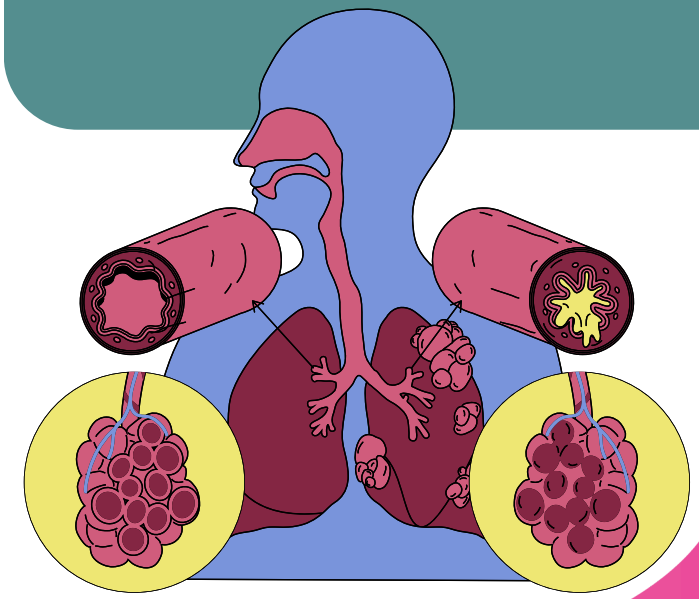
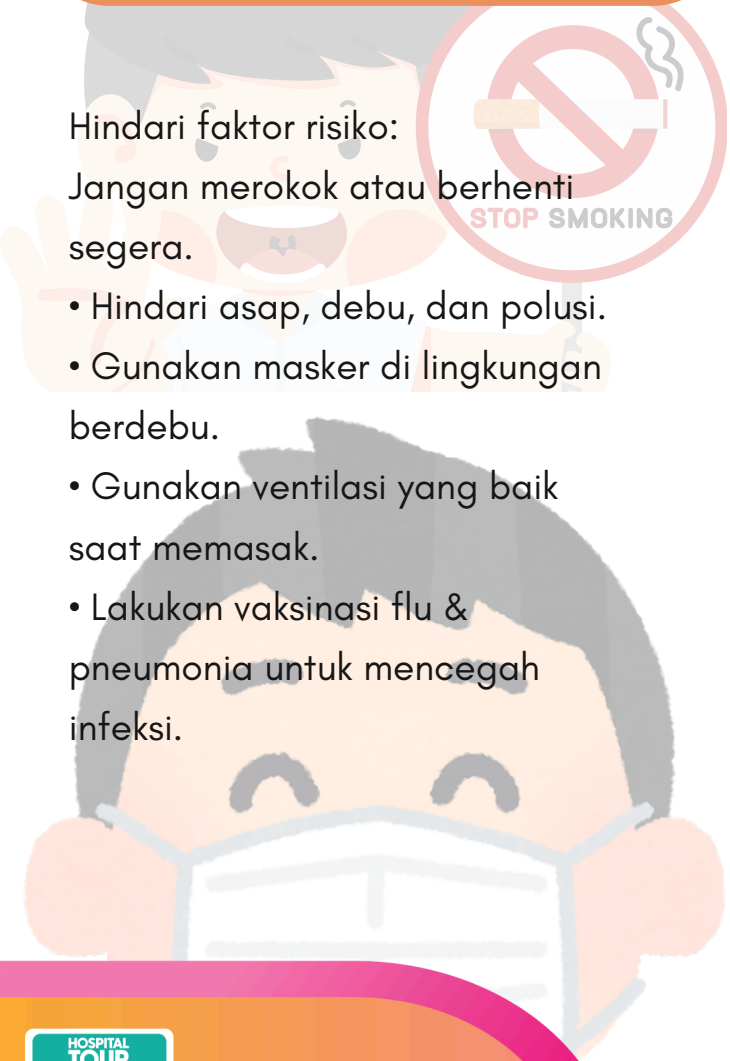
Kemenkes RS M. Djamil

PENYAKIT PARU OBSTRUKSI KRONIS



Pencegahan PPOK



Hindari faktor risiko:
Jangan merokok atau berhenti segera.

- Hindari asap, debu, dan polusi.
- Gunakan masker di lingkungan berdebu.
- Gunakan ventilasi yang baik saat memasak.
- Lakukan vaksinasi flu & pneumonia untuk mencegah infeksi.

1. Pengobatan Medis

- Obat bronkodilator untuk membuka saluran napas
- Kortikosteroid inhalasi untuk mengurangi peradangan.
- Antibiotik bila ada infeksi paru.

Oksigen terapi bagi kasus berat.

2. Hentikan Merokok!

Langkah terpenting untuk menghentikan kerusakan paru lebih lanjut.

3. Rehabilitasi Paru

Latihan pernapasan, olahraga ringan, dan edukasi pasien agar tetap aktif.

4. Nutrisi Sehat

Makan bergizi seimbang, hindari kekurangan berat badan, dan cukup cairan.

"PPOK bukan akhir segalanya. Berhenti merokok, rutin berobat, dan hidup sehat bisa membantu Anda tetap bernapas lega dan menikmati hidup."

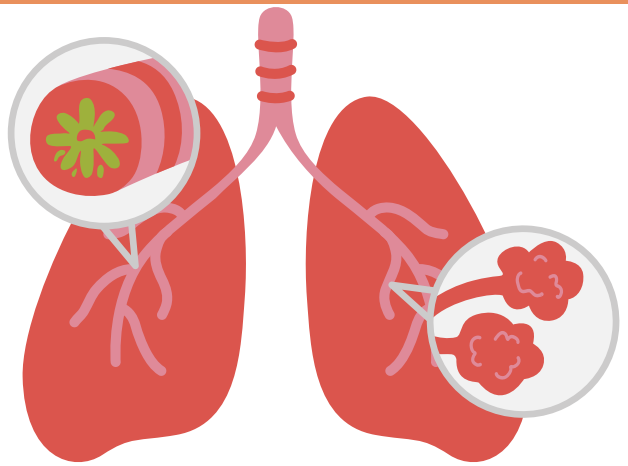
HOSPITAL TOUR

@promkes_mdjamil

#Kepuasan Anda Adalah Kepedulian Kami

PPOK

Penyakit paru jangka panjang yang menyebabkan hambatan aliran udara dari paru-paru karena kerusakan saluran napas dan jaringan paru.



PPOK tidak bisa disembuhkan, tapi bisa dikendalikan agar penderitanya tetap aktif dan produktif.

Penyebab utama

- **Merokok aktif maupun pasif (penyebab paling sering).**

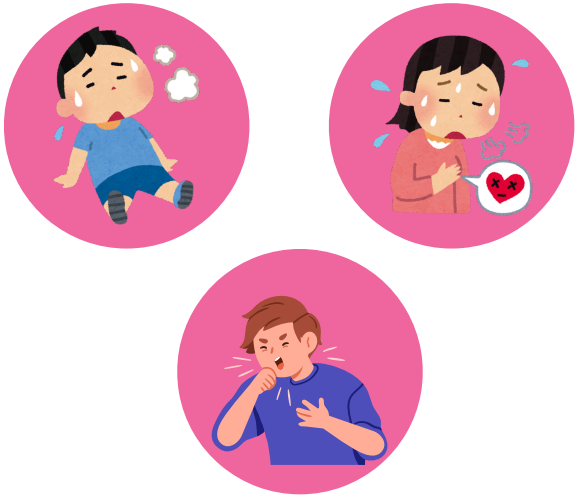


Penyebab lainnya

Terpapar asap dapur (kayu bakar, arang) dalam waktu lama.

- **Polusi udara, debu, atau bahan kimia di tempat kerja.**
- **Infeksi paru berulang.**
- **Faktor genetik**

GEJALA KLINIS:



- **Batuk kronis (menahun) dengan atau tanpa dahak.**
- **Sesak napas saat aktivitas ringan.**
- **Dahak sulit keluar.**
- **Cepat lelah.**
- **Bunyi napas "ngik-ngik"**

HOSPITAL TOUR

@promkes_mdjamil

#Kepuasan Anda Adalah Kepedulian Kami