



## Inilah Resiko Bagi Orang Sering Ngupil

Sebelumnya sopasti menginformasikan [Sejarah Terbentuknya Upil](#). Ternyata terlalu sering ngupil juga beresiko bagi kesehatan loh sobak. Yuk simak Resiko Bagi Orang Sering Ngupil. Setiap orang pasti pernah ngupil. Kesukaan ngupil ini tergolong menyenangkan, dan ternyata hampir dilakukan oleh setiap orang tanpa melihat usia. Meski ada yang menyebut ngupil adalah kegiatan yang bermanfaat dan mengasyikkan, namun ada pula yang menyebut ngupil adalah perilaku manusia yang dinilai negatif, jorok, dan berbahaya.

Lendir pada rongga hidung yang mengering dan mengeras ini biasanya akan menyebabkan sensasi iritasi yang memunculkan rasa gatal. Sensasi itulah yang memicu orang untuk mengupil. Kebiasaan mengupil sering disebut sebagai rhinitillexomania.

Alasan seseorang ngupil ada berbagai macam. Hal ini menyangkut perilaku psikologis yang tidak disadari seperti ketika sedang bengong atau sedang memikirkan sesuatu. Sama seperti kecenderungan orang menggigit kuku atau mengisap jempol yang tanpa sadar dilakukan di tempat umum. Aktivitas mengupil terkait dengan perasaan negatif yang mengganggu pikiran seseorang sehingga tak sadar manusia melakukannya di depan umum.

## Resiko Bagi Orang Sering Ngupil



hipwee

Pada dasarnya, aktivitas membersihkan hidung atau mengupil bukanlah hal yang berbahaya bagi kesehatan. Namun, bila ini sudah menjadi kebiasaan dan sering dilakukan maka ada risiko penyakit yang akan mengikutinya. Apalagi kalau ngupil dengan menggunakan tangan yang tidak bersih, ini bisa menimbulkan efek yang tidak baik bagi kesehatan. Apa saja dampak buruk dari kebiasaan sering ngupil? Yuk, simak penjelasannya di bawah ini yang



dlansir oleh *ucnews!*

## 1. Infeksi

Infeksi di dalam lubang hidung adalah hal yang paling mungkin terjadi akibat kebiasaan sering mengupil. Sebagian besar orang mengupil dengan jarinya. Ketika jari yang dimasukkan ke dalam lubang hidung tidak bersih dan penuh bakteri, maka bakteri tersebut dapat berpindah dari jari bagian dalam hidung. Hal ini akan meningkatkan kemungkinan seseorang mengalami infeksi vestibulus - bagian atas hidung yang cukup sensitif. Folikel rambut di dalam hidung juga bisa terkena infeksi hingga muncul sejenis jerawat mini yang disebut folliculitis.

## 2. Alergi dan penumpukan lendir

Selain tak higienis, mengupil juga bisa jadi salah satu gejala alergi dan dapat mengakibatkan penumpukan lendir atau mukus di dalam hidung yang dapat mengganggu sistem pernafasan.

## 3. Perforasi septum

Perforasi septum adalah kondisi di mana sekat antara lubang hidung sebelah kanan dan kiri terbuka atau mengalami luka. Terlalu sering ngupil atau tanpa sengaja mengupil terlalu dalam bisa mengakibatkan seseorang mengalami hal ini. Biasanya perforasi septum ini akan menimbulkan mimisan serta pada kasus yang parah, perlu melakukan operasi untuk mengobatinya.

## 4. Meningitis

Kebiasaan membersihkan hidung menggunakan jari dan tidak hati-hati bisa menyebabkan meningitis. Pasalnya, jika kamu mengorek hidung terlalu dalam, maka bisa menyentuh sinus bagian dalam yang berdekatan dengan otak. Dan apabila menusuk tulang ethmoid (tulang pemisah antara hidung dan otak), maka bisa mengakibatkan cairan di otak bocor dan bisa menyebabkan meningitis.

---

### Baca Juga:

- [Sejarah Terbentuknya Upil](#)
- [Jangan Lewatkan! Tips Untuk Para Pengguna Kacamata](#)
- [Cara Cepat Menghilangkan Bau Mulut](#)



## **5. Hidung jadi pesek**

Bagi sebagian orang, hidung pesek adalah bawaan lahir yang tetap harus disyukuri. Namun sebagian yang lain bisa menjadi pesek karena dipicu oleh kebiasaan buruk yakni ngupil sembarangan. Infeksi yang terjadi saat ngupil bisa juga menyerang tulang rawan sehingga struktur hidungnya turun dan menjadi lebih pesek.

## **6. Jorok dan tidak enak dilihat**

Kebiasaan sering ngupil adalah kebiasaan yang buruk. Tidak hanya karena berdampak pada fungsi serta bentuk hidung saja, karena secara keseluruhan kebiasaan ini akan menimbulkan banyak kuman dan bakteri penyakit. Anda mungkin tidak sadar telah ngupil, kemudian tidak membiasakan diri untuk mencuci tangan dan menggunakan tangan tersebut untuk melakukan kegiatan lainnya. Padahal, dalam lubang hidung terdapat banyak sekali bakteri dan kuman yang bisa menyebabkan Anda mengalami penyakit infeksi.

Itulah Resiko Bagi Orang Sering Ngupil. Selain karena jorok dan dapat menyebabkan penyakit infeksi, kebiasaan sering ngupil juga dianggap tidak sopan, apalagi melakukannya di depan umum. Bukan tidak mungkin Anda akan menjadi bahan omongan dan objek lelucon bagi orang-orang di sekitar Anda.