

GANGGUAN PERNAPASAN PADA MANUSIA

1.Asbestosis

Asbestosis adalah penyakit saluran pernapasan yang terjadi akibat menghidup serat-serat asbes sehingga membuat paru-paru terbentuk jaringan parutan yang luas.

Gejala Asbestosis adalah:

- Sering sesak napas
- Menurunnya berat badan
- Sulit menelan sesuatu
- Terjadi pembengkakan di wilayah wajah dan leher
- Batuk hingga terdapat dahak berdarah

Cara pencegahan:

- Hindari merokok
- Selalu menjaga kebersihan
- Kurangi kadar debu dan serat asbes dimanapun berada

2.Asfiksasi

Asfiksasi adalah gangguan pernapasan dalam proses penyuplaian oksigen menuju tubuh karena fungsi paru-paru dan pembuluh darah mengalami gangguan.

Gejala:

1. *Fase dispneu / sianosis asfiksia* berlangsung sekitar 4 menit, dengan gejala pernapasan terasa sulit, cepat, dan berat. Saat diraba, nadi terasa cepat dan tekanan darah meningkat.
2. *Fase konvulsi asfiksia* berlangsung selama 2 menit, dengan gejala awal terjadi kejang klonik, kejang tonik kemudian opistotonik. Lalu mulai kehilangan kesadaran, pupil dilatasi, denyut jantung lambat serta tekanan darah menurun.
3. *Fase apneu asfiksia* berlangsung selama 1 menit, gejala dapat diamati dengan adanya depresi pusat pernapasan (napas lemah), setelah itu kesadaran menurun sampai hilang dan relaksasi spingter.
4. *Fase akhir asfiksia*, ditandai dengan adanya paralisis pusat pernapasan lengkap. Denyut jantung beberapa saat masih ada kemudian napas terhenti kemudian mati.

3.Asma

Asma adalah gangguan yang terjadi akibat adanya penyumbatan pada saluran pernapasan yang disebabkan adanya alergi seperti alergi debu, bulu, rambut atau sebab lainnya. Asma didefinisikan sebagai gangguan pada selaput pipa udara yang menyalurkan udara ke paru-paru, atau adanya penyempitan penyempitan saluran pernapasan utama pada paru-paru.

Gejala asma:

- Saat bernafas akan berbunyi seperti mengik
- Nafas tersengal-sengal
- Nafas pendek
- Rasa sesak di bagian dada
- Badan terlihat letih, lesu dan kurang semangat
- Pada cuaca dingin mulai batuk-batuk
- Mudah lelah ketika beraktifitas

Cara pencegahan:

- Jaga kebersihan lingkungan
- Hindari memelihara hewan berbulu
- Lakukan olahraga secukupnya saja

4.Atalectasis

Atelectasis adalah kondisi paru-paru tidak berfungsi secara maksimal akibat bronkus terhalang sehingga membuat pembuangan karbondioksida dan proses penyerapan oksigen menjadi bermasalah

. Gejala Atelectasis:

- Demam
- Batuk
- Sulit bernapas

Cara pencegahan:

- Stop merokok
- Sering melatih pernapasan

5.Anthrakosis

Anthrakosis adalah kelainan pada alat pernapasan akibat masuknya debu tambang.

6.Asidosis

Asidosis adalah penyakit pada pernapasan akibat meningkatnya kadar asam karbonat dan asam bikarbonat dalam darah yang menyebabkan terganggunya sistem pernapasan.

7.Bronkitis

Bronkitis adalah jenis peradangan yang terjadi pada selaput lendir dari saluran bronkial. Penyebab penyakit ini karena infeksi bakteri, lingkungan kerja yang tidak sehat dan memiliki riwayat asam lambung.

Gejala bronkitis:

- Batuk berdahak
- Tubuh mudah lelah
- Flu berkepanjangan
- Sering mengalami sesak napas
- Terjadi pembengkakan di pergelangan kaki

8.Dipteri

Dipteri adalah infeksi pada saluran pernapasan yang menyerang selaput lendir bagian hidung dan tenggorokan.

Gejala dipteri:

- Tubuh demam
- Hidung berair
- Tenggorokan nyeri untuk menelan.

Cara pencegahan:

- Jaga kebersihan diri dan jaga stamina tubuh
- Beri imunisasi rutin sejak dini pada anak
- Hindari kontak langsung dengan penderita dipteri

9.Dispnea

Dispnea adalah kondisi sulit bernapas yang ditandai dengan napas pendek, akibat suplai oksigen ke jaringan tubuh lebih sedikit dari yang dibutuhkan. Dispnea dapat terjadi pada orang yang cemas (emosi tidak stabil), penderita kardiovaskuler, asma dan penyakit paru-paru.

10.Emfisema

Emfisema adalah penyakit pada paru-paru yang ditandai dengan adanya pembengkakan pada paru-paru karena pembuluh darah dimasuki udara yang terjadi karena hilangnya elastisitas alveolus.

Gejala emfisema:

- Batuk kronis
- sesak dibagian dada
- Sering lelah
- Nafsu makan berkurang

Cara Pencegahan:

- Hindari kebiasaan merokok dan hindari asap rokok

11.Faringitis

Faringitis adalah peradangan yang terjadi pada faring akibat adanya infeksi sehingga muncul rasa nyeri ketika menelan makanan atau saat kerongkongan terasa kering. Faringitis biasanya disebabkan oleh infeksi bakteri, virus dan polusi atau asap rokok.

Gejala faringitis:

- Sakit kepala
- Tubuh demam
- Sering batuk
- Nyeri di bagian otot
- Ada pembengkakan pada amandel

Cara pencegahan:

- Perbanyak istirahat
- Perbanyak minum air putih
- Hindari polusi dan asap rokok

12.Flu burung

Flu Burung adalah gangguan pernapasan akibat penularan dari unggas ke manusia. Tanda gejala virus ini dapat dilihat setelah 3 sampai dengan 7 hari terserang.

Gejala flu burung:

- Pendarahan pada hidung
- Gusi berdarah
- Gangguan pencernaan

Cara pencegahan:

- Selalu jaga kebersihan tubuh, termasuk kandang ternak sekitar lingkungan
- Masak hasil ternak unggas hingga benar-benar matang
- Beli daging unggas di tempat yang bersih

13.Hipoksia

Hipoksia adalah gangguan pernapasan akibat kondisi sindrom kekurangan oksigen pada jaringan tubuh yang terjadi karena pengaruh perbedaan ketinggian.

Gejala hipoksia:

- Batuk
- Halusinasi
- Sesak napas
- Sering bingung
- Cepat lelah
- Denyut jantung lebih cepat
- Perubahan warna kulit

Cara pencegahan

- Hindari zat-zat berbahaya
- Jaga pola makanan gizi seimbang

14.Infeksi saluran pernapasan atas (ISPA)

ISPA adalah penyakit yang menyerang sistem pernapasan bagian hidung, laring dan tenggorokan. Penyakit ISPA disebabkan oleh bakteri pneumokokus, rhinovirus dan adenovirus.

Gejala ISPA:

- Sering batuk
- Hidung tersumbat
- Demam tinggi
- Sulit bernapas
- Tenggorokan sakit
- Sering lelah

Cara pencegahan:

- Menghindari asap rokok
- Perbanyak konsumsi makanan tinggi vitamin C
- Jaga kebersihan tubuh

15. Influenza (flu)

Influenza adalah penyakit akibat infeksi akut saluran pernapasan yang ditandai dengan adanya demam, sakit otot, sakit kepala, serta pilek. Biasanya flu berlangsung selama 2 hingga 7 hari dan umumnya tidak memerlukan penanganan intensif. Influenza termasuk gangguan pernapasan yang sering menyerang sistem pernapasan manusia. Salah satu penyebab influenza karena virus RNA dari keluarga Orthomyxoviridae.

Gejala influenza:

- Sakit kepala
- Tenggorokan sakit
- Badan pegal
- Demam dan kondisi imun menurun

Cara pencegahan:

- Istirahat cukup
- Rutin olahraga
- Jaga kadar cairan dalam tubuh
- Penuhi asupan gizi dalam tubuh
- Hindari penderita flu karena flu dapat menular dengan mudah melalui penderita

16. Kanker paru-paru

Kanker Paru-Paru adalah penyakit dimana sel kanker tumbuh tak terkendali pada paru-paru. Salah satu pemicu kanker paru-paru dan kerusakan paru-paru adalah merokok.

Gejala kanker paru-paru:

- Sakit kepala
- Batuk yang terus menerus
- *Dahak berdarah*
- Suara serak
- Napas sesak
- Sering lelah
- Pembengkakan pada wajah atau leher
- Nafsu makan berkurang

Cara pencegahan:

- Hindari asap rokok
- stop merokok
- Olahraga secara teratur
- atur pola makan dan gizi seimbang

17.Laringitis

Laringitis adalah peradangan yang terjadi dibagian laring, yang disebabkan karena adanya infeksi dan terlalu banyak merokok dan minum alkohol.

Gejala laringitis:

- Sulit bernapas
- Suara serak
- Sulit berbicara

Cara pencegahan:

- Stop merokok
- Hindari debu

18.Legionnaires

Legionnaires adalah gangguan pernapasan yang disebabkan oleh bakteri legionella pneumophila.

Gejala laryngitis:

- Demam
- Diare
- Lemah
- Nyeri di persendian
- Sakit dibagian otot
- Batuk kering hingga batu darah
- sesak napas
- sakit kepala

19. Penyakit Paru Obstruktif Kronis

Obstruktif Kronis adalah penyakit paru-paru yang terjadi karena radang. Kondisi ini disebabkan karena rusaknya truktur saluran napas dan memicu gangguan pernapasan. PPOK merupakan jenis penyakit progresif, yaitu penyakit yang akan semakin buruk seiring berjalannya waktu. Faktor penyebab PPOK antarlain perokok (aktif atau pasif), polusi udara, asap kimia, dan debu dalam jangka panjang.

20. Pneumonia

Pneumonia adalah radang paru-paru yang disebabkan oleh Diplococcus Pneumoniae yang menyebabkan adanya peradangan pada alveolus yang dipenuhi dengan nanah dan lendir sehingga oksigen sulit berdifusi mencapai darah.

Gejala Pneumonia:

- Sulit bernapas
- Demam
- Sering batuk

Cara Pencegahan:

- Hindari kebiasaan merokok
- Berikan vaksin PCV
- Jaga pola hidup sehat

21. Pleuritis

Pleuritis adalah peradangan pada selaput (pleura) akibat pleura mengalami penambahan cairan intrapleura yang mengakibatkan timbulnya rasa nyeri saat bernapas.

22. Rinitis

Rinitis adalah peradangan pada rongga hidung yang menyebabkan hidung bengkak dan banyak mengeluarkan lendir.

Gejala Rinitis:

- Sering bersin
- Hidung terasa gatal, tersumbat dan sering berair
- Sensitivitas indera penciuman menurun
- Sering batuk-batuk
- Sering sakit kepala

Cara Pencegahan:

- Selalu jaga kebersihan sekitar hidung dan kebersihan lingkungan
- Hindari lingkungan dengan tingkat polusi tinggi
- Perbanyak konsumsi makanan tinggi nutrisi dan gizi

23. Rinitis

Rinitis adalah peradangan di rongga hidung akibat infeksi oleh virus, misal virus influenza. Selain itu, Rinitis juga disebabkan karena adanya reaksi alergi terhadap perubahan cuaca, serbuk sari dan debu. Biasanya penderita Rinitis ditandai dengan produksi lendir meningkat.

24. SARS (Severe Acute Respiratory Syndrome)

SARS adalah penyakit pada sistem pernapasan akibat virus Coronavirus dari ordo Coronaviridae yang menginfeksi saluran pernapasan.

Gejala SARS:

- Merasa musing
- Demam tinggi
- Batuk
- Napas sesak
- Kerap muntah

Cara Pencegahan:

- Hindari lingkungan wabah SARS
- Hindari interaksi dengan penderita SARS
- Jaga kebersihan diri
- Hindari berbagi barang-barang pribadi

25. Sinusitis

Sinusitis adalah adanya peradangan pada bagian rongga hidung (sinus paranasalis). Umumnya, penyakit ini disebabkan adanya infeksi bakteri, jamur, virus, stress, kecanduan rokok, infeksi pada gigi dan kekebalan tubuh menurun.

Gejala Sinusitis:

- Sering bersin
- Sering sakit kepala
- Hidung tersumbat
- Ingus berwarna kental berwarna putih kekuning-kuningan
- Saat bernapas muncul bau tidak sedap di hidung

Cara Pencegahan:

- Hindari kebiasaan merokok
- Jaga daya tahan tubuh
- Perbanyak konsumsi buah

26. Tonsilitis

Tonsilitis adalah peradangan pada tonsil atau amandel hingga tampak membengkak, tonsil berwarna kemerahan, terasa lunak dan timbul bintik putih di permukaannya.

Gejala Tonsilitis:

- Demam
- Sering muntah
- Nyeri otot
- Nafsu makan berkurang
- Sulit bernapas
- Tidur mendengkur

- Tenggorokan sakit
- Bau tidak sedap pada mulut

27. Tuberkulosis (TBC)

Tuberkulosis adalah infeksi akibat bakteri *Mycobacterium tuberculosis* yang penularannya dapat melalui udara. Bakteri *Mycobacterium tuberculosis* masuk dan terkumpul dalam paru-paru, lalu menyebar melalui pembuluh darah dan menginfeksi hampir seluruh organ tubuh seperti paru-paru, otak, ginjal, saluran pencernaan, tulang dan kelenjar getah bening.

Gejala TBC:

- Nafsu makan berkurang
- Cepat merasa lelah
- Tubuh menjadi demam
- Berat badan menurun drastis
- Sering batuk yang disertai dengan adanya darah