

Nama : Nurul Sabillah

Nim : 2110101124

Kelas : B5

MACAM-MACAM GANGGUAN RESPIRASI

Adapun beberapa gangguan pernapasan antara lain:

1. Flu

Penyakit yang umum terjadi dikalangan masyarakat adalah influenza atau lebih sering dikenal dengan sebutan flu. Gangguan pernapasan ini disebabkan oleh virus dan mudah menular. Baik melalui kontak langsung maupun cairan yang keluar dari penderita. Hidung yang dipenuhi lendir tersebut akan mengganggu sistem respirasi kita. Lakukan ini agar tak mudah terserang 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.

9. ISPA

Infeksi saluran pernapasan akut atau ISPA infeksi yang terjadi di saluran pernapasan dengan gejala batuk, pilek juga demam. Penyakit ini dapat dialami berbagai kalangan, terutama pada anak-anak dan lansia. Gangguan ini biasanya disebabkan oleh virus maupun bakteri.

Alodokter menyatakan bahwa ISPA dapat menyerang saluran napas atas maupun saluran napas bawah. Beberapa penyakit yang termasuk ke dalam ISPA adalah common cold, sinusitis, radang tenggorokan akut, laringitis akut, pneumonia, dan COVID-19.

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.

Jika Anda mengalami gejala gangguan pernapasan atau dada sesak, sebaiknya periksakan diri ke dokter agar dapat dilakukan pemeriksaan dan pengobatan yang tepat.