

Segera ke dokter jika:

- Sesak makin berat
- Tidak bisa bicara karena napas pendek
- Bibir atau ujung jari kebiruan
- Obat pereda tidak membantu

Tujuan utama pengobatan

Obat Pengendali (Controller)
Digunakan setiap hari untuk mencegah serangan.

- Obat Pereda (Reliever)
Digunakan saat serangan terjadi.



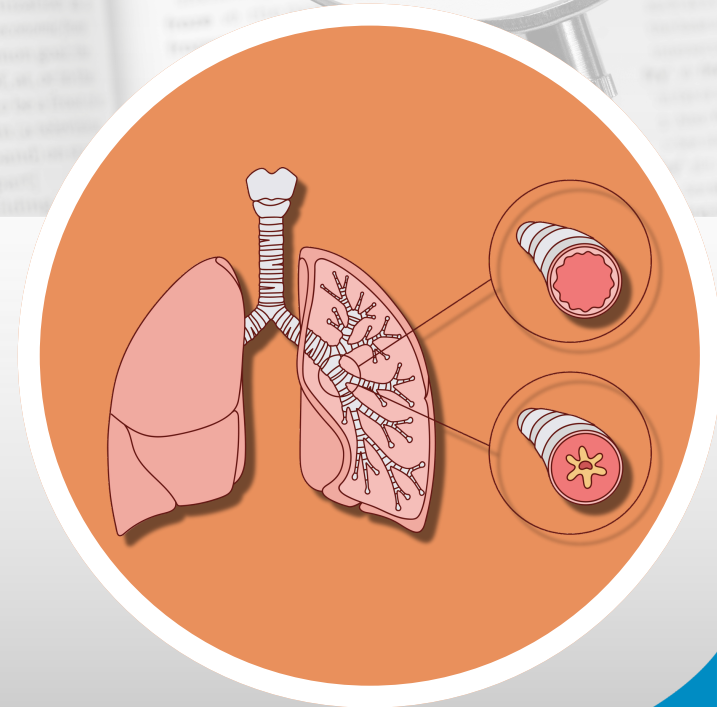
Tips Hidup Sehat untuk Penderita Asma

- Makan bergizi seimbang
- Tidur cukup
- Hindari asap dan polusi
- Rajin berolahraga ringan
- Rutin kontrol ke dokter

"Dengan pengobatan yang teratur dan gaya hidup sehat, asma bisa dikontrol."

WASPADA !!

ASMA BRONKIAL



HOSPITAL
TOUR

@promkes_mdjamil

#Kepuasan Anda Adalah
Kepedulian Kami

ASMA BRONKIAL

Penyakit pernapasan kronis akibat peradangan dan penyempitan saluran napas

GEJALA

- Sesak napas atau dada terasa berat
- Napas berbunyi "ngik-ngik"
- Batuk yang tidak kunjung sembuh, terutama malam atau dini hari
- Mudah lelah saat aktivitas
- Sulit bicara karena sesak

FAKTOR RESIKO



- Debu, asap rokok, polusi udara
Udara dingin atau perubahan cuaca mendadak
 - Bulu hewan, serbuk bunga (debu serbuk sari)
 - Infeksi saluran napas (pilek, flu)
 - Stres emosional atau olahraga berlebihan
- Riwayat keluarga dengan asma atau alergi

Langkah mudah kendalikan Asma

- Gunakan obat sesuai anjuran dokter
- Hindari pencetus
- Rutin kontrol kesehatan
- Rajin olahraga ringan
- Gunakan masker di area berdebu

HOSPITAL
TOUR

@promkes_mdjamil

#Kepuasan Anda Adalah
Kepedulian Kami