



Telinga berdenging/berdengung, atau yang dikenal dengan istilah tinnitus di dunia medis, merupakan sebuah kondisi di mana pasien mengeluhkan terdengarnya suara dengungan yang terjadi secara berulang-ulang dengan intensitas dan durasi yang tidak tentu.

Hati-hati ! Meskipun bukan merupakan kondisi kesehatan yang serius, namun tinnitus seringkali menandakan adanya penyakit tertentu di dalam tubuh.

Lantas, apa yang harus dilakukan demi mengobati telinga berdengung ? Selain dengan menjalankan pengobatan dari dokter, Anda juga bisa menggunakan 5 bahan alami ini sebagai obat telinga berdengung.

## 1. Jahe

Bahan alami yang dapat digunakan sebagai [obat telinga berdengung](#) adalah jahe. Senyawa yang terkandung di dalam jahe dipercaya bermanfaat untuk melancarkan peredaran darah ke telinga, sehingga dapat meredakan rasa berdenging yang kerap menyerang.

Tertarik mencoba ? Yuk, siapkan satu ruas jahe yang dimemarkan. Setelah itu, masukkan jahe ke dalam air panas dan rebus selama 10-15 menit. Minum air rebusan secara rutin setiap hari untuk mendapatkan hasil yang optimal.

## 2. Minyak kelapa

Bahan alami selanjutnya yang dapat digunakan sebagai [obat telinga berdengung](#) adalah minyak kelapa. Hal ini tidak terlepas dari fakta bahwa minyak kelapa kaya akan kandungan antioksidan sehingga ampuh untuk mengurangi dengingan yang dirasa.

Caranya, sisihkan minyak kelapa secukupnya, lalu usapkan ke telinga dengan menggunakan cotton bud. Ingat! Jangan paksa cotton bud masuk terlalu dalam, ya! Karena hal ini justru akan memicu timbulnya iritasi pada telinga. sumber [Tanaman obat telinga berdengung](#)