

Mengulik Berbagai Gejala Asam Lambung Naik yang Perlu Diwaspadai



Naiknya asam lambung merupakan masalah pada organ pencernaan yang kerap terjadi di masyarakat. Sayangnya, banyak orang yang mengabaikan gejala asam lambung naik yang muncul dan bisa menandakan penyakit pencernaan tertentu. Agar bisa segera diatasi, waspadai ciri-ciri asam lambung naik yang perlu diketahui.

Gejala asam lambung naik

Asam lambung merupakan cairan tidak berwarna, encer, dan bersifat asam yang dihasilkan lambung.

Cairan ini berfungsi untuk membantu mencerna protein, mencegah infeksi, dan keracunan makanan, serta memastikan penyerapan vitamin B-12.

Namun, kadar asam lambung yang naik bisa menyebabkan pH (kadar keasaman) lambung terlalu tinggi. Akibatnya, tubuh mengalami gangguan di pencernaan, kerongkongan, dan mulut.

Berikut beberapa gejala asam lambung yang perlu diwaspadai untuk mencegah komplikasi.

1. Sulit menelan



Salah satu gejala asam lambung naik yang perlu Anda perhatikan adalah kesulitan menelan (disfagia).

Begitu, asam lambung yang naik secara teratur ke kerongkongan dapat menyebabkan iritasi dan luka di daerah tersebut.

Bekas luka di kerongkongan dapat membuat saluran pencernaan ini menyempit sehingga Anda kesulitan menelan.

2. Nyeri dada

Selain sulit menelan, ciri-ciri asam lambung naik lainnya adalah nyeri dada. Rasa nyeri di dada biasanya diawali dengan sensasi terbakar di perut bagian atas.

Kemudian, sensasi terbakar dari perut akan naik ke dada. Nyeri dada biasanya paling terasa ketika Anda berbaring, membungkuk, atau setelah makan.

Bila dibiarkan, Anda mungkin berisiko mengalami GERD (*Gastroesophageal reflux disease*).

3. Radang kerongkongan

Tak hanya menjadi gejala infeksi bakteri atau virus, radang kerongkongan ternyata bisa juga menjadi tanda asam lambung yang naik.

Bila Anda menderita penyakit GERD, asam dari lambung bisa naik dan menekan bagian belakang ke kerongkongan.

Jika dibiarkan, cairan asam tersebut bisa merusak kerongkongan yang dapat menyebabkan esofagitis.

4. Nyeri atau panas pada kerongkongan

Naiknya asam lambung bisa menyebabkan kerusakan pada lapisan kerongkongan (esofagus).

Kerusakan ini bisa menimbulkan rasa nyeri dan sensasi panas di bawah tenggorokan dan dada, bagian di mana kerongkongan terletak.

Seiring dengan berjalannya waktu, naiknya asam lambung ke lapisan esofagus dapat menyebabkan peradangan.

Kondisi ini membuat kerongkongan berisiko mengalami luka, seperti borok dan jaringan parut (keloid).

5. Bau mulut



Tahukah Anda bahwa bau mulut bisa menjadi gejala asam lambung naik? Penyebab utama refluks asam pada kebanyakan orang yaitu sfingter esofagus bagian bawah (LES), yaitu kondisi di mana otot kerongkongan rusak atau mengendur.

Bila otot kerongkongan bekerja dengan baik, otot ini akan terbuka saat menelan untuk membiarkan masuk ke perut, kemudian menutup dengan rapat.

Namun, otot kerongkongan yang rusak akan tetap terbuka dan memungkinkan asam mengalir kembali ke tenggorokan sehingga menimbulkan bau mulut.

6. Sendawa

Sendawa merupakan cara tubuh mengeluarkan udara berlebih dari saluran pencernaan bagian atas. Berdasarkan penjelasan [Mayo Clinic](#), sendawa normal terjadi ketika Anda menelan udara berlebih.

Namun, sendawa yang terjadi terus-menerus, lebih dari satu sampai dua kali dalam waktu yang berdekatan, bisa menjadi gejala asam lambung naik.

Kondisi ini berkaitan dengan naiknya asam lambung yang membuat kerongkongan menyempit sehingga sulit menelan.

Saat kesulitan menelan, udara berlebih tidak bisa dikeluarkan dengan lancar dari dalam tubuh.

7. Mulut terasa asam



Bau mulut yang disertai mulut terasa asam biasanya menjadi salah satu ciri-ciri dari asam lambung naik.

Bila otot bukaan antara kerongkongan dan perut tidak menutup sepenuhnya setelah makan, makanan dan asam lambung dapat naik kembali ke kerongkongan. Ini yang menyebabkan munculnya rasa asam di mulut.

Untungnya, Anda bisa mengatasi hal ini dengan mengubah pola makan lebih sehat.
Gejala asam lambung naik lainnya

Selain masalah pencernaan yang disebutkan, ada beberapa kondisi lain yang bisa menjadi pertanda dari asam lambung naik, seperti:

- perut kembung,
- asma,
- mual,
- heartburn, suara serak, dan
- air berlebih.

Hal yang juga perlu diperhatikan adalah pasien fibrosis kistik lebih berisiko mengalami asam lambung naik dibandingkan orang pada umumnya.

Normalnya, Anda bisa meredakan gejala asam lambung naik dengan pengobatan rumahan.

Namun, bila kondisi di atas sudah sangat mengganggu, silakan konsultasikan dengan dokter guna memahami solusi apa yang tepat untuk Anda.

Hello Health Group tidak menyediakan saran medis, diagnosis, atau perawatan.

Sumber : (<https://helohealth.com/pencernaan/maag/gejala-penyakit-asam-lambung/>)

RSUD R.A.A. Tjokronegoro Purworejo