

NYERI

Nyeri adalah pengalaman sensorik dan emosional yang tidak menyenangkan yang sedang terjadi atau telah terjadi atau yang digambarkan dengan kerusakan jaringan.

Rasa sakit (nyeri) merupakan keluhan yang sering dialami banyak orang, walaupun istilah³ sakit ini tampaknya sulit didefinisikan. Persepsi setiap orang berbeda-beda karena keluhan ini berasal dari pengalaman subjektif seseorang yang sulit diukur. Reaksi dan sikap individu terhadap rangsangan nyeri yang sama akan berbeda pula.

APA ITU NYERI KEPALA?

Nyeri kepala merupakan perasaan sakit atau nyeri, termasuk rasa tidak nyaman yang menyerang seluruh daerah kepala dengan batas dari bawah dagu sampai belakang kepala. Sebagian besar nyeri kepala yang terjadi tidak serius dan bisa diatasi dengan mudah, seperti dengan meminum obat antinyeri, minum air putih yang cukup, dan lebih banyak istirahat. Namun, ada beberapa jenis sakit kepala yang memerlukan penanganan yang lebih serius.

Nyeri kepala adalah keluhan paling umum dalam masyarakat dan lebih dari 90% populasi pernah mengalami nyeri kepala. Nyeri kepala tidak memiliki jangka waktu tertentu. Gangguan rasa nyaman ini dapat berlangsung kurang dari satu jam atau bahkan selama beberapa hari, serta dapat muncul secara tiba-tiba atau perlahan-lahan.

Berdasarkan penyebabnya, nyeri dapat digolongkan menjadi nyeri kepala primer dan nyeri kepala sekunder. Nyeri kepala primer adalah nyeri kepala yang tidak jelas terdapat kelainan anatomi atau kelainan struktur atau sejenisnya, sedangkan nyeri kepala sekunder adalah nyeri kepala yang jelas terdapat kelainan anatomi atau kelainan struktur.

APA SAJA JENIS NYERI KEPALA?

Tahun 2013, *International Headache Society* merilis sistem klasifikasi terbarunya untuk nyeri kepala. Dikarenakan banyaknya orang yang mengalami keluhan ini dan tata laksananya yang terkadang sulit, untuk itu diharapkan dengan adanya sistem klasifikasi yang baru ini para praktisi kesehatan dapat membuat diagnosis yang lebih spesifik dan dapat memberikan pengobatan yang lebih efektif.

Pedoman tata laksana penyakit nyeri kepala sangatlah luas dan organisasi IHS menganjurkan untuk tetap berpedoman dengan pedoman tata laksana yang mereka buat.

Ada tiga kategori utama nyeri kepala menurut IHS berdasarkan sumber nyeri.

1. Nyeri kepala primer
2. Nyeri kepala sekunder
3. Neuralgia kranialis, nyeri fasialis, dan nyeri kepala lain

Pedoman IHS juga memberikan catatan bahwa seseorang dapat mengeluh lebih dari satu tipe nyeri kepala pada saat yang bersamaan.

Nyeri Kepala Primer

Yang termasuk ke dalam tipe nyeri kepala primer antara lain nyeri kepala *tension*, *migraine*, dan *cluster*.

Nyeri kepala *tension* merupakan tipe nyeri kepala yang paling sering. Tipe ini sering menyerang wanita dibanding pria. Menurut WHO, ada 1 di antara 20 orang yang mengalami nyeri kepala *tension* harian.

Nyeri kepala *migrain* merupakan tipe kedua yang umum dikeluhkan. *Migrain* dapat menyerang anak-anak maupun dewasa. Sebelum masa pubertas, perbandingan anak laki-laki dan perempuan yang mengeluhkan *migrain* seimbang, sedangkan setelah pubertas, kebanyakan wanita yang mengeluhkan *migrain* dibanding pria.

Nyeri kepala *cluster* merupakan tipe nyeri kepala primer yang cukup jarang. Biasanya tipe ini dikeluhkan pada pria umur 20-an tahun dibanding wanita.

Nyeri kepala primer dapat memengaruhi kualitas hidup. Beberapa orang mungkin dapat mengalami pemulihan yang segera, sementara orang lain dapat terus berulang dalam waktu yang lama. Walau nyeri kepala tipe ini sering dianggap ringan, tetapi terkadang keluhan-keluhan ini dapat berkaitan dengan gejala yang menyerupai gejala *stroke* atau penyakit serius lainnya.

SAKIT KEPALA

Sinus ; nyeri di belakang tulang dahi & atau tulang pipi	Cluster ; nyeri di dalam & sekitar mata	Tension ; nyeri seperti seutas tali yg mengikat kepala	Migren : nyeri, mual & gangguan penglihatan (bentuk yg klasik)
			

Banyak yang menyatakan bahwa nyeri kepala yang berat sering dikaitkan dengan migrain. Namun, intensitas atau kualitas ringan berat suatu nyeri kepala sulit diukur secara objektif sehingga sulit ditentukan tipe nyeri kepala berdasarkan berat ringannya nyeri kepala.

Nyeri Kepala Sekunder

Nyeri kepala sekunder merupakan tipe nyeri kepala yang diakibatkan oleh masalah struktur mendasar di kepala atau leher. Tipe ini merupakan kondisi medis yang cukup luas mulai dari nyeri gigi hingga otak atau infeksi seperti ensefalitis atau meningitis.

Beberapa jenis nyeri kepala sekunder ini antara lain:

- Nyeri kepala trauma termasuk ke dalam kategori ini. Biasa disebut nyeri kepala post-konkusi (*post-concussion headaches*).
- Nyeri kepala yang disebabkan oleh kondisi infeksi seperti meningitis. Infeksi juga dapat berasal dari bagian tubuh lain selain kepala, seperti yang terjadi pada kasus sinusitis, flu, infeksi telinga, serta infeksi pada gigi.
- Nyeri kepala *rebound*. Nyeri kepala ini disebabkan karena terlalu banyak mengonsumsi obat pereda sakit.
- Nyeri kepala akibat penambahan massa dalam kepala misal tumor otak, dan perdarahan dalam otak.

Mereka yang meminum terlalu banyak alkohol biasanya bangun dengan nyeri kepala. Tipe nyeri kepala ini juga termasuk ke dalam kategori nyeri kepala sekunder.

Apa itu neuralgia kranialis, nyeri fasialis, dan nyeri kepala lain?

Neuralgia artinya nyeri saraf (*neur* = saraf + *algia* = nyeri). Neuralgia kranialis menandakan adanya inflamasi pada salah satu dari dua belas saraf kranialis yang berasal dari otak. Salah satu contoh yang paling sering adalah trigeminal neuralgia yang melibatkan nervus kranial V

(saraf trigeminal). Nyeri timbul ketika saraf mengalami radang

Apa penyebab nyeri kepala?

Nyeri kepala migrain disebabkan oleh inflamasi atau iritasi pada struktur yang mengelilingi otak. Berhubung otak sendiri tidak memiliki serabut saraf nyeri maka segala sesuatu yang di atas bahu baik itu leher, tengkorak, ataupun wajah, dapat menyebabkan seseorang mengalami nyeri kepala. Penyakit sistemik seperti infeksi atau dehidrasi dapat berkaitan dengan nyeri kepala. Perubahan sirkulasi dan aliran darah atau trauma juga dapat mengakibatkan nyeri kepala. Selain itu, perubahan kimia pada otak juga dapat berhubungan dengan nyeri kepala, misalnya seperti reaksi obat, penyalahgunaan obat, dan sindrom *withdrawal*.

Setiap orang tentu berbeda-beda sehingga riwayat nyeri kepala cukup penting. Pola dan pencetus nyeri kepala serta pemeriksaan yang dilakukan dokter dapat membantu diagnosis nyeri kepala secara spesifik.

Dengan mengetahui detail sakit kepala maka Anda dapat memperoleh informasi diagnosis yang lebih rinci. Berikut ini adalah klasifikasi sakit kepala menurut *International Headache Society* (IHS):

Klasifikasi (tingkat 1)	Klasifikasi (tingkat 2)	Klasifikasi (tingkat 3)
Primer	Migrain	Migrain tanpa aura, dengan aura, sindrom migraine <i>childhood</i> periodik, migrain retina, komplikasi migrain.
	Sakit kepala karena ketegangan	Sakit kepala karena tegang, sakit kepala tipe tegang episodik, nyeri kronis.
	Sakit kepala <i>cluster</i> dan <i>cephalalgias</i> otonom trigeminal lainnya	Sakit kepala <i>cluster</i> , <i>hemicrania</i> paroksismal, serangan unilateral neuralgi dengan injeksi dan merobek konjungtiva (SUNCT).
	Sakit kepala primer lainnya	Sakit kepala tertusuk, sakit kepala akibat batuk, sakit kepala <i>exertional</i> primer, sakit kepala primer berhubungan dengan aktivitas seksual, sakit kepala <i>hypnic</i> , <i>continua hemicranias</i> , sakit kepala harian-persisten (NDPH).

Klasifikasi (tingkat 1)	Klasifikasi (tingkat 2)	Klasifikasi (tingkat 3)
Sekunder	Sakit kepala yang disebabkan trauma kepala dan/atau leher	sakit kepala akut pasca-trauma, sakit kepala kronis pasca-trauma, sakit kepala akut disebabkan cedera <i>whiplash</i> , sakit kepala kronis dikaitkan dengan cedera <i>whiplash</i> , sakit kepala disebabkan hematoma intrakranial traumatik, sakit kepala disebabkan trauma lainnya, sakit kepala post-kraniotomi.
	Sakit kepala disebabkan gangguan pembuluh darah kranial atau serviks	Sakit kepala disebabkan stroke iskemik atau <i>transient ischemic attack</i> , sakit kepala disebabkan perdarahan intrakranial non-traumatik, sakit kepala disebabkan malformasi vaskular unruptured, sakit kepala disebabkan arteritis, nyeri karotis atau arteri vertebralis, sakit kepala disebabkan trombosis vena serebral, sakit kepala disebabkan gangguan pembuluh darah intrakranial lainnya.

Klasifikasi (tingkat 1)	Klasifikasi (tingkat 2)	Klasifikasi (tingkat 3)
	Sakit kepala disebabkan gangguan intrakranial non-vaskular	Sakit kepala disebabkan tekanan cairan serebrospinal tinggi, sakit kepala disebabkan tekanan cairan serebrospinal yang rendah, sakit kepala disebabkan penyakit radang non infeksi, sakit kepala disebabkan neoplasma intracranial, sakit kepala disebabkan injeksi intratekal, sakit kepala disebabkan kejang epilepsi, sakit kepala disebabkan <i>chiari</i> malformasi tipe I, sindrom sakit kepala sementara dan defisit neurologis dengan limfositosis cairan serebrospinal (<i>handl</i>), sakit kepala disebabkan gangguan intrakranial non-vaskular lainnya.
	Sakit kepala disebabkan oleh beban atau tarikan	Sakit kepala akut yang disebabkan oleh penggunaan atau paparan narkoba, sakit kepala akibat obat-berlebihan, sakit kepala sebagai efek samping dikaitkan dengan obat kronis, sakit kepala disebabkan oleh zat lain.