

Mengenal Asma

Penyakit asma sudah dikenal sejak 2600 SM di Cina. Pada saat itu asma dikenal dengan nama “nafas yang berbunyi”. Kemudian di tahun 400 SM nama Asthma pertama kali dikenalkan oleh Hippocrates yang dalam bahasa Yunani berarti angin atau meniup. Hippocrates adalah dokter yang pertama kali mengenali bahwa penyakit tersebut berhubungan dengan lingkungan dan iklim.

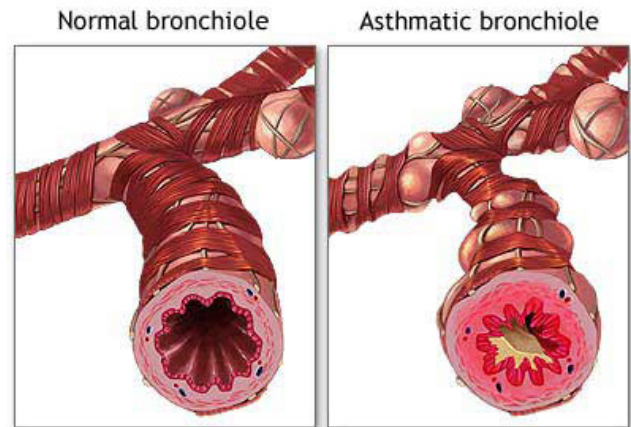
Pada tahun 1966-1967 terdapat epidemik yang menyebabkan kematian akibat Asma di United Kingdom dan New Zealand.

Hubungan antara asma dan alergi mulai diketahui sejak tahun 1970-1980an. Dari 20 tahun belakangan ini sudah terjadi banyak perubahan mengenai pengertian dan mekanisme penyakit asma dalam tubuh. Karena semakin ditemukan kaitan yang kuat antara alergi dan asma.

“

... faktor genetik banyak mempengaruhi munculnya gejala asma dan tingkat keparahannya.

”



Pada serangan penyakit asma, jaringan paru-paru mengeluarkan banyak lendir sedangkan pipa pernafasan menjadi sempit dan berada dalam keadaan kejang.

GEJALA ASMA

Gejala asma antara lain adalah :

- Sulit bernafas
- Dada terasa sempit dan berat
- Batuk berdahak dan dahak sulit dikeluarkan
- Nafas berbunyi

Karena asma berhubungan dengan alergi, maka faktor genetik banyak mempengaruhi munculnya gejala asma dan tingkat keparahannya. Beberapa hal yang dapat menyebabkan timbulnya gejala asma adalah :

- Kualitas udara yang buruk
- Stress
- Merokok selama kehamilan

“

... gejala asma tidak semata-
- mata timbul karena adanya
reaksi alergi.

”

MEKANISME ASMA

Gejala asma tidak semata-mata timbul karena adanya reaksi alergi. Terdapat tiga faktor yang mempengaruhi munculnya gejala asma dan tingkat keparahnya, yaitu :

1. SENSITIZERS

Sensitizers adalah protein asing yang dapat meningkatkan respon imun tubuh menjadi berlebihan. Sehingga memicu reaksi organ yang berlebihan yaitu hiper reaksi bronkus (saluran nafas bawah), apabila terjadi reaksi berlebihan dari bronkus maka terjadi

penyempitan jalan nafas. Sensitizers ini contohnya adalah jamur pada ruangan/dalam rumah, alergen dalam ruangan.

2. ENHANCERS

Enhancers adalah partikel yang dapat menyebabkan peradangan pada sel. Setelah sel tersensitisasi, dengan partikel yang menyebabkan peradangan, maka semakin terjadi penyempitan pada saluran nafas. Yang termasuk dalam enhancers adalah seperti virus (rhinovirus) yang menimbulkan penyakit saluran nafas, Ozone, partikel diesel dan endotoxin.

3. TRIGGERS

Triggers atau pemicu adalah suatu keadaan lingkungan yang dapat menimbulkan reaksi yang ditimbulkan oleh sensitizers dan enhancers. Yang termasuk ke dalam triggers adalah seperti udara dingin, histamin, dan perokok pasif.

Yang sering dianggap sebagai penyebab asma oleh orang pada umumnya adalah triggers ini, padahal tanpa 2 faktor lainnya, triggers tidak dapat menyebabkan atau memperparah gejala asma.



Meski demikian, tidak semua orang yang memiliki alergi juga terkena asma, dan tidak semua asma terjadi karena alergi.

“

...tanpa 2 faktor lainnya,
triggers tidak dapat
menyebabkan atau
memperparah gejala asma.

”

PENGOBATAN

Pengobatan asma diberikan sesuai dengan tingkat keparahan gejalanya, ada beberapa penderita asma yang membutuhkan untuk selalu memakai inhaler setiap hari agar tidak timbul gejala, namun banyak juga penderita asma yang hanya membutuhkan obat apabila gejala timbul saja.

Cara pengobatan asma adalah dapat dengan minum obat/tablet/syrup yang mengandung antagonis dari reaksi alergi, ditambahkan dengan kortikosteroid untuk mengurangi peradangannya. Apabila penderita juga batuk berdahak maka diberikan obat batuk ataupun diberikan dengan cara inhalasi menggunakan nebulizer.



Apabila penderita juga batuk berdahak maka diberikan obat batuk ataupun diberikan dengan cara inhalasi menggunakan nebulizer.

“

...banyak juga penderita asma yang hanya membutuhkan obat apabila gejala timbul saja.

”

Beberapa faktor yang sudah disebutkan dapat mempengaruhi gejala asma, maka beberapa hal yang dapat dilakukan untuk dapat menghindari munculnya gejala asma ataupun memperberatnya adalah :

1. Menjaga kebersihan rumah dari debu, jamur dan kutu yang sering terdapat pada karpet.
2. Rutin menjemur/ mencuci karpet dalam rumah.
3. Ventilasi dalam rumah harus baik, dan biarkan matahari pagi masuk ke dalam rumah sehingga dapat menghindari udara yang lembab.
4. Hindari merokok/ berada pada lingkungan yang penuh dengan asap rokok ●