

Pernah merasakan nyeri di perut kanan atas yang menjalar ke punggung atau bahu? Jangan anggap sepele. Rasa sakit tersebut bisa jadi bukan sekadar gangguan pencernaan biasa, melainkan tanda adanya batu empedu — kondisi serius yang perlu segera ditangani agar tidak menimbulkan komplikasi berbahaya.
Yuk, kenali lebih dalam penyebab, gejala, dan faktor risikonya.

Apa Itu Batu Empedu

Batu empedu adalah kondisi medis di mana terjadi pengendapan keras menyerupai batu di dalam kantong empedu atau saluran empedu. Batu ini terbentuk akibat cairan empedu yang mengandung kolesterol, bilirubin, atau garam empedu mengeras dan menggumpal.
Ukuran batu bisa bervariasi, mulai dari sebesar butiran pasir hingga sebesar kelereng, dan dapat menimbulkan rasa nyeri hebat saat menghambat aliran empedu.

Gejala Batu Empedu

Batu empedu sering kali tidak menimbulkan gejala pada tahap awal. Namun, saat batu menyumbat saluran empedu, gejalanya dapat berupa:

- Nyeri perut kanan atas yang menjalar ke punggung atau bahu
- Mual dan muntah
- Demam
- Kuning pada mata (ikterus)
- Urin berwarna gelap seperti air teh
- Feses berwarna pucat atau keputihan

Penyebab Batu Empedu

Batu empedu terbentuk akibat ketidakseimbangan komponen dalam cairan empedu, seperti:

- Kelebihan kolesterol – saat kolesterol tidak dapat dilarutkan oleh empedu, terbentuk endapan keras.
- Kelebihan bilirubin – dapat terjadi akibat kelainan darah yang menghancurkan banyak sel darah merah.
- Kurangnya asam empedu – menyebabkan kadar kolesterol dalam empedu meningkat.
- Gangguan aliran empedu (kolestasis) – saluran empedu tidak mengalirkan empedu dengan baik sehingga memicu pengendapan.

Faktor Risiko Terbentuknya Batu Empedu

Beberapa faktor yang meningkatkan risiko seseorang mengalami batu empedu antara lain:

- Jenis kelamin: Wanita lebih berisiko dibanding pria karena pengaruh hormon estrogen.
- Usia: Risiko meningkat pada usia di atas 40 tahun.
- Obesitas: Lemak berlebih meningkatkan kadar kolesterol dalam empedu.
- Kehamilan atau pernah melahirkan: Perubahan hormonal dapat memengaruhi fungsi kantong empedu.
- Riwayat keluarga: Faktor genetik dapat meningkatkan risiko.
- Penurunan berat badan terlalu cepat: Diet ekstrem dapat mengganggu keseimbangan empedu.
- Penyakit tertentu: Seperti diabetes mellitus, kelainan darah, atau penyakit hati kronis.
- Obat-obatan: Terutama yang mengandung hormon estrogen tinggi (misalnya pil KB atau terapi hormon).
- Pola makan tidak sehat: Tinggi lemak dan rendah serat dapat memperlambat pengosongan kantong empedu.

Kesimpulan

Nyeri perut kanan atas bukanlah hal yang boleh diabaikan, terutama jika disertai demam, muntah, atau kulit menguning. Batu empedu bisa menjadi penyebabnya dan perlu penanganan segera oleh dokter. Pemeriksaan ultrasonografi (USG) menjadi salah satu cara efektif untuk mendeteksi batu empedu sejak dini.
Menjaga pola makan sehat, berat badan ideal, serta rutin memeriksakan kesehatan hati dan empedu dapat membantu mencegah terbentuknya batu empedu.