

Tanya-Jawab seputar Gagal Jantung

Estu Rudiktyo

Q: Apa itu gagal jantung?

A: Gagal jantung adalah kegagalan jantung untuk menjalankan fungsinya untuk memompa darah ke seluruh tubuh untuk memenuhi kebutuhan metabolisme tubuh atau kondisi di mana jantung masih dapat memenuhi kebutuhan metabolisme tubuh, akan tetapi harus bekerja lebih berat dibandingkan kondisi normal untuk dapat menjalankan perannya tersebut. Secara lebih sederhana, gagal jantung adalah kondisi di mana jantung “gagal” untuk menjalankan fungsinya. Fungsi jantung yang paling utama adalah untuk menerima darah dari bagian tubuh lain dan selanjutnya memompa darah tersebut.

Q: Apa saja yang dapat menyebabkan gagal jantung?

A: Banyak sekali penyakit yang dapat menimbulkan gagal jantung, hampir seluruh penyakit jantung yang bila tidak ditatalaksana dengan baik akan menyebabkan gagal jantung, yakni

- Hipertensi
- Penyakit jantung koroner
- Kelainan katup jantung
- Diabetes
- Infeksi atau radang pada jantung
- Penyakit jantung bawaan
- Penyakit sistemik seperti sarkoidosis atau amiloidosis
- Beberapa penyebab lain yang belum diketahui (idiopatik)

Q: Seberapa seringkah gagal jantung dijumpai?

A: Sebuah studi melaporkan bahwa jumlah penderita gagal jantung di Amerika Serikat mencapai hampir 6 juta jiwa dan lebih dari 23 juta di seluruh dunia pada tahun 2013. Jumlah penderita gagal jantung bisa lebih banyak lagi karena banyak yang belum terdiagnosis. Di Indonesia, berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013, jumlah penderita gagal jantung adalah 0,3% dari seluruh penduduk. Angka ini sangat banyak bila mengingat penduduk Indonesia yang mencapai lebih dari 250 juta jiwa pada tahun 2013.

Q: Apa saja gejala dan tanda gagal jantung?

A: Gejala dan tanda gagal jantung sangat bervariasi, tergantung dari penyebab dan tingkat keparahan gagal jantung tersebut, mulai dari gejala ringan hingga keluhan yang sangat berat dan mengganggu aktivitas sehari-hari, yakni:

- Cepat lelah atau sesak napas saat beraktivitas, dan pada kondisi yang berat, sesak napas dapat dirasakan pada saat beristirahat.
- Sesak napas saat berbaring yang berkurang bila duduk atau berbaring dengan beberapa bantal.
- Berdebar-debar
- Nyeri dada
- Mual, perut begah, cepat kenyang, tidak nafsu makan
- Berat badan turun drastis tanpa penyebab yang jelas
- Bengkak pada perut dan kaki
- Buang air kecil berkurang.

Sayangnya, gejala dan tanda tersebut tidak khas dan dapat dijumpai pula pada penyakit lain seperti penyakit paru, liver atau ginjal. Untuk itu diperlukan konsultasi dengan dokter anda untuk menentukan penyebab keluhan tersebut.

Q: Bila saya mengeluhkan gejala dan tanda yang dicurigai merupakan gagal jantung dan kemudian saya berkonsultasi dengan dokter, kira-kira pemeriksaan apa saja yang akan dilakukan oleh dokter?

A: Pada saat pertama kali konsultasi, dokter akan menanyakan dengan detail terkait keluhan yang anda rasakan dan dilanjutkan dengan melakukan pemeriksaan fisik di ruang poliklinik. Pemeriksaan selanjutnya yang akan dilakukan tergantung dari diagnosis awal yang ditegakkan dan pada umumnya mencakup pemeriksaan elektrokardiografi (EKG), ronsen dada (X-Ray), pemeriksaan laboratorium dan ekokardiografi (USG jantung). Pemeriksaan berikutnya dapat berupa kateterisasi jantung, MRI jantung atau pemeriksaan lainnya, tapi itu semua tergantung dari dokter yang merawat anda dan tentunya dokter anda akan mempertimbangkan risiko dan manfaat dari masing-masing prosedur tersebut, karena setiap prosedur pemeriksaan, terutama yang invasif, pasti memiliki risiko timbulnya efek samping.

Q: Saya pernah mendengar bahwa pada gagal jantung terjadi gangguan fungsi pompa jantung akibat melemahnya otot jantung, apakah dengan hasil pemeriksaan ekokardiografi saya yang menyebutkan bahwa fungsi pompa jantung saya masih normal, keluhan saya pasti bukan karena gagal jantung?

A: Belum tentu. Tidak semua pasien dengan gagal jantung memiliki penurunan pompa jantung. Pada masa lalu memang semua pasien gagal jantung dianggap pasti memiliki penurunan pompa, akan tetapi berdasarkan penelitian lebih lanjut, ternyata banyak juga

pasien gagal jantung yang memiliki pompa jantung yang masih baik. Saat ini gagal jantung dapat dibagi dua kelompok berdasarkan fungsi pompa jantung, yakni Gagal jantung dengan fungsi pompa yang menurun (*Heart Failure with reduced Ejection Fraction*) dan Gagal jantung dengan fungsi pompa yang masih baik (*Heart Failure with Preserved Ejection Fraction*). Oleh karena itu, pompa jantung yang masih baik tidak dapat digunakan sebagai patokan untuk menyingkirkan diagnosis gagal jantung.

Q: Bagaimana tatalaksana gagal jantung secara umum?

A: Prinsip utama pengobatan gagal jantung adalah semaksimal mungkin mengobati penyakit yang menjadi penyebab gagal jantung tersebut. Misalnya bila penyebabnya adalah penyakit jantung koroner atau PJK, maka diperlukan obat-obatan untuk PJK dan tindakan pemasangan ring (stent) atau operasi bypass koroner (CABG) bila ada indikasi, sedangkan bila penyebabnya adalah kelainan katup jantung, maka mungkin diperlukan tindakan pembedahan atau intervensi lain sesuai indikasi.

Selain itu pada sebagian kasus terdapat pula obat-obatan yang harus diminum secara rutin sesuai anjuran dokter yang merawat anda. Obat-obat ini dapat mengurangi keluhan dan meningkatkan kualitas hidup. Perlu diketahui bahwa obat-obat gagal jantung tersebut sebagian besar serupa dengan obat-obat untuk penyakit lain seperti hipertensi, sehingga harus tetap diminum walaupun anda memiliki tekanan darah yang normal.

Yang juga tidak boleh dilupakan adalah perubahan gaya hidup seperti berhenti merokok, mengurangi konsumsi garam, membatasi cairan (minum), aktivitas fisik atau olahraga sesuai petunjuk dokter. Selain itu, dukungan dan motivasi dari keluarga dan orang di sekitar pasien sangat penting, karena pengobatan gagal jantung membutuhkan waktu yang lama sehingga banyak dijumpai pasien yang bosan minum obat atau merasa depresi (*down*) yang tentunya akan menghambat keberhasilan terapi.

Q: Apa yang akan terjadi bila gagal jantung tidak ditangani dengan baik?

A: Fungsi jantung tentu akan makin memburuk, pompa jantung dapat semakin berkurang dengan gejala dan tanda pembengkakan kaki dan perut yang makin berat serta keluhan sesak yang dapat dirasakan saat istirahat. Selain itu dapat membuat berat badan makin turun, komplikasi ke ginjal dan liver. Pada beberapa kasus dapat terjadi stroke atau sumbatan di tempat lain seperti kaki akibat terbentuk gumpalan darah di dalam jantung. Gangguan irama jantung yang berakibat fatal juga dapat terjadi.