



Memahami Gangguan Nyeri dan Demam

Nyeri dan demam adalah gejala umum yang sering dialami. Memahami penyebab dan cara mengatasinya penting untuk kesehatan. Mari kita pelajari lebih lanjut tentang gangguan ini.



by Ari widiastuti

Gejala Nyeri

1 Sensasi Tidak Nyaman
Rasa sakit yang tajam, tumpul, atau berdenyut di bagian tubuh tertentu.

2 Keterbatasan Gerak
Kesulitan menggerakkan bagian tubuh yang sakit karena rasa nyeri yang intens.

3 Perubahan Mood
Rasa cemas, mudah marah, atau depresi akibat nyeri yang berkepanjangan.

Penyebab Nyeri

Cedera Fisik

Luka, memar, atau patah tulang dapat menyebabkan nyeri akut.

Inflamasi

Peradangan jaringan akibat infeksi atau penyakit autoimun menimbulkan nyeri.

Gangguan Saraf

Kerusakan atau iritasi saraf dapat menyebabkan nyeri kronis.

Penyebab Demam



Infeksi Virus

Flu, COVID-19, atau infeksi virus lainnya sering menyebabkan demam.



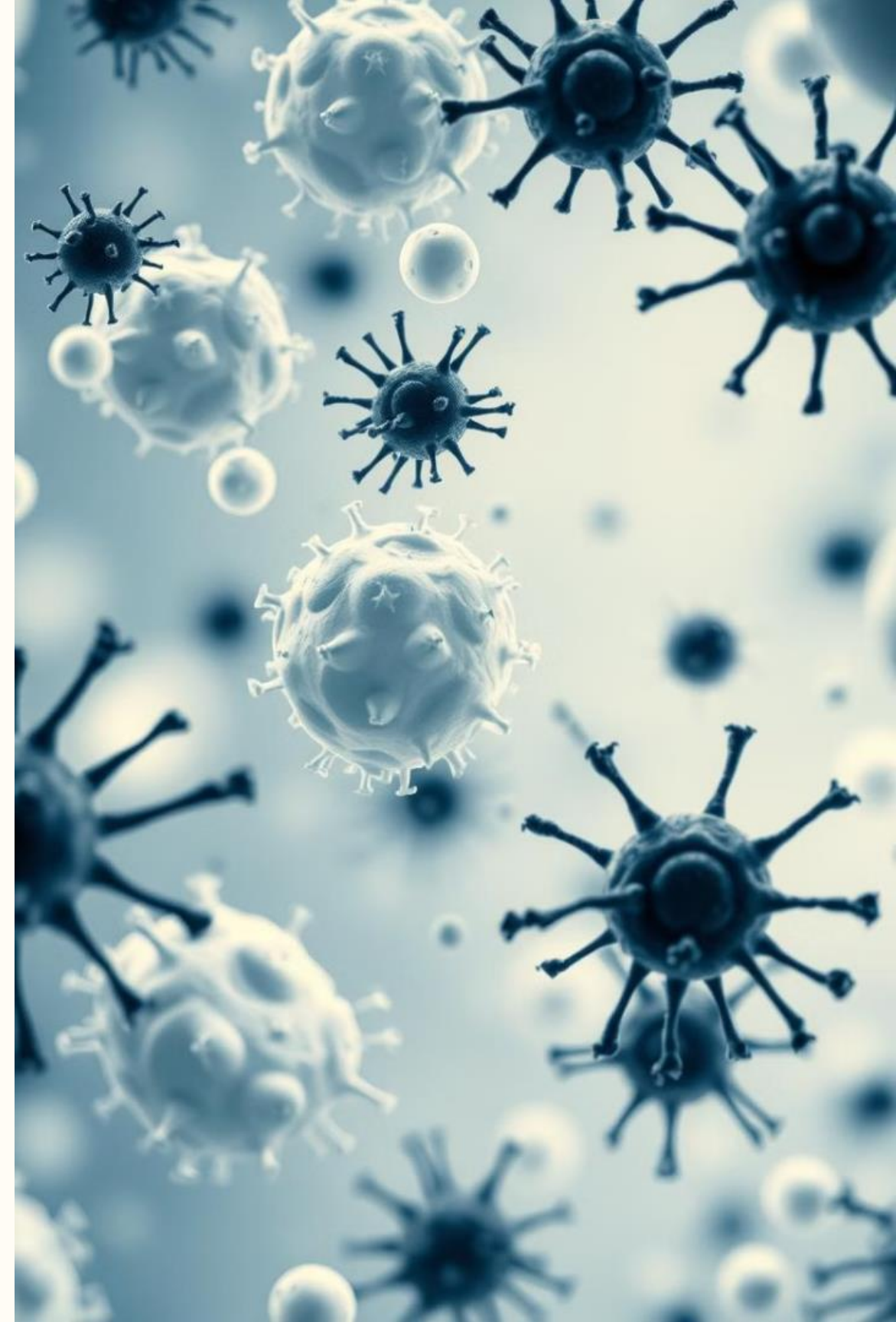
Infeksi Bakteri

Infeksi seperti pneumonia atau infeksi saluran kemih dapat memicu demam.



Peradangan

Kondisi inflamasi seperti arthritis dapat menyebabkan demam berkepanjangan.





Mengatasi Nyeri dan Demam

Istirahat

Berikan tubuh waktu untuk memulihkan diri dengan tidur cukup.

Hidrasi

Minum banyak air untuk mencegah dehidrasi, terutama saat demam.

Kompres Dingin

Gunakan kompres dingin untuk meredakan nyeri dan menurunkan suhu tubuh.

Lingkungan Nyaman

Pastikan ruangan bersuhu sejuk dan tidak terlalu lembab.



Obat untuk Nyeri

Jenis Obat	Contoh	Penggunaan
Analgesik	Parasetamol	Nyeri ringan hingga sedang
NSAID	Ibuprofen	Nyeri dan peradangan
Opioid	Kodein	Nyeri berat (dengan resep dokter)



Obat untuk Demam

1

Antipiretik

Obat penurun panas seperti parasetamol atau ibuprofen.

2

Antibiotik

Diberikan jika demam disebabkan oleh infeksi bakteri.

3

Antivirus

Digunakan untuk infeksi virus tertentu, seperti influenza.