

Jantung Terasa Berdetak Lebih Kencang? Waspadai Gejala Atrial Flutter!

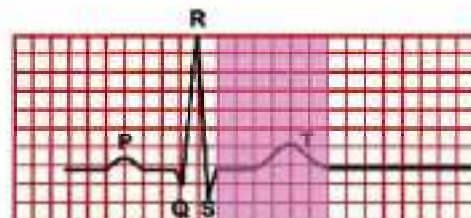
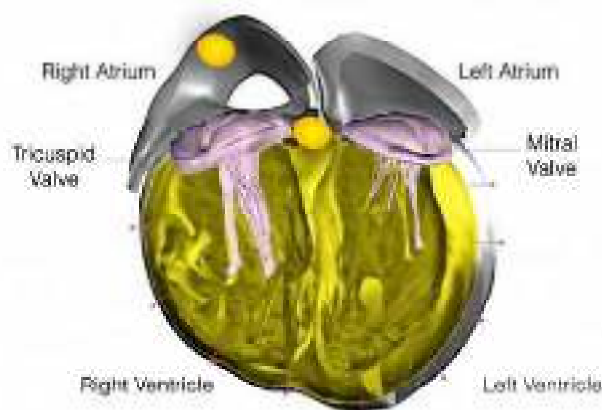
Waspadai juga kemungkinan kondisi medis yang mendasarinya



Setelah berlari atau berolahraga, jantung normalnya akan berdetak lebih kencang. Namun, bila jantung terasa berdetak lebih kencang padahal tidak melakukan aktivitas fisik atau sedang dalam kondisi santai, kamu harus mewaspadai *atrial flutter*.

Apa itu *atrial flutter*? Apa saja gejala dan penyebabnya? Apakah ini kondisi berbahaya? Untuk lebih jelasnya, simak ulasannya di bawah ini.

1. Apa itu *atrial flutter*?



Dilansir *Mayo Clinic*, *atrial flutter* adalah kondisi ketika bilik atas jantung (atrium) berdetak terlalu cepat. Ini mengakibatkan jantung berdetak dengan ritme yang cepat, tetapi biasanya teratur.

Atrial flutter adalah jenis gangguan irama jantung (aritmia) yang disebabkan oleh masalah pada sistem kelistrikan jantung.

Atrial flutter mirip atrial fibrilasi (*atrial fibrillation*), kelainan umum yang membuat jantung berdetak dengan pola abnormal. Orang dengan *atrial flutter* memiliki ritme jantung yang lebih teratur dan tidak semrawut dibanding atrial fibrilasi. Kadang seseorang bisa mengalami episode *atrial flutter* dan atrial fibrilasi.

Orang dengan *atrial flutter* mungkin tidak memiliki gejala. Namun, gangguan tersebut dapat meningkatkan risiko stroke, [gagal jantung](#), dan komplikasi lainnya.

2. Gejala *atrial flutter*



Dilansir *Medscape*, seseorang yang mengalami *atrial flutter* biasanya memperlihatkan penurunan curah jantung (kondisi ketidakadekuatan jantung dalam memompa darah untuk memenuhi kebutuhan metabolisme tubuh) sebagai akibat dari denyut ventrikel yang cepat. Gejala khasnya meliputi:

- Palpitasi (sensasi jantung berdegup kencang)
- Kelelahan atau toleransi olahraga yang buruk
- Dispnea (sesak napas) ringan
- *Presyncope* (kondisi merasa pingsan dan pusing tapi tanpa kehilangan kesadaran)

Gejala yang kurang umum termasuk:

- Angina
- Dispnea berat atau pingsan
- Takikardia mungkin ada atau tidak, tergantung pada derajat blok penyumbatan atrioventrikular yang terkait dengan aktivitas *atrial flutter*

Temuan fisik meliputi:

- Denyut jantung sering kali kira-kira 150 denyut/menit karena blok AV 2:1
- Denyut nadi mungkin teratur atau sedikit tidak teratur
- Hipotensi mungkin terjadi, tetapi tekanan darah normal lebih sering diamati

3. Penyebab *atrial flutter*



Dilansir *WebMD*, dokter tak selalu mengetahui penyebab *atrial flutter*. Pada beberapa orang, akar penyebabnya tidak pernah ditemukan. Meski begitu, kondisi ini bisa merupakan akibat dari:

- Penyakit atau masalah lainnya di jantung
- Penyakit di bagian tubuh lainnya yang memengaruhi jantung
- Zat yang dapat mengubah cara jantung mentransmisikan impuls listrik

Penyakit atau masalah lainnya di jantung, meliputi:

- Iskemia: penurunan aliran darah ke jantung karena penyakit jantung koroner, pengerasan pembuluh darah arteri, atau pembekuan darah
- Hipertensi: tekanan darah tinggi
- Kardiomiopati: penyakit otot jantung
- Katup jantung abnormal: khususnya pada katup mitral
- Hipertrofi: pembesaran ruang jantung
- Bedah jantung terbuka

Penyakit di bagian tubuh lain yang memengaruhi jantung, seperti:

- Hipertiroidisme: kelenjar tiroid terlalu aktif
- Emboli paru: gumpalan darah di pembuluh darah di paru-paru
- Penyakit paru obstruktif kronis (PPOK): kondisi yang menurunkan jumlah oksigen dalam darah

Zat yang dapat menyebabkan *atrial flutter* meliputi:

- Alkohol
- Stimulan seperti kokain, amfetamin, pil diet, obat pilek, bahkan kafein

- Rokok

4. Siapa saja yang berisiko terkena *atrial flutter*?



Dilansir *MedicineNet*, terdapat beberapa faktor risiko *atrial flutter*. Inilah beberapa faktor risiko umumnya:

- Tekanan darah tinggi
- Kegemukan
- Diabetes
- Gagal jantung
- Penyakit jantung iskemik dan/atau serangan jantung sebelumnya
- Penyakit akut yang serius
- Asupan alkohol yang berlebihan dan/atau pesta minuman keras
- Usia lanjut
- Hipertiroidisme
- Penyakit paru-paru kronis
- Operasi baru-baru ini
- Penyakit jantung bawaan

5. Diagnosis *atrial flutter*



Dokter akan mencurigai *atrial flutter* bila detak jantung saat istirahat melebihi 120 bpm dan jika elektrokardiogram (EKG) menunjukkan tanda-tanda *atrial flutter*.

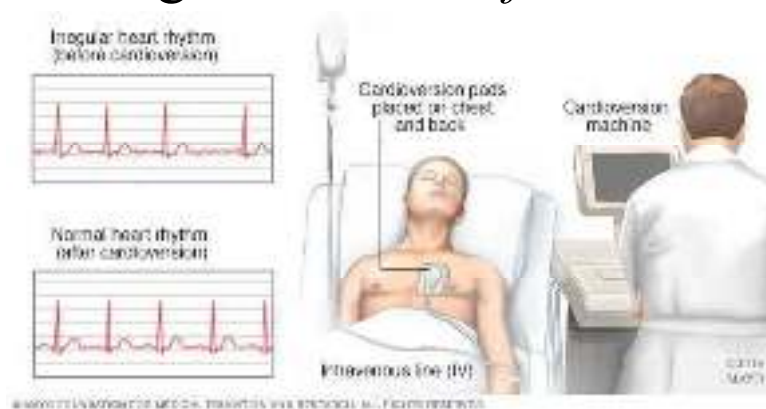
Dokter juga akan menanyakan riwayat kesehatan keluarga. Adanya riwayat jantung, kecemasan, dan hipertensi bisa memengaruhi risiko.

Dokter perawatan primer dapat membuat diagnosis awal dengan EKG. Pasien mungkin akan dirujuk ke spesialis jantung untuk pengujian lebih lanjut.

Beberapa tes yang dapat digunakan untuk mengonfirmasi dan mendiagnosis *atrial flutter* di antaranya:

- Ekokardiogram atau USG jantung untuk menampilkan gambar jantung. Ini juga dapat mengukur aliran darah melalui jantung dan pembuluh darah dan melihat apakah jantung telah menunjukkan tanda-tanda melemah karena berdetak cepat (kardiomiopati yang diinduksi takikardia) atau pelebaran atrium (bilik jantung tempat *atrial flutter* berasal)
- EKG untuk merekam pola kelistrikan jantung
- Monitor Holter untuk memantau ritme jantung setidaknya selama 24 jam.
- Studi elektrofisiologi (EP), adalah cara yang lebih invasif untuk merekam irama jantung. Kateter diulirkan dari pembuluh darah pangkal paha ke jantung. Elektroda kemudian dimasukkan untuk memantau irama jantung di berbagai area

6. Pengobatan *atrial flutter*



Tujuan utama pengobatan adalah untuk mengembalikan ritme jantung menjadi normal. Pengobatan bergantung pada seberapa parah kondisi dan bagaimana pasien merespons obat-obatan.

Masalah kesehatan yang mendasari juga dapat memengaruhi pengobatan *atrial flutter* dan mungkin perlu diobati juga.

Pengobatan *atrial flutter* :

1. Terapi obat

Tujuannya adalah untuk memperlambat atau mengatur detak jantung. Contoh obat-obatannya antara lain:

- *Calcium channel blockers*
- *Beta-blockers*
- Digoxin

Obat-obatan tertentu mungkin memerlukan rawat inap singkat sementara tubuh menyesuaikan diri, seperti obat antiaritmia.

Obat lainnya yang mungkin juga bisa digunakan untuk mengubah ritme *atrial flutter* kembali ke ritme sinus normal antara lain: amiodarone, propafenone, dan flecainide.

Pengencer darah seperti *non-vitamin K oral anticoagulants* (DOACs), bisa digunakan untuk mencegah pembentukan gumpalan di pembuluh darah arteri. Gumpalan darah dapat menyebabkan [serangan jantung](#) atau stroke.

2. Pembedahan

Ablasi jantung membungkam jaringan jantung yang menyebabkan ritme abnormal. Prosedur ini bisa jadi opsi bila *atrial flutter* tidak bisa dikontrol dengan obat-obatan atau bila ada efek samping dari obat-obatan, tetapi prosedur ini semakin banyak ditawarkan sebagai pengobatan lini pertama.

3. Terapi alternatif

Kardioversi menggunakan listrik untuk menyetrum irama jantung agar kembali normal. Ini merupakan cara untuk "menyetel ulang" ritme jantung dari *atrial flutter*. Setelah anestesi diberikan, maka aliran listrik akan disalurkan di dada.

Itulah fakta-fakta seputar *atrial flutter*. Bila mengalami gejala-gejala, sebaiknya segera cek ke dokter. Karena berhubungan beberapa kondisi medis, cara terbaik untuk mencegah *atrial flutter* adalah dengan mencegah penyakit-penyakit seperti gagal jantung, penyakit jantung, alkoholisme, diabetes, penyakit tiroid, dan penyakit paru-paru kronis. Menerapkan pola

makan sehat, rutin olahraga, batasi konsumsi alkohol, serta tidak merokok akan sangat membantu.