin terjadi

dr. Alexander Chandra, Sp.KK
Dokter Spesialis Kulit & Kelamin
RS Puri Indah