



Apa yang Perlu Anda Ketahui tentang Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK)

PT EOS CONSULTANTS



Speed & Service



Apa itu PPOK...?

Penyakit Paru Obstruktif Kronik dahulu disebut dengan Penyakit Paru Obstruktif Menahun. Penyakit ini ditandai dengan adanya perlambatan aliran udara yang tidak sepenuhnya reversibel. Perlambatan Aliran udara umumnya bersifat progresif dan berkaitan dengan respons inflamasi yang abnormal terhadap partikel atau gas iritan.



Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK)



Penyakit paru obstruktif kronis atau sering disingkat **PPOK** adalah istilah yang digunakan untuk sejumlah penyakit yang menyerang paru-paru untuk jangka panjang.

Penyakit ini menghalangi aliran udara dari dalam paru-paru sehingga pengidap akan mengalami kesulitan dalam bernapas.

PPOK umumnya merupakan kombinasi dari dua penyakit pernapasan, yaitu **bronkitis kronis** dan **emfisema**.

BRONKITIS

Infeksi pada saluran udara menuju paru-paru yang menyebabkan pembengkakan dinding bronkus dan produksi cairan di saluran udara berlebihan.

EMFISEMA

Kondisi rusaknya kantung-kantung udara pada paru-paru yang terjadi secara bertahap.



Gejala Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK)



- Batuk kronik dengan/ tanpa dahak yang tidak kunjung sembuh
- Makin sering tersengal-sengal, bahkan saat melakukan aktivitas fisik yang ringan seperti memasak atau mengenakan pakaian
- Mengi atau sesak napas disertai bunyi



- Lemas (Kehilangan kemampuan/ produktivitas)



- Rasa berat di dada



- Penurunan berat badan



Faktor Risiko Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK)

Sejumlah faktor risiko yang dapat meningkatkan risiko seseorang untuk mengidap PPOK meliputi:



Rokok

Pajanan asap rokok pada perokok aktif maupun pasif merupakan faktor utama penyebab PPOK serta sejumlah penyakit pernapasan lainnya. Diperkirakan, sekitar satu dari empat orang perokok aktif mengidap PPOK



Usia

PPOK akan berkembang secara perlahan selama bertahun-tahun. Gejala penyakit umumnya muncul pada pengidap yang berusia 35 hingga 40 tahun



Pajanan
Polusi
Udara

Misalnya:

- asap kendaraan bermotor, debu jalanan,
- gas buangan industri,
- briket batu bara,
- debu vulkanik gunung meletus,
- asap kebakaran hutan,
- asap obat nyamuk bakar,
- asap kayu bakar,
- asap kompor,
- polusi di tempat kerja (bahan kimia, debu/ zat iritasi, dan gas beracun)



Faktor
Keturunan

Jika memiliki anggota keluarga yang mengidap PPOK, Anda juga memiliki risiko lebih tinggi untuk terkena penyakit yang sama



SUMBER

P2PTM KEMENKES RI:

1. <http://p2ptm.kemkes.go.id/tag/kenali-penyakit-paru-obstruktif-kronik-ppok>
2. <https://www.instagram.com/p/CgeKrQlhyM4/>
3. <https://www.instagram.com/p/Cgd61RBB8Bk/>
4. <https://www.instagram.com/p/CgeYWhZhs12/>

