

NAMA : SUCI RAMADHINNA

NIM : 2110101118

-RESUME GANGGUAN SISTEM PERNAPASAN-

Gangguan pernapasan bisa disebabkan oleh berbagai hal. Ada yang bersifat ringan dan dapat sembuh dengan sendirinya, tetapi ada juga yang memerlukan penanganan dokter. Untuk mendapatkan penanganan yang tepat, ketahui apa saja gangguan pernapasan yang umum terjadi.

Sistem pernapasan meliputi saluran udara, pembuluh darah, paru-paru, dan otot-otot saluran pernapasan. Berbagai organ dan jaringan sistem pernapasan tersebut bekerja sama dalam melakukan pertukaran oksigen dan karbon dioksida dalam tubuh. Selain membantu pertukaran gas, sistem pernapasan juga menyaring, menghangatkan, dan melembapkan udara yang dihirup. Jika menghirup udara tidak sehat terus-menerus dan dalam jangka waktu lama, hal ini bisa menyebabkan gangguan pernapasan. Oleh karena itu, haruslah menjaga udara yang dihirup agar tetap bersih dan sehat.

Ada beberapa gangguan pernapasan yang umum terjadi, di antaranya :

- **Flu**, disebabkan oleh virus influenza yang menginfeksi hidung, tenggorokan, dan paru-paru. Virus penyebab gangguan respirasi ini dapat menyebar melalui udara, benda yang telah terkontaminasi, maupun kontak fisik dengan penderita flu. Flu dapat dicegah dengan melakukan beberapa langkah pencegahan, seperti mencuci tangan secara rutin, tidak menyentuh wajah, dan menjauhi keramaian.
- **Faringitis** adalah peradangan pada tenggorokan atau faring. Keluhan ini disebabkan oleh infeksi bakteri maupun virus. Faringitis dapat ditangani berdasarkan penyebabnya. Misalnya, faringitis yang disebabkan oleh bakteri dapat diobati menggunakan antibiotik.
- **Laringitis** yaitu peradangan yang terjadi pada laring atau pita suara. Keluhan ini umumnya disebabkan oleh penggunaan laring yang berlebihan, iritasi, atau infeksi. Gejala yang ditunjukkan laringitis biasanya berupa sakit tenggorokan, batuk, demam, suara serak, hingga kehilangan suara.
- **Asma** merupakan gangguan respirasi yang ditandai dengan peradangan pada saluran pernapasan. Keluhan ini membuat saluran napas mengalami penyempitan. Penyebabnya bisa karena alergi, paparan asap, polusi, hingga udara dingin. Gejala khas yang umumnya dialami penderita asma adalah mengigil, sesak napas, dada terasa sesak, dan batuk.
- **Bronkitis** terjadi ketika saluran yang membawa udara ke paru-paru atau bronkus mengalami peradangan. Akibatnya, gangguan respirasi ini menyebabkan penderitanya batuk berdahak. Selain batuk berdahak, gejala yang menyertai bronkitis adalah dada sesak, dahak berwarna kuning atau hijau, hingga demam.
- **Kanker paru-paru** merupakan salah satu jenis kanker paling berbahaya dengan angka kematian yang tinggi. Baik perokok aktif maupun pasif berisiko tinggi terkena kanker paru-paru. Oleh karena itu, untuk mencegah kanker paru-paru, Anda disarankan agar berhenti merokok dan menghindari paparan asap rokok.
- **Tuberculosis (TBC)** merupakan penyakit paru-paru yang disebabkan infeksi bakteri *Mycobacterium tuberculosis*. Selain menginfeksi paru-paru, bakteri tersebut juga menginfeksi bagian tubuh lain. Saat bakteri masuk ke dalam paru-paru, bakteri akan menyebabkan infeksi dan memicu sistem imun untuk bergerak menuju area yang terinfeksi dan segera memakan bakteri tersebut agar tidak menyebar luas. Saat sistem imun lemah, maka bakteri dapat masuk ke dalam peredaran darah dan sistem limfa untuk menginfeksi organ lain. Sistem limfa adalah suatu sistem sekunder yang berfungsi mengalirkan limfa atau getah bening di dalam tubuh. Penderita TBC, biasanya mudah lelah, berat badan turun drastis, lesu, hilang nafsu makan. Berkeringat dingin di malam hari, sulit bernapas, dan batuk berdarah.
- **Asfiksi** adalah gangguan pengangkutan dan penggunaan oksigen oleh jaringan akibat tenggelam, pneumonia, tersendak makanan keracunan CO. Dilansir Encyclopaedia Britannica (2015), asfiksi merupakan kegagalan atau proses pernapasan yang disebabkan oleh kekurangan oksigen di otak. Bahkan ketidaksadaran yang terjadi bisa menyebabkan kematian. Asfiksi bisa disebabkan oleh cedera atau terhambatnya jalur pernapasan. Langkah-langkah yang perlu dilakukan dengan cepat dan efisien

dengan Cardiopulmonary resuscitation (CPR). CPR adalah tindakan pertolongan pertama pada orang yang mengalami henti napas karena sebab-sebab tertentu. CPR untuk membangun kembali pernapasan normal.

- **Asidosis** adalah akibat peningkatan kadar asam karbonat dan asam bikarbonat dalam darah. Ada dua jenis asidosis utama, yakni asidosis respiratorik dan asidosis metabolik. Asidosis respiratorik disebabkan oleh akesresi karbon dioksida yang kuat dari paru-paru. Sementara asidosis metabolik terjadi ketika asam diproduksi dalam tubuh lebih cepat daripada yang di ekskresi oleh ginjal.
- **Adenoid** penyakit yang terjadi adanya penyempitan saluran napas karena pembengkakan kelenjar limfa dan pembengkakan di tekak (amandel). Adenoid bagian dari sistem limfati, seperti amandel yang bertugas untuk membersihkan infeksi dan menjaga keseimbangan cairan tubuh. Adenoid biasanya membesar di awal masa kecil. Infeksi pada anak-anak dapat menyebabkan pembengkakan dan peradangan kelenjar gondok dan bisa membesar permanen. Jika adenoid membesar akan menghambat pernapasan melalui hidung dan mengganggu saluran sinus.
- **Pneumonia** adalah radang paru-paru akibat infeksi bakteri *Diplococcus pneumoniae*. Paru-paru pada penderita terdapat cairan yang kental. Cairan tersebut dapat mengganggu pertukaran gas pada paru-paru. Itu menyebabkan oksigen yang diserap oleh darah menjadi kurang. Pneumonia dapat menular melalui udara saat penderita batuk dan bersin. Gejala pneumonia yakni demam, batuk berdahak, tidak enak badan, sakit pada bagian dada, dan sering kesulitan bernapas. Untuk penanganan pneumonia dengan memberikan antibiotik, obat pembuat saluran napas menjadi longgar, terapi oksigen, dan penyedotan cairan dalam paru-paru.
- **Difteri** merupakan penyumbatan faring atau laring oleh lendir akibat infeksi bakteri *Corynebacterium diphteriae*. Biasanya di saluran pernapasan atas, dan gejala yang lebih umum akibat penyebaran bakteri toksin ke seluruh tubuh. Difteri merupakan penyakit menular disebagian besar dunia hingga akhir abad ke-19. Ketika kejadian di Eropa dan Amerika Utara mulai menurun dan berkurang adanya langkah-langkah imunisasi. Gejala-gejala difteri biasanya, demam, kelelahan, kedinginan, dan sakit tenggorokan ringan.
- **Emfisema** adalah menggelembungnya paru-paru akibat perluasan alveolus berlebihan. Akibatnya permukaan yang tersedia untuk pertukaran oksigen dan karbon dioksida antara yang dihirup dan darah yang melintas paru-paru berkurang. Gejala emfisema biasanya sesak napas, batuk. Jika menderita emfisema berat akan kesulitan bernapas. Itu menyebabkan penurunan asupan oksigen.

Itulah beberapa gangguan pernapasan yang sering terjadi. Untuk mencegah terjadinya gangguan tersebut, penting untuk selalu menjaga kesehatan paru-paru dan saluran pernapasan. Beberapa hal yang bisa Anda lakukan untuk menjaga kesehatan sistem respirasi adalah mengonsumsi makanan bergizi, berolahraga secara rutin, mencukupi waktu istirahat, mengendalikan stres, mencuci tangan secara rutin, dan tentunya menghentikan kebiasaan merokok.