

PENYAKIT SISTEM PENCERNAAN



apt. S.Ch Ari Widiastuti, S.Si.,M.Pharm

6 penyakit umum pencernaan



1. Batu empedu
2. Diare
3. Maag
4. Radang Usus buntu
5. Sembelit
6. Ambeien

1. Batu Empedu

Karena letak lambung dan kantong empedu berdekatan, berada di ulu hati, shg bila salah satu organ ini mengalami peradangan, rasanya hampir sama seperti penyakit maag
batu empedu mrpk partikel keras yang berkembang di kantong empedu/saluran empedu

Faktor resiko : 4F

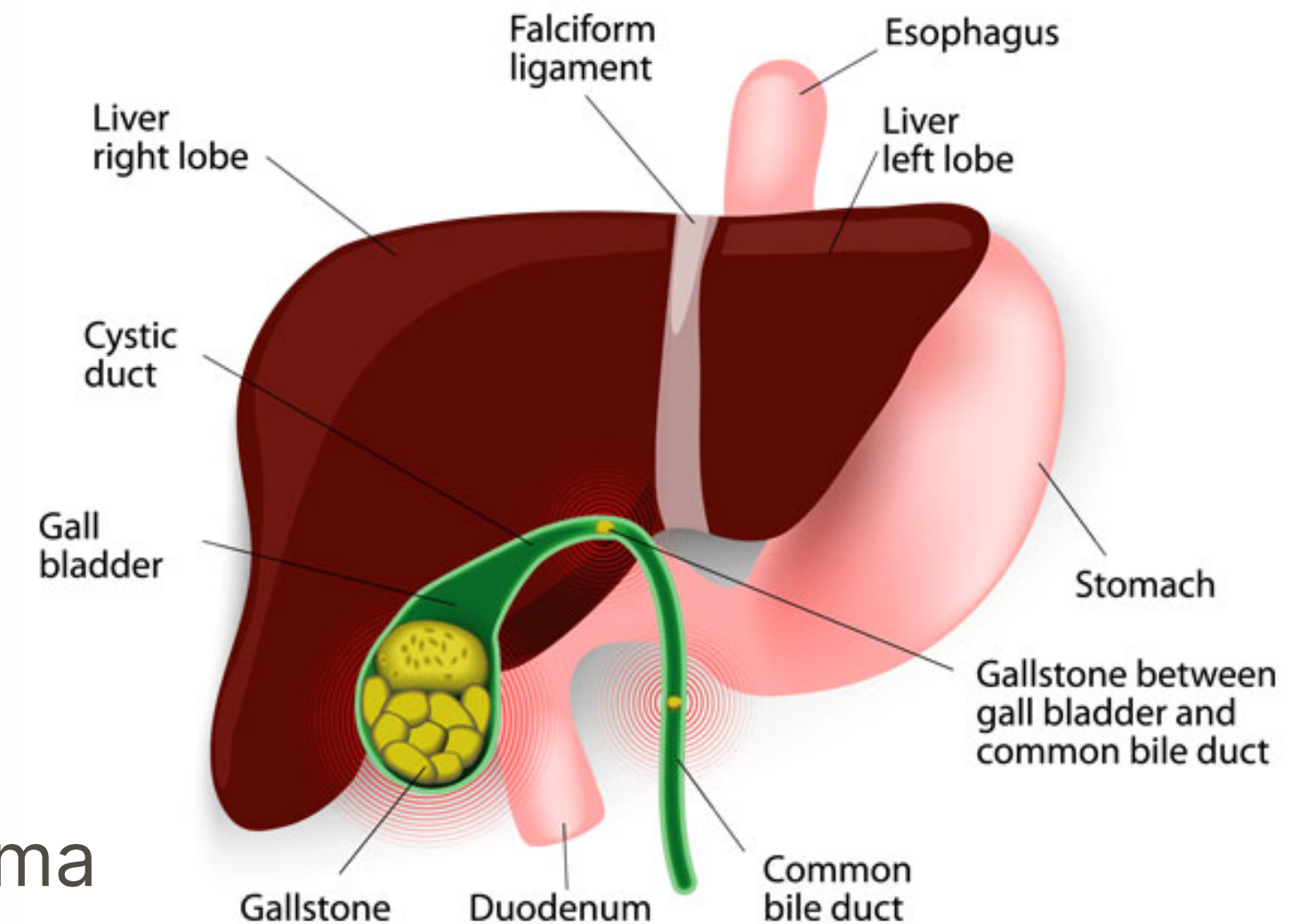
Fat (gemuk) , Forty (umur)

Female (wanita), family(Genetik)

Penyebab : batu kolesterol yang timbul karena pola makan tinggi lemak dan gaya hidup

Pengobatan :

- 1.tidak bergejala : batu empedu akan keluar bersama urine
- 2.tindakan medis : dilakukan pembedahan
- 3.dengan diberikan pengobatan **ursodeoxycholic acid** sebagai peluruh batu empedu



2. DIARE

Diare merupakan penyakit yang membuat penderitanya sering buang air besar dengan kondisi tinja encer atau cair, akibat mengonsumsi makanan dan minuman yang terkontaminasi virus, bakteri, atau parasit.

Gejala :

Perut mulas

Buang air besar cair (tinja encer) atau bahkan berdarah

Sulit menahan buang air besar

Pusing, lemas, dan kulit terasa kering

Pengobatan utama diare adalah mencegah dehidrasi dengan minum cairan elektrolit, untuk mengganti cairan tubuh yang hilang akibat diare. konsumsi makanan

lunak, suplemen probiotik, dan obat anti diare

Pada kondisi yang lebih serius, dokter akan memberikan **obat-obatan**, seperti :

Obat antibiotik (Sanprima)

Obat pereda nyeri (neuralgin)

Obat yang dapat memperlambat gerakan usus

Pencegahan yang harus dilakukan :

1. PHBS
2. Menjaga kebersihan makan dan minuman
3. Sedia obat-obatan diare



3. SAKIT MAAG

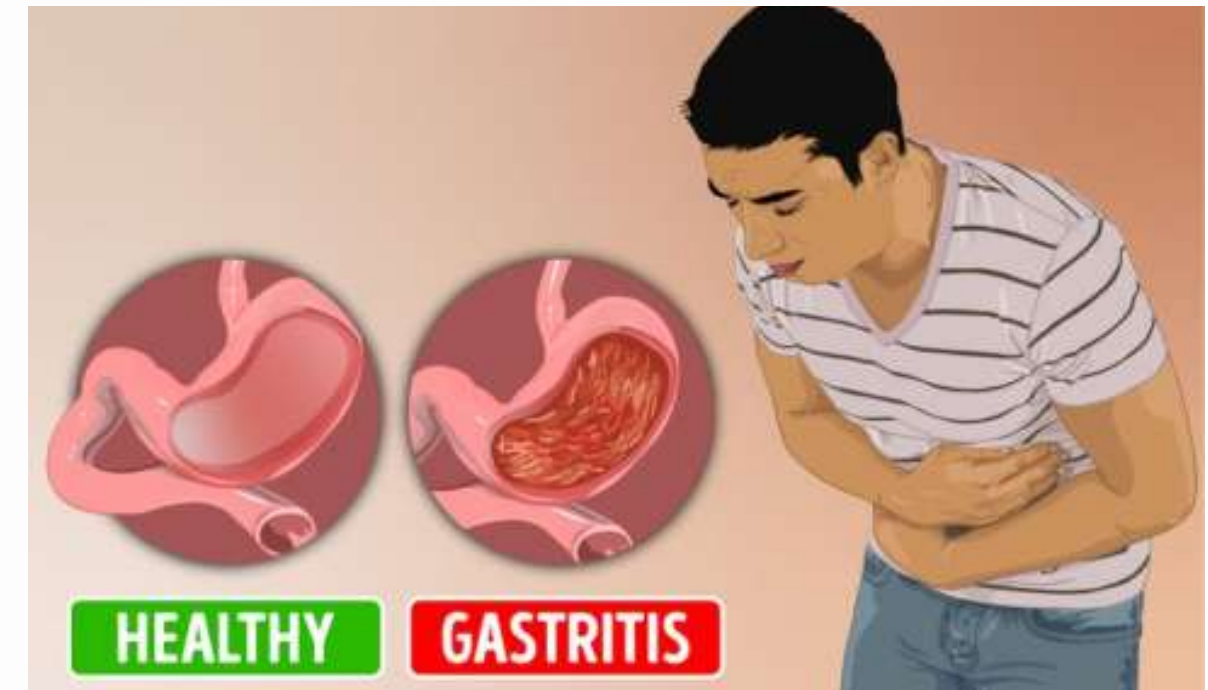
Sakit maag atau dispepsia adalah rasa nyeri dan tidak nyaman pada lambung akibat sejumlah kondisi. Kondisi ini bukan suatu penyakit, melainkan gejala dari penyakit. Meski terbilang mudah untuk disembuhkan, akan tetapi maag juga bisa menjadi parah

Proses terjadinya sakit maag

Setiap makanan yang kamu konsumsi akan masuk ke lambung dan dicerna secara kimiawi. Proses pencernaan ini dibantu oleh enzim pepsin dan renin yang bercampur dengan asam lambung (HCl). Jika terjadi gangguan, mukosa akan rusak dan menimbulkan rasa sakit atau nyeri. bila gangguan ini terus-menerus terjadi, asam lambung akan memecah mukosa dan menyebabkan iritasi dan peradangan. Kondisi inilah yang mengakibatkan sakit maag. Rasa nyeri karena maag akut disebabkan oleh asam lambung yang bersentuhan dengan lapisan mukosa. Akibatnya, ujung-ujung saraf menjadi lebih peka oleh rasa nyeri.

Faktor resiko :

- Adanya masalah emosional, seperti kecemasan atau depresi.
- Infeksi bakteri *Helicobacter pylori*.
- Efek samping penggunaan obat antiinflamasi non-steroid.
- Terlalu banyak makan.
- Kelebihan berat badan.
- Makan terlalu cepat.
- Mengonsumsi makanan berminyak, berlemak dan pedas.
- Terlalu banyak mengonsumsi minuman berkafein dan soda.
- Mengonsumsi coklat berlebihan.



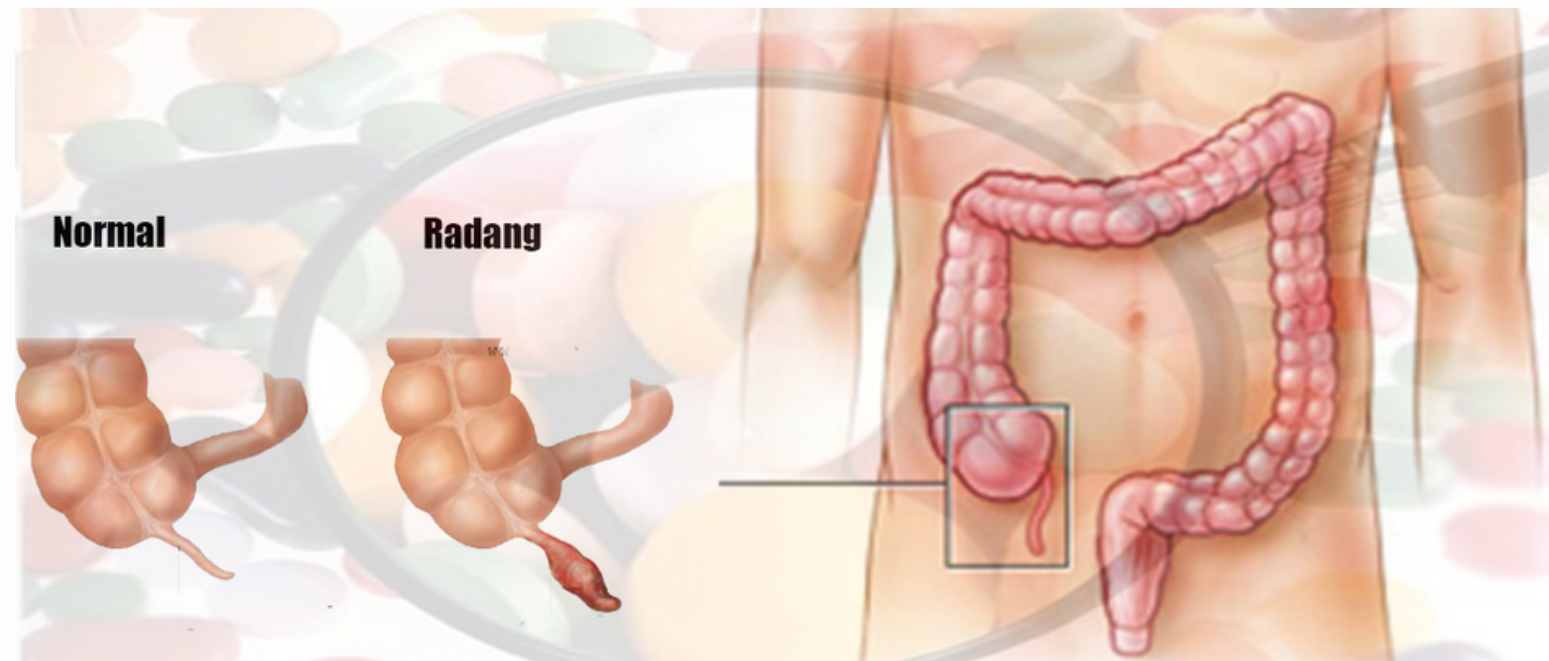
Pengobatan :

1. obat golongan antasida, antagonis reseptor H-2, dan inhibitor pompa proton (PPI).
2. Perbaiki pola makan dan gaya hidup
3. Mengurangi minuman bersoda dan alkohol
4. Tidur yang cukup dan Berolah raga secara teratur

Pencegahan :

Makanlah dalam porsi kecil dan secara perlahan. Hindari makanan yang mengandung banyak asam. Bila sakit maag dipicu oleh stres, carilah metode baru untuk mengelola stres seperti bermeditasi. Jangan berolahraga dengan perut penuh. Kurangi konsumsi alkohol. Jangan berbaring tepat setelah makan.

4. RADANG USUS BUNTU



Apendisitis adalah peradangan dari apendiks vermiformis, dan merupakan penyebab abdomen akut yang paling sering. Penyakit ini dapat mengenai semua umur baik laki-laki maupun perempuan, tetapi lebih sering menyerang laki-laki berusia antara 10-30 tahun.

Apendisitis dikarenakan adanya infeksi virus gastrointestinal, atau mungkin karena jenis pembengkakan lainnya.

Pengobatan:

1. Operasi
2. Antibiotik

Pencegahan:

1. Jangan menahan gas yang akan keluar dari tubuh
2. Hindari minuman ber-alkohol dan mengandung gas (soda)
3. Diet tinggi serat akan sangat membantu melancarkan aliran pergerakan makanan dalam saluran cerna sehingga tidak tertumpuk lama dan mengeras.
4. Minum air putih minimal 8 gelas sehari dan
5. tidak menunda buang air besar juga akan membantu
6. kelancaran pergerakan saluran cerna secara
7. keseluruhan.

Gejala yang dirasakan :

1. Nyeri gatal yang dimulai dari sekitar perut dan sering menjalar ke perut bagian kanan bawah
2. Nyeri yang menjadi tajam dalam beberapa jam
3. Rasa kebal ketika anda menekan perut bagian kanan bawah
4. Nyeri yang tajam pada perut bagian kanan bawah yang terjadi ketika area di tekan dan kemudian tekanan tersebut dilepas dengan cepat. Nyeri yang memburuk ketika anda batuk, berjalan atau membuat gerakan bergetar
5. Mual muntah dan hilang nafsu makan
6. Demam ringan, konstipasi, sulit buang angin
7. Diare dan bengkak pada daerah perut

5. SEMBELIT

Frekuensi buang air besar pada masing-masing individu sehat mungkin bervariasi, normalnya berkisar tiga kali sehari sampai dengan tiga kali seminggu. Adanya penurunan abnormal pada frekuensi buang air besar dengan disertai/tanpa rasa nyeri selama mengejan disebut sebagai konstipasi atau sembelit. Feses dengan konsistensi keras dapat menimbulkan kesulitan defekasi (buang air besar).

PENYEBAB TERJADINYA KONSTIPASI

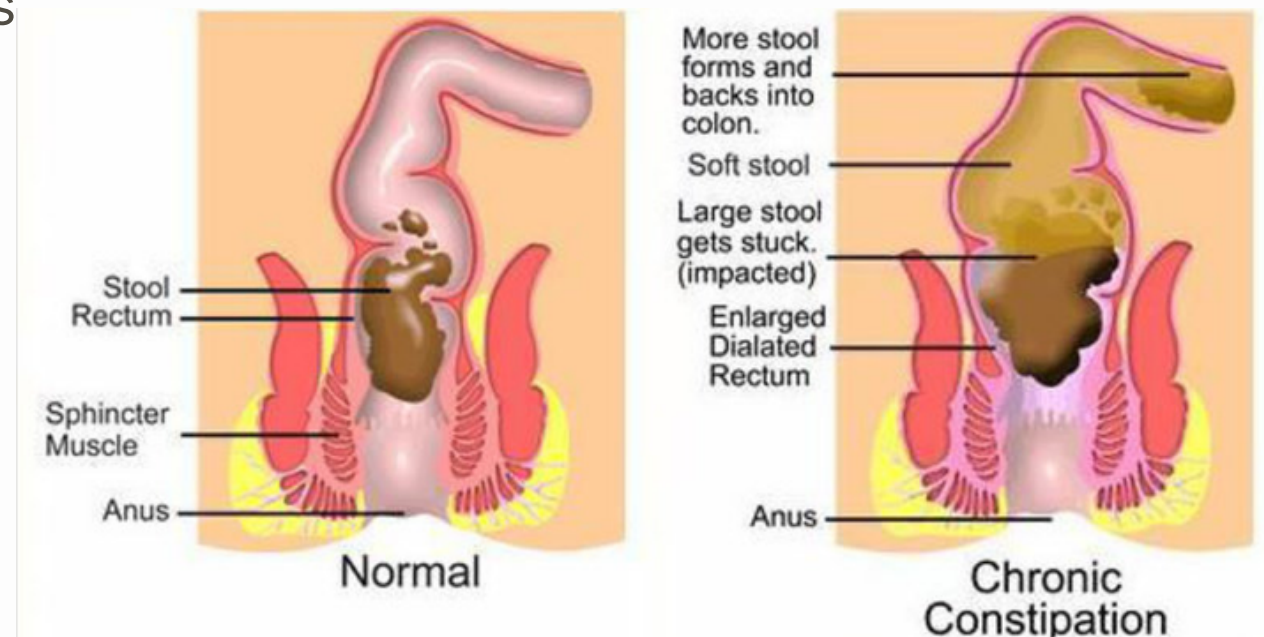
Ketika makanan masuk ke dalam saluran pencernaan, tubuh akan mengambil nutrisi atau zat-zat gizi dan air dari makanan tersebut. Sisa atau ampas dari makanan tersebut selanjutnya dikeluarkan melalui usus halus lewat kontraksi usus. Kurangnya mengonsumsi cairan, kurangnya beraktivitas, tidak cukupnya makan makanan berserat, konsumsi obat-obatan tertentu, tidak menyegerakan ke kamar mandi saat ingin buang air besar dan secara teratur menggunakan laksatif atau obat pencahar akan dapat mengakibatkan terjadinya gangguan pencernaan yang pada akhirnya menyebabkan timbulnya konstipasi.

CARA PENANGANAN KONSTIPASI

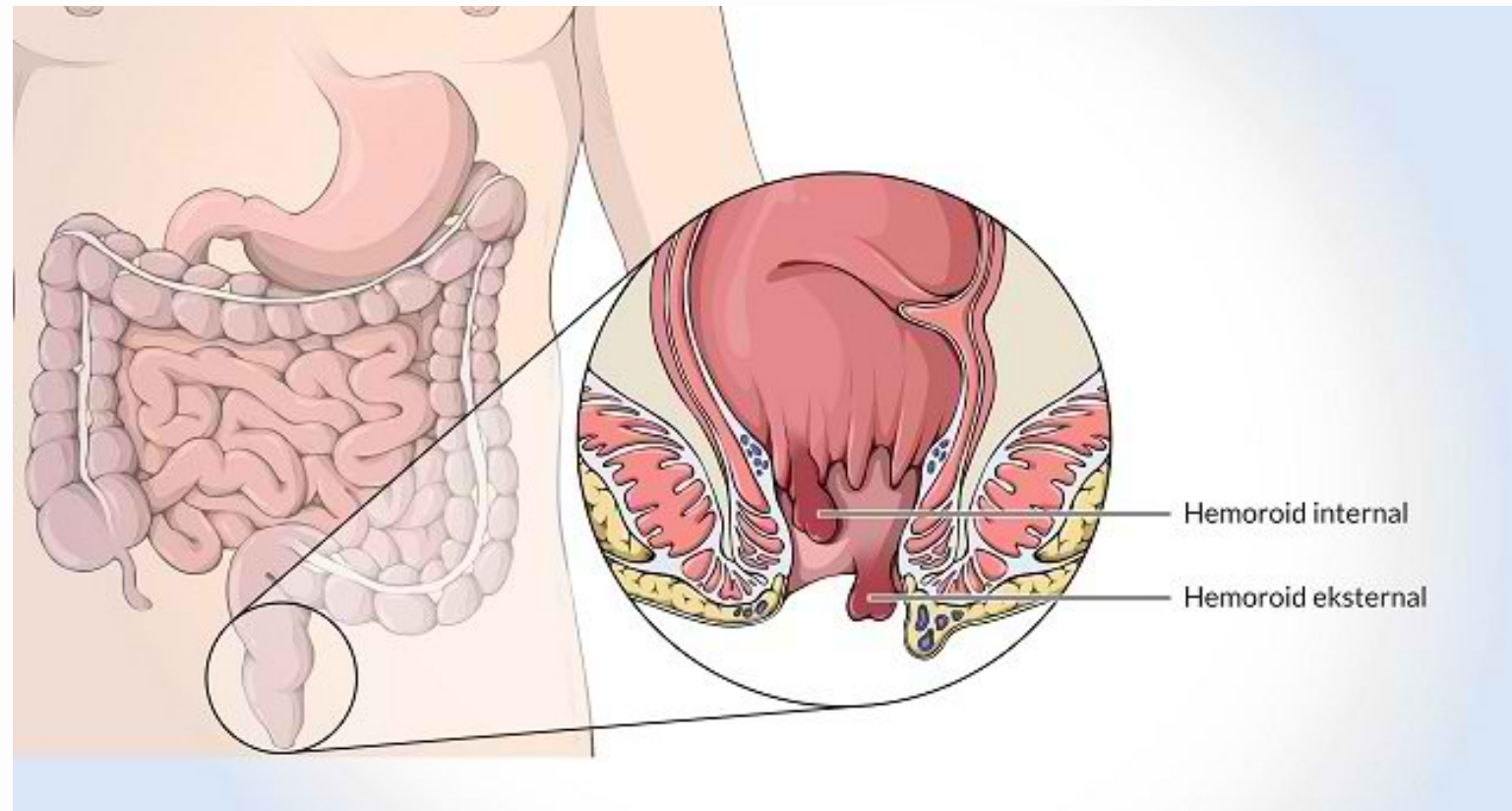
Makan makanan dengan cukup kandungan serat dan minum cukup banyak cairan adalah kunci dalam penanganan konstipasi. Dengan minum cukup air dan makanan berserat akan membantu pergerakan feses dan membuat feses menjadi lebih lunak. Peningkatan aktifitas fisik juga akan membantu dalam mengatasi konstipasi.

PENCEGAHAN dan PENGOBATAN KONSTIPASI

- Jangan mengabaikan atau menahan keinginan anda untuk buang air besar.
- Makanlah lebih banyak makanan berserat seperti sayur-sayuran dan buah-buahan.
- Minumlah cukup banyak air, kira-kira 8 gelas setiap hari.
- Jangan mengonsumsi obat pencahar (laksatif) terlalu sering. Penggunaan laksatif secara berlebihan bisa merusak tinja dan bisa membuat konstipasi yang terjadi bertambah parah.
- Sering berolahraga atau beraktifitas.
- Batasi makanan yang tinggi lemak dan gula (seperti makanan yang manis-manis, keju, dan makanan olahan). Makanan-makanan tersebut dapat menimbulkan konstipasi.



6. AMBEIN (WASIR)



Ambeien atau yang juga disebut dengan wasir adalah kondisi saat terjadi pembengkakan pembuluh darah di anus dan rektum bagian bawah, mirip dengan varises

Obat-obatan yang ada di pelayanan kesehatan adalah yang mengandung bahan-bahan seperti witch hazel, atau hidrokortison dan lidokain, yang dapat meredakan rasa sakit dan gatal untuk sementara.

Pengobatan Rumahan

Jika gejala wasir belum terlalu parah, bisa meredakan rasa sakit ringan, pembengkakan, dan peradangan dengan perawatan di rumah, seperti:

- Makan Makanan Berserat Tinggi.
- Makan lebih banyak buah, sayuran, dan biji-bijian.
- Gunakan Perawatan Topikal.
- Oleskan krim ambeien yang dijual bebas atau supositoria yang mengandung hidrokortison, atau gunakan pembalut yang mengandung witch hazel atau obat mati rasa.
- Berendam.
- Pengidapnya bisa berendam secara teratur dalam bak mandi air hangat. Rendam area anus dalam air hangat biasa selama 10 hingga 15 menit dua hingga tiga kali sehari.
- Minum Obat Pereda Nyeri. dapat menggunakan acetaminophen, aspirin atau ibuprofen sementara untuk membantu meringankan ketidaknyamanan.

THANK
YOU