

MANIFESTASI KULIT SEBAGAI PETUNJUK DIAGNOSIS PADA PENYAKIT GANGGUAN GIZI

dr. Hartono Kosim
dr. Silvi Suhardi, SpKK

Makanan merupakan faktor penting yang tidak bisa dipisahkan dari gaya hidup pada zaman globalisasi ini. Banyak sekali tren makanan yang mengutamakan rasa dan estetik dari menunya sendiri. Namun, ingatkah anda bahwa salah satu fungsi makanan bagi tubuh adalah menyuplai vitamin sebagai asupan gizi bagi tubuh? Makronutrisi dan mikronutrisi merupakan dua pilar yang saling menyokong satu sama lain. Kekurangan atau kelebihan salah satu aspek di atas dapat menyebabkan terjadinya gangguan proses biokimia tubuh kita.

Gangguan pada nutrisi dapat memberikan berbagai macam penyakit, namun perubahan pada organ kulit seperti rambut, kuku, dan mukosa merupakan kelainan yang paling pertama muncul dan paling mudah diperhatikan pada tubuh kita. Apa saja tampilan penyakit yang dapat muncul pada pasien yang kekurangan gizi? Penyakit yang paling sering ditemukan adalah kelainan keseimbangan makronutrisi yang biasa disebabkan karena *Protein Energy Malnutrition* (PEM). PEM ini sendiri selalu dikorelasikan terhadap kurangnya pemenuhan kebutuhan protein dan energi yang diterima oleh tubuh.

Marasmus dan kwashiorkor merupakan salah satu terminologi yang paling sering menyertai pasien dengan diagnosis PEM. Penyakit PEM sendiri setidaknya menyerang 17 juta orang balita di seluruh dunia. Di Indonesia, sekitar 5,3% anak usia di bawah 5 tahun mengalami PEM.

Pasien marasmus memiliki kadar tubuh yang sangat rendah, dengan gangguan pada pertumbuhan (*stunting*), dan berat tubuh yang kurang dari 60% dari berat badan ideal yang diharapkan. Masa kanak-kanak merupakan masa yang signifikan untuk terjadinya penyakit ini. Marasmus biasa ditemukan pada anak dengan usia kurang dari 1 tahun, kulit kering tipis (gambaran seperti kulit orang tua), rambut

yang rontok (tampilan *brittle hair*), gangguan pada proses pembentukan kuku, hilangnya lemak *buccal* pada wajah, disertai dengan gambaran diare dan konstipasi. Tampilan pada pasien marasmus sering dianggap seperti gambaran orang tua bagi masyarakat awam.

Berbeda dengan marasmus, pada pasien kwashiorkor sering dikenal sebagai PEM tipe *wet*. Tipe kwashiorkor sering ditemukan pada anak usia 6 bulan hingga 5 tahun, di mana sering ditemukan dengan tampilan badan bengkak (*edema*), sering lelah, gambaran dermatitis pada kulit (tampilan "*flaking enamel paint*" atau "*cracked pavement*"), meningkatnya pigmentasi pada bagian tangan dan kaki, dan perubahan warna rambut (*red tint* menjadi *gray hair*).

Kedua tipe PEM ini tidak hanya menyerang pada anak-anak, tercatat setidaknya 25-50% orang dewasa dapat pula terkena PEM. Tampilan PEM pada orang dewasa biasa akan muncul tampilan seperti kulit kering (*xerosis*), kulit bersisik (*ichthyosis*), dan menurunnya produksi minyak dari kelenjar sebaceous. Asam lemak bebas yang menurun juga merupakan salah satu bentuk penyakit dari kekurangan makronutrisi. Tampilan seperti kulit kering (*xerosis*), *scaly erythema*, kuku rapuh (*brittle nail*), dan *traumatic purpura* bisa menjadi tampilan yang paling sering

ditemukan pada pasien.

Defisiensi mikronutrisi yang disebabkan karena minimnya kadar vitamin yang larut lemak, vitamin larut air, dan mineral, dapat memberikan tampilan kulit yang berbeda dari makronutrisi. Vitamin larut lemak merupakan tipe vitamin seperti A, D, E, dan K, yang merupakan vitamin yang banyak berpengaruh pada pembentukan mukosa pada stratum corneum, dan pembekuan darah pada anak-anak.

Defisiensi Vitamin A sering kali ditemukan dapat menyebabkan gangguan pada mata dan kulit, hal ini biasa disebabkan karena abnormalisasi keratin pada bagian mukosa. Gangguan pada mata dapat berupa gangguan penglihatan pada malam hari, *corneal xerosis*, *corneal perforation*. Hal ini berbeda dengan tampilan pada kulit yaitu, kulit kering, *dermatomalacia*, dan *xerostomia*.

Kekurangan vitamin D, E, dan K merupakan kelainan yang cukup sering ditemukan dimana kekurangan vitamin D seringkali memberikan gejala gangguan pertumbuhan tulang seperti penyakit rickets. Defisiensi vitamin E merupakan hal yang jarang terjadi, jika ini terjadi dapat menyebabkan terjadinya *spinocerebellar neurodegenerative disorder*. Defisiensi vitamin K bisa menyebabkan gangguan pada proses

pembekuan darah yang sering menyebabkan pendarahan. Tampilan defisiensi vitamin D, E, dan K jarang sekali ditemukan berupa gangguan kulit. Namun terdapat beberapa laporan yang menemukan tampilan kulit pada kelainan vitamin ini berupa alopecia dan purpura.

Water soluble vitamins merupakan kompleks varian vitamin yang terdiri dari vitamin B kompleks, vitamin C. Adapun macam-macam kekurangan vitamin dapat dibagi sebagai defisiensi vitamin B₁, B₂, B₃, B₆, B₉, B₁₂. Kekurangan vitamin B₁ biasa disebabkan karena adanya defisiensi dari thiamine. Pada tampilan pasien yang kekurangan vitamin B₁ ini akan memberikan gambaran penyakit sistemik yang dapat berupa gangguan neurologis seperti *peripheral neuropathy*, disertai dengan adanya tanda *cardiac involvement*.

Riboflavin merupakan golongan vitamin B₂ yang larut dalam air. Minimnya vitamin ini dalam tubuh sering memberikan gambaran tampilan pada kulit. Gambaran seperti eritema, *epidermal necrolysis*, *mucositis* merupakan tampilan awal pada penyakit ini, yang jika tidak diobati maka akan menyebabkan glositis dan dermatitis seboroik pada bagian genital. Vitamin B₃ (niasin) merupakan salah satu vitamin yang seringkali dihubungkan dengan gangguan kulit, dimana pada pasien yang kekurangan niasin sering ditemukan dermatitis (terasa nyeri dan sakit pada daerah yang terekspos matahari), ditemukan gambaran kelainan kulit (*Dorsum of hands "Gauntlet"*, "*Casal Necklace*", "*Gaiter of pellagra*"), diare, rasa lemas dan tidak nafsu makan.

Gangguan defisiensi pada vitamin B₆ (piridoksin) cenderung tidak memiliki manifestasi pada

kulit sebagai gejala awal, namun gambaran seperti dermatitis seboroik sering kali ditemukan pada beberapa pasien. Gambaran atrofi pada bagian *filiform papillae*, *angular cheilitis*, *mucosal dermatitis*, merupakan gambaran defisiensi dari vitamin B₉ (folat).

Di antara semua jenis vitamin, vitamin C mungkin merupakan vitamin yang paling sering dikenal oleh masyarakat. Defisiensi dari vitamin C ini akan menyebabkan terjadinya *follicular keratotic plugging*, *corkscrew hair*, *perifollicular purpura*, ekimosis pada daerah bawah, dan proses penyembuhan luka yang melambat.

Dari sekian banyak mikronutrisi, zink merupakan salah satu jenis mineral yang paling sering ditemukan mengalami defisiensi. Zink sering kali ditemukan mengalami proses gangguan absorpsi pada masyarakat, yang kemudian akan memberikan gambaran kelainan defisiensi zink berupa dermatitis (yang bersifat erosif), alopecia, diare, dan superinfeksi yang disebabkan oleh *C. albicans* dan *S. aureus*.

Gangguan nutrisi merupakan penyakit yang sering muncul karena terjadi ketidakseimbangan dalam nutrisi. Banyak nutrisi lainnya yang belum dibahas di atas, yang esensial dalam menjaga homeostasis tubuh. Pentingnya untuk mengetahui makanan yang memiliki komposisi mikronutrisi dan makronutrisi sesuai merupakan langkah yang tepat untuk mencegah penyakit.

Evaluasi pasien dari manifestasi kulit merupakan salah satu petunjuk untuk mendiagnosa. Edukasi mengenai kebiasaan konsumsi makanan merupakan salah satu kunci utama dalam menanggulangi dan mencegah penyakit karena kekurangan gizi dan vitamin. Karakteristik, lokasi lesi pada kulit, dan manifestasi klinik penyerta lainnya dapat digunakan sebagai kunci dalam penegakkan diagnosis. Demikianlah penjelasan singkat yang bisa diberikan seputar keterkaitan gizi dan penyakit kulit. Ingatlah untuk selalu memperhatikan pentingnya menggunakan pedoman gizi seimbang kemenkes RI dalam diet keseharian anda. **MD**

Daftar Pustaka ada pada redaksi



Gambaran Defisiensi Seng - Berbatas tegas, psoriasiformis, plak seperti eksem dengan erosi. (Fitzpatrick's color atlas and synopsis of clinical dermatology. New York: McGraw-Hill Medical Pub. Division.2009)



Gambaran Pellagra berbentuk "Casal Necklace" - Plakat bersisik di leher. (Fitzpatrick's color atlas and synopsis of clinical dermatology. New York: McGraw-Hill Medical Pub. Division.2009)



Gambaran Pellagra berbentuk "Casal Necklace" - Plakat bersisik di leher. (Fitzpatrick's color atlas and synopsis of clinical dermatology. New York: McGraw-Hill Medical Pub. Division.2009)