

## **Stroke, Si Penyakit Pembuluh Darah Otak**



Isra Namira, mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Malikussaleh

























## Oleh Isra Namira

Stroke merupakan suatu "penyakit yang terjadi pada pembuluh darah otak". Stroke terjadi ketika pasokan darah ke otak berkurang atau terhambat karena hal-hal tertentu, yang menyebabkan kurangnya kadar oksigen dalam sel-sel otak secara mendadak. Dalam beberapa menit, sel-sel otak bisa rusak dan kehilangan fungsinya. Kerusakan otak ini mempengaruhi fungsi tubuh yang dikendalikan oleh bagian sel-sel otak yang rusak tersebut.

### Bagaimana stroke dapat terjadi pada seseorang?

Berdasarkan penyebabnya, stroke dapat di klasifikasikan menjadi dua jenis, yaitu stroke **iskemik** dan stroke hemoragik. Stroke iskemik adalah stroke yang terjadi karena adanya gangguan suplai darah pada otak yang disebabkan karena adanya penyumbatan pembuluh darah di otak. Sumbatan yang mempengaruhi penyumbatan pada pembuluh darah di otak dapat berupa deposit kolesterol atau gumpalan darah yang mengeras. Jika arteri tersumbat, sel-sel otak tidak dapat memperoleh suplai oksigen dan nutrisi, hingga akhirnya otak akan berhenti bekerja. Jika arteri tetap tersumbat selama lebih dari beberapa menit, sel-sel otak akan mati.

Stroke hemoragik adalah kondisi ketika pembuluh darah di otak pecah, dapat disebabkan akibat terjadinya tekanan darah yang terjadi secara tiba-tiba maupun akibat pembuluh darah pada otak yang melemah dan mudah pecah sehingga aliran darah menuju ke otak menjadi tidak sampai yang kemudian menimbulkan berbagai gejala pada penderita stroke

Faktor risiko terjadinya stroke terdiri dari faktor yang dapat di ubah dan tidak dapat di ubah, faktor yang tidak dapat di ubah adalah faktor penyebab stroke yang terbentuk secara alamiah pada setiap manusia dan tidak dapat untuk di ubah, adapun faktor tersebut adalah: 1)Usia, studi menunjukkan risiko stroke terjadi lebih besar antara usia 55 sampai 85 tahun. 2) Jenis kelamin, laki-laki memiliki risiko lebih tinggi untuk stroke pada usia muda dan menengah, tetapi tingkatnya lebih tinggi pada usia yang lebih tua, dan lebih banyak perempuan meninggal karena stroke. 3)Ras; orang-orang dari kelompok etnis tertentu memiliki risiko stroke yang lebih tinggi. Untuk orang Afrika-Amerika, stroke lebih umum dan lebih mematikan, (bahkan pada orang dewasa muda dan setengah baya). 4)Riwayat keluarga stroke (genetika), anggota keluarga memiliki kecenderungan genetik untuk faktor risiko stroke, pengaruh gaya hidup bersama di antara anggota keluarga juga dapat berkontribusi terhadap stroke keluarga.

Faktor risiko yang dapat di ubah adalah faktor-faktor yang mempengaruhi seseorang untuk terjadi stroke namun masih dapat untuk dicegah/di ubah, adapun faktor tersebut adalah; 1)Tekanan darah tinggi (hipertensi). Tekanan darah tinggi adalah penyebab utama stroke dan faktor risiko terkontrol paling signifikan untuk stroke. Banyak ilmuwan mengaitkan penurunan dalam kematian terkait stroke ialah dengan keberhasilan pengobatan tekanan darah tinggi. 2) Merokok, sebuah studi menegaskan bahwa merokok adalah faktor risiko penting untuk stroke. Nikotin dan karbon monoksida dalam asap rokok merusak sistem kardiovaskular (sistem kerja jantung) dan membuka jalan bagi terjadinya stroke. 3) Diabetes, ada faktor risiko independen untuk stroke. Banyak orang dengan diabetes juga memiliki tekanan darah tinggi, kolesterol darah tinggi dan kelebihan berat badan. Hal ini akan meningkatkan risiko menjadi lebih tinggi lagi. 4) Diet, (makanan yang di konsumsi) yang mengandung lima atau lebih porsi buah dan sayuran per hari dapat mengurangi risiko stroke karena meningkatkan kesehatan jantung dan otak. Diet tinggi lemak jenuh, lemak trans dan kolesterol dapat meningkatkan kadar kolesterol darah. Diet tinggi sodium (garam) dapat meningkatkan tekanan darah, diet dengan kalori tinggi dapat menyebabkan obesitas. 5) Kolesterol darah tinggi, orang dengan kolesterol darah tinggi memiliki peningkatan risiko stroke. Sejumlah besar kolesterol dalam darah dapat menumpuk dan menyebabkan pembekuan darah, yang menyebabkan stroke. Juga, tampaknya kolesterol HDL (*High Density Lipoprotein*) "kolesterol baik" yang rendah adalah faktor risiko untuk stroke pada pria, tetapi lebih banyak data diperlukan untuk memverifikasi apakah ini benar untuk wanita juga. 6) Aktivitas fisik. Ketidak-aktifan fisik dapat meningkatkan risiko stroke, penyakit jantung, kelebihan berat badan, mengembangkan tekanan darah tinggi, kolesterol darah tinggi dan diabetes, penyakit jantung dan stroke. Beraktifitas fisik dapat berupa berjalan dengan cepat, naik tangga, dan lakukan apa pun yang bisa membuat hidup lebih aktif. Cobalah untuk mendapatkan total setidaknya 30 menit aktivitas di sebagian besar atau setiap hari.

**Tanggal:** 03 May 2020

**Post by:** [riyandhi](#)

**Kategori:** [Artikel Opini](#),

**Tags:** [Unimal](#), [Kedokteran Unimal](#), [KKN](#),