

## Mengenal Liken Simpleks Kronikus (LSK): Lesi Kulit yang Berhubungan dengan Stress

Dr. dr. IGN Darmaputra, Sp.KK (K) FINS DV, FAADV



 PKRSANGLAM  [www.sanglahhospitalbali.com](http://www.sanglahhospitalbali.com)

Liken simpleks kronikus (LSK) merupakan bentuk kronis dari neurodermatitis dengan gambaran area kulit yang kering, bersisik, dan tebal. LSK disebabkan karena penebalan lapisan kulit yang berasal dari kebiasaan menggaruk pada daerah kulit tertentu. LSK dapat berdiri sendiri sebagai suatu penyakit kulit. Akan tetapi, kebanyakan kasus LSK disebabkan karena kondisi lainnya, terutama kondisi psikologis. Adanya stresor yang dapat menjadi beban psikologis merupakan faktor pencetus utama LSK. Meskipun tidak berbahaya dan tidak menular, LSK dapat menurunkan kualitas hidup dari penderitanya.

Stresor memiliki peran yang sangat besar terhadap LSK. Stresor-stresor tersebut dapat menimbulkan dampak emosional bagi para penderita LSK, yang menyebabkan “lingkaran setan” dari LSK. Apabila emosi pasien terganggu, maka daerah kulit tertentu dapat menjadi gatal. Pasien akan menggaruk daerah yang gatal. Lesi membesar, dan gatal muncul kembali. Siklus ini akan berlangsung secara terus menerus dan sulit untuk dihentikan. Selain karena stresor, LSK juga dicetuskan karena faktor mekanik seperti pakaian yang terlalu ketat, faktor lingkungan seperti cuaca panas dan kulit kering, serta infeksi.

Gejala utama dari LSK adalah bercak pada kulit yang sangat gatal. Ukuran dari LSK bervariasi, tetapi dapat membesar apabila digaruk. Bercak akan terasa lebih gatal apabila semakin digaruk. Seiring berjalannya waktu, bercak kulit dapat membesar, menebal, muncul sensasi nyeri, bahkan infeksi bakteri sekunder akibat garukan yang dilakukan secara terus menerus.

LSK sulit untuk sembuh sendiri tanpa ada pengobatan. Pengobatan yang dapat diberikan pada LSK meliputi pengobatan secara umum dan pengobatan secara khusus. Pengobatan secara umum yang dapat dilakukan, antara lain:

- Penggunaan bahan penutup untuk mencegah garukan
- Mengurangi stres, memotong kuku, dan memakai pakaian yang longgar
- Cari tahu dan hindari pencetus dan/atau penyakit penyerta
- Gunakan pelembab

Apabila tidak menunjukkan perbaikan, dokter dapat memberikan pengobatan tambahan seperti obat-obatan untuk mengatasi gejala gatal, krim anti-radang, dan pengobatan lainnya untuk membantu menyembuhkan LSK. Jangan lupa untuk tetap melakukan konsultasi ke dokter agar dapat menentukan pengobatan yang sesuai.

#### Referensi:

1. Mortaki D, Mortakis A. Lichen simplex chronicus. In *Vulvar Disease 2019* (pp. 121-129). Springer, Cham.
2. Altunay İK, Özkur E, Ugurer E, Baltan E, Aydin Ç, Serin E. More than a skin disease: stress, depression, anxiety levels, and serum neurotrophins in lichen simplex chronicus. *Anais Brasileiros de Dermatologia*. 2022 Jan 17;96:700-5.