

Nama : Rohmah Ida Fitria
NIM : 2110101116
Kelas : B
Mata Kuliah : Kebutuhan Dasar Manusia

Macam-macam Gangguan Sistem Pernapasan

1. Flu

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.

2. Faringitis

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.

3. Laringitis

Gangguan respirasi lainnya adalah 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.

4. Asma

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 mengi, sesak napas, dada terasa sesak, dan batuk.

5. Bronkitis

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.

6. Emfisema

Emfisema adalah penyakit kronis atau jangka panjang akibat kerusakan pada alveolus, yaitu kantong udara kecil pada paru-paru. Gangguan respirasi ini lebih sering dialami oleh perokok aktif.

Penderita emfisema dapat mengalami gejala batuk kronis dan sesak napas, bahkan saat berolahraga ringan atau menaiki tangga.

7. Pneumonia

Pneumonia adalah gangguan respirasi pada paru-paru yang disebabkan oleh infeksi virus, bakteri, atau jamur. Pneumonia juga bisa disebabkan oleh virus SARS-CoV-2 yang menyebabkan COVID-19.

Gejala pneumonia cukup bervariasi. Namun, pneumonia umumnya ditandai dengan gejala, seperti batuk, demam, sesak napas, dan menggigil.

8. Kanker paru-paru

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.

Itulah beberapa gangguan respirasi 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.

9. Tuberculosis

Tuberculosis (TBC) adalah penyakit yang disebabkan oleh bakteri *Mycobacterium tuberculosis*. Bakteri ini biasanya menyerang paru-paru, namun tidak jarang pula bakteri dapat memengaruhi bagian tubuh lainnya. Bakteri *Mycobacterium tuberculosis* yang menyerang organ tubuh selain paru-paru perlu dibedakan dengan TBC biasa. Pada tuberkulosis biasa, bakteri hanya menyerang paru. Sementara itu, ketika bakteri menyerang organ tubuh lain, seperti ginjal, tulang, sendi, kelenjar getah bening, atau selaput otak, kondisi tersebut dinamakan dengan tuberkulosis ekstra paru. Jika tidak ditangani dengan baik, penyakit TBC bisa berakibat fatal. Pengobatan penyakit ini biasanya membutuhkan waktu beberapa bulan untuk melawan infeksi dan mencegah risiko terjadinya resistensi antibiotik.

10. Asfiksia

Asfiksia adalah kondisi ketika kadar oksigen di dalam tubuh berkurang. Kondisi ini bisa mengakibatkan penurunan kesadaran dan bahkan mengancam nyawa penderitanya. Asfiksia dapat disebabkan oleh berbagai hal dan umumnya bersifat darurat sehingga penanganan perlu segera dilakukan.

Saat menarik napas, oksigen dari udara akan masuk ke paru-paru melalui hidung dan mulut. Selanjutnya, oksigen masuk ke dalam pembuluh darah kecil atau kapiler dan dibawa oleh sel darah merah menuju jantung untuk disebarkan ke seluruh jaringan tubuh. Apabila proses ini terganggu, terjadilah kondisi yang disebut asfiksia.

11. Asidosis

Asidosis adalah kondisi yang terjadi ketika kadar asam di dalam tubuh sangat tinggi. Kondisi ini ditandai dengan beberapa gejala, misalnya napas pendek, linglung, atau sakit kepala.

Ada 3 mekanisme yang menyebabkan munculnya asidosis, yaitu produksi asam yang berlebihan, pengeluaran asam yang terganggu, dan proses keseimbangan asam-basa di dalam tubuh yang tidak normal. Hal-hal ini akan menyebabkan terjadinya penumpukan asam di dalam tubuh.

Ketiga mekanisme tersebut bisa disebabkan oleh adanya gangguan metabolisme asam di tubuh (asidosis metabolik) atau gangguan pada proses pertukaran oksigen dan karbon dioksida (asidosis respiratorik).

12. Difteri

Difteri adalah infeksi bakteri pada hidung dan tenggorokan. Meski tidak selalu menimbulkan gejala, penyakit ini biasanya ditandai oleh munculnya selaput abu-abu yang melapisi tenggorokan dan amandel.

Bila tidak ditangani, bakteri difteri bisa mengeluarkan racun yang dapat merusak sejumlah organ, seperti jantung, ginjal, atau otak. Difteri tergolong penyakit menular berbahaya dan berpotensi mengancam jiwa, namun bisa dicegah melalui imunisasi.

13. Adenoid

Adenoid adalah sebuah kelenjar yang berada di dalam hidung atau tenggorokan bagian atas. Kelenjar ini merupakan bagian dari sistem limfatik, seperti tonsil atau amandel, yang bertugas untuk melawan kuman penyebab infeksi dan menjaga keseimbangan cairan tubuh.

Tidak seperti amandel yang mudah dilihat saat bercermin, adenoid tidak dapat dilihat dengan mudah meski kita membuka mulut atau hidung dengan lebar. Kelenjar ini umumnya dapat terdeteksi atau dilihat ketika menjalani pemeriksaan hidung dan tenggorokan di klinik atau rumah sakit.