

Penyebab Biduran pada Anak dan Cara Mengatasinya dengan Aman

MEI 12, 2026

2 MINS

Melihat kulit Si Kecil tiba-tiba muncul bintik merah yang gatal tentu bisa membuat Mam khawatir. Kondisi yang disebut biduran ini umum terjadi pada anak-anak. Dengan memahami penyebab biduran pada anak, Mam dapat membantu meredakan ketidaknyamanan Si Kecil dan mencegahnya agar tidak terjadi kembali.

Apa Itu Biduran?

Biduran adalah reaksi kulit berupa bentol/bercak timbul yang gatal, bentuk dan ukuran bervariasi, dapat berpindah lokasi, dan tiap lesi biasanya hilang dalam ≤ 24 jam; pada sebagian anak bisa disertai angioedema (bengkak lebih dalam).

Mengapa Orang Tua Perlu Waspada?

Meski kebanyakan ringan, biduran dapat menandakan reaksi alergi sistemik. Jika disertai sesak napas, bengkak lidah/kerongkongan, suara serak, atau pingsan—ini emergensi yang memerlukan pertolongan segera.

Penyebab Biduran pada Anak

Biduran pada anak sering kali dipicu oleh respons tubuh terhadap beberapa faktor eksternal atau internal. Beberapa pemicu yang umum meliputi:

1. Alergi Makanan

Sistem kekebalan tubuh anak sering kali sangat sensitif terhadap makanan tertentu,

sehingga dapat memicu reaksi alergi seperti biduran. Beberapa makanan yang umum menjadi pemicu termasuk kacang, makanan laut, produk susu, dan telur. Ketika tubuh salah mengenali makanan ini sebagai ancaman, histamin dilepaskan, yang kemudian menyebabkan iritasi pada kulit.

2. Perubahan Suhu

Perubahan suhu yang mendadak, seperti perpindahan dari ruangan hangat ke udara dingin, dapat menyebabkan biduran. Dikenal sebagai urtikaria dingin, kondisi ini juga dapat terjadi saat anak berpindah dari mandi air panas ke suhu yang lebih dingin.

3. Infeksi

Beberapa infeksi virus atau bakteri, seperti flu atau radang tenggorokan, dapat menjadi penyebab biduran pada anak, karena respons kekebalan tubuh meningkat saat tubuh melawan infeksi. Meski biduran ini biasanya hilang setelah infeksi sembuh, ruam yang berulang bisa jadi menandakan adanya sensitivitas tertentu.

4. Reaksi Terhadap Obat

Beberapa obat, terutama antibiotik atau pereda nyeri, dapat menimbulkan biduran sebagai efek samping. Reaksi ini berbeda pada tiap anak, dari sekadar gatal ringan hingga ruam yang lebih luas. Jika biduran disebabkan oleh obat, Mam sebaiknya berkonsultasi dengan dokter untuk memastikan penanganan yang tepat.

Mengenali Gejala Biduran pada Anak

Biduran pada anak dapat muncul tiba-tiba, berupa bintik merah atau bintik berwarna kulit yang menonjol dan seringkali gatal serta hangat saat disentuh. Mengetahui ciri-ciri biduran pada anak, beserta gejala yang lebih parah, membantu Mam memutuskan kapan perlu memantau ruam ini di rumah dan kapan harus mencari perawatan medis.

Gejala Utama Biduran:

- **Penampilan:** Secara penampilan, biduran tampak seperti benjolan yang menonjol berwarna merah atau warna kulit (sering disebut wheals). Ukuran serta bentuk dari biduran sendiri bisa bervariasi.
- **Penyebaran dan Ukuran:** Bintik-bintik biduran mungkin menyatu membentuk area yang lebih besar, dari titik kecil hingga besar
- **Gatal dan Hangat:** Bintik-bintik ini biasanya gatal dan terasa hangat saat disentuh.
- **Durasi:** Biduran dapat berlangsung dari beberapa menit hingga beberapa jam. Meski biasanya hilang dalam 24 jam, dalam kasus tertentu, biduran bisa bertahan selama beberapa minggu.

- **Pembengkakan:** Sebagian anak mengalami pembengkakan di sekitar bibir, tangan, atau kaki. Kondisi ini dikenal sebagai angioedema. Jika kondisinya parah, Si Kecil mungkin memerlukan penanganan dari dokter.

Dengan memahami gejala dan penyebab biduran pada anak ini, Mam dapat membantu Si Kecil merasa lebih nyaman dan mengambil langkah-langkah penanganan yang tepat.

Baca Juga: Cara Mengatasi Ruam Alergi pada Si Kecil

Pertolongan Pertama Pada Anak dan Pilihan Perawatan

- **Langkah Awal**

Pertolongan pertama pada anak biduran yang dapat dilakukan termasuk mengenali dan menghindari alergen potensial, seperti makanan atau produk tertentu, serta mengompres area yang terkena dengan air dingin untuk meredakan gatal. Langkah sederhana ini dapat membantu mengurangi rasa tidak nyaman sekaligus mengurangi pembengkakan.

- **Obat Umum**

Kasus biduran ringan biasanya dapat diatasi dengan antihistamin yang dijual bebas di apotek, seperti cetirizine atau diphenhydramine. Obat ini bekerja dengan melawan histamin, sehingga mengurangi rasa gatal dan mencegah penyebaran biduran. Namun, Mam sebaiknya berkonsultasi dengan dokter untuk memastikan obat ini aman dan sesuai dengan usia serta kondisi Si Kecil.

Penanganan Jangka Panjang

Untuk mengurangi kemungkinan biduran muncul kembali, Mam bisa mempertimbangkan strategi pencegahan berikut:

- **Waspada Akan Makanan yang Dikonsumsi:**

Mencatat jenis-jenis makanan yang dikonsumsi Si Kecil dapat membantu Mam mengidentifikasi dan menghindari alergen yang umum.

- **Pengaturan Suhu:**

Penyesuaian suhu secara bertahap dan mengenakan pakaian yang sesuai dapat mencegah biduran yang disebabkan oleh suhu dingin atau panas.

- **Waspada Terhadap Obat-obatan:**

Mengetahui obat yang sebelumnya memicu biduran dapat mengurangi risiko di masa mendatang.

Biduran pada anak biasanya bisa ditangani dengan pengamatan yang cermat dan perawatan sederhana. Dengan memahami penyebab biduran pada anak, mengenali gejala, dan mengambil tindakan cepat, Mam dapat membantu mengurangi ketidaknyamanan Si Kecil.

Jika biduran terus berlangsung atau disertai gejala lain, seperti kesulitan bernapas, sebaiknya konsultasikan dengan tenaga medis untuk menyingkirkan kemungkinan reaksi alergi yang lebih serius atau kondisi kronis.

Pertanyaan Seputar Penyebab Biduran:

1. Apa penyebab biduran pada anak?

Penyebab utama biduran pada anak adalah reaksi alergi terhadap makanan, obat, infeksi virus, suhu dingin/panas, atau gigitan serangga.

2. Makanan apa yang sering memicu biduran?

Makanan yang sering memicu biduran antara lain telur, susu sapi, kacang-kacangan, seafood (udang, kepiting), dan makanan dengan pewarna atau pengawet.

3. Apa yang harus dilakukan saat anak mengalami biduran?

Hentikan paparan pemicu, kompres dingin area yang gatal, dan berikan obat sesuai anjuran dokter jika diperlukan. Segera ke dokter bila muncul sesak napas atau pembengkakan pada wajah.

Referensi

1. Hives (Urticaria) in Children. Diakses pada 31 Oktober 2024, dari <https://www.healthychildren.org/English/health-issues/conditions/skin/Pages/Hives.aspx>.
2. Hives in Children: Causes, Treatment & Pictures. Diakses pada 31 Oktober 2024, dari <https://my.clevelandclinic.org/health/symptoms/22454-hives-in-children>.
3. Urticaria, Angioedema, and Anaphylaxis | Pediatrics In Review. Diakses pada 31 Oktober 2024, dari .
4. Cold-Induced Urticaria in a Paediatric Patient: A Case Report and Literature Review - PMC. Diakses pada 31 Oktober 2024, dari <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10869163/>.
5. Patient education: Hives (urticaria) (Beyond the Basics) - UpToDate. Diakses pada 31

Oktober 2024, dari <https://www.uptodate.com/contents/hives-urticaria-beyond-the-basics>.

6. Hives (Urticaria). Diakses pada 31 Oktober 2024, dari <https://www.healthdirect.gov.au/hives>.

Bagikan sekarang