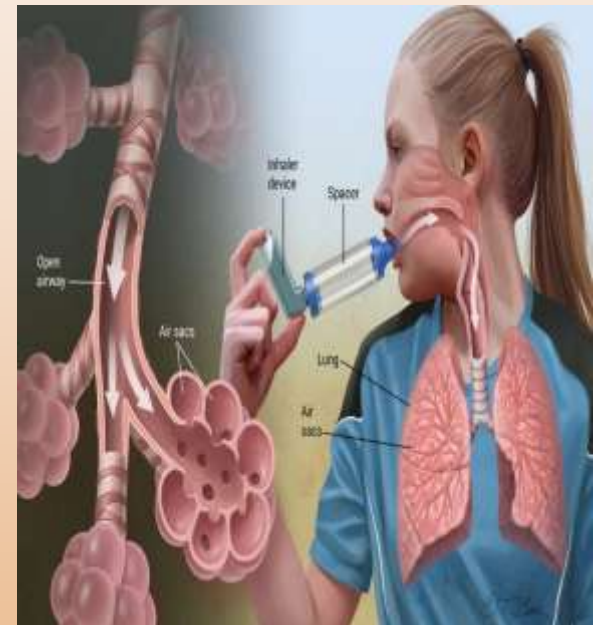


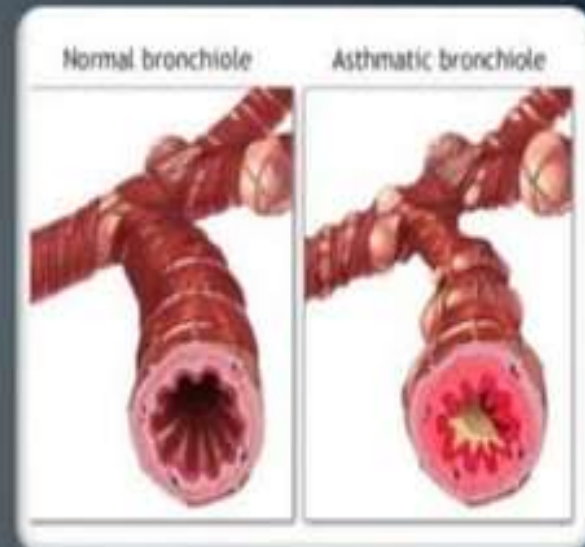
MANAGEMENT ASMA

Oleh :
Cecilya Kustanti, S.Kep, Ns., M.Kes



Pengertian

- **Penyakit Asma (Asthma)** adalah suatu penyakit kronik (menahun) yang menyerang saluran pernafasan (bronchiale) pada paru dimana terdapat peradangan (inflamasi) dinding rongga bronchiale sehingga mengakibatkan penyempitan saluran nafas yang akhirnya seseorang mengalami sesak nafas.



- Pada suatu serangan asma, otot polos dari bronki mengalami kejang dan jaringan yang melapisi saluran udara mengalami pembengkakan karena adanya peradangan dan pelepasan lendir ke dalam saluran udara. Hal ini akan memperkecil diameter dari saluran udara (disebut bronkokonstriksi) dan penyempitan ini menyebabkan penderita harus berusaha sekuat tenaga supaya dapat bernafas.

Penyebab

- Penderita asma saluran pernapasannya memiliki sifat yang khas yaitu sangat peka terhadap berbagai *rangsangan* (***bronchial hyperreactivity = hipereaktivitas saluran napas***)

Penyebab

- Serbuk sari
- Makanan
- Tekanan jiwa
- Bau/aroma menyengat (parfum)
- Udara dingin
- Hewan berbulu
- Tungau
- Polusi udara (debu, asap, zat kimia, asap rokok)
- Aktivitas berlebihan

OBAT-OBATAN YANG DAPAT MENYEBABKAN ASMA

- Obat inhibitor Prostaglandin (NSAID)
- Obat-obat antagonis simpatis yg β_1 (antagonis reseptor beta1, adrenergik), ex: obat hipertensi, obat jantung (propanolol)
- Zat-zat hasil industri
ex: obat anti serangga.

BAGAIMANA GEJALANYA??



Penderita tampak bernafas
cepat dan dalam

Gelisah

serta otot-otot bantu
pernafasan bekerja dengan
keras

TANDA DAN GEJALA PENYAKIT ASMA

- Pernafasan berbunyi (wheezing/ mengi/ bengek) terutama saat mengeluarkan nafas (exhalation). Tidak semua penderita asma memiliki pernafasan yang berbunyi, dan tidak semua orang yang nafasnya terdengar wheezing adalah penderita asma
- Adanya sesak nafas sebagai akibat penyempitan saluran bronki (bronchiale).

TANDA DAN GEJALA PENYAKIT ASMA

- Batuk berkepanjangan di waktu malam hari atau cuaca dingin.
- Adanya keluhan penderita yang merasakan dada sempit.
- Serangan asma yang hebat menyebabkan penderita tidak dapat berbicara karena kesulitannya dalam mengatur pernafasan.

Apa yang harus dilakukan???



Pelayanan Kesehatan



- Puskesmas
- Klinik
- Rumah sakit



Apakah sebelum di bawa ke pelayanan Kesehatan ,kaka jika serangan Asma ada di rumah dapat di lakukan tindakan untuk mengurangi serangan Asma di rumah.....?????



Penanganan Asma



Pencegahan dan pengendalian
factor pencetus serangan



Obat saat serangan dan jangka
panjang



Meningkatkan kebugaran fisik
dengan berolahraga

OBAT OBAT ASMA

- **Obat pelega napas (Reliever)**
- **Obat pengontrol asma (Controller)**

Perbedaan obat pengontrol dengan pelega

Gejala akut asma:
sesak napas, mengi, batuk



Obat Pelega

- dipakai hanya pada saat serangan
- berfungsi melebarkan saluran napas
- pemakaian yang sering → asma tidak terkontrol

Penyebab dasar asma:
peradangan



Obat Pengontrol

- ◆ dipakai rutin setiap hari
- ◆ berfungsi mengatasi peradangan (mengendalikan asma), mencegah/ mengurangi frekuensi dan berat serangan

BEBERAPA OBAT TERAPI JANGKA PANJANG

Antara lain :

- Kortikosteroid inhalasi : merupakan obat paling efektif
- Beta-2 agonis : aksi panjang
- Metil ksantin (teofilin) : mengatasi gejala asma pada malam hari (gejala *nocturnal*)
- Kromolin dan Nedokromil : sebagai anti inflamasi

TERAPI JANGKA PENDEK

Untuk jangka pendek, berupa obat-obat bronkodilator. Seperti :

- Salbutamol
- Terbutalin
- Ipratropium
- kortikosteroid oral



Untuk jangka panjang dan pendek, dapat digunakan obat-obat sistemik, seperti :

- Prednisolon
- Prednison
- Metilprednisolon

MENINGKATKAN KEBUGARAN JASMANI

Olahraga yang dianjurkan → intensitas rendah dan sedang :

- Renang
- Bersepeda
- Senam Asma



Berenang

- ☐ **Menguatkan otot napas**



Bersepeda

- ☐ **Membantu menyeimbangkan pertukaran oksigen dan karbondioksida**

SENAM ASMA

- ☐ **Melatih bernapas yg benar**
- ☐ **Melatih otot pernapasan**
- ☐ **Melatih ekspektorasi**
- ☐ **Meringankan gejala**
- ☐ **Mengurangi frekuensi serangan**
- ☐ **Mengurangi pemakaian obat**



Untuk perawatan penderita dirumah perlu dilakukan hal-hal sebagai berikut:

- Upayakan penderita bertempat dikamar yang sirkulasi/ pertukaran udara/nya baik
- Upayakan penderita menghindari sesuatu yang mungkin menjadi pencetus serangan asthma
- Upayakan penderita menghindari minuman yang mengandung alcohol, kopi dan goreng-gorengan yang mengandung banyak lemak
- Upayakan penderita untuk melatih pernafasan semampunya, minimal tiap pagi dan sore
- Upayakan penderita berjemur diri pada pagi hari dan mandi dengan air hangat
- Berilah minum yang banyak bila penderita merasa haus
- Bila cuaca dingin kenakan baju tebal dan hangat, bila perlu kompres dengan botol berisi air panas, terutama pada bagian dada dan punggungnya
- Penderita agar menghindari tekanan emosi dan lelah yang tidak perlu, tetap tenang dan jangan mengungkapkan perasaan berlebihan
- Upayakan penderita menghindari merokok
- Pada waktu terjadi serangan yang lama penghirupan uap air biasanya akan menolong meringankan penderita

Selamat belajar