

# RS MULIA PAJAJARAN



## VISI

Menjadi rumah sakit unggulan di kota Bogor dan sekitarnya dengan pelayanan yang tulus dan professional.

## MISI

- ◆ Memberikan pelayanan kesehatan yang bermutu dan sesuai standard
- ◆ Menyiapkan sumber daya manusia yang professional
- ◆ Menyediakan alat alat kedokteran yang mengikuti teknologi

## RS MULIA PAJAJARAN

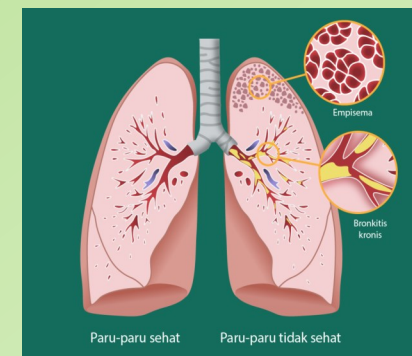
Jln. Pajajaran no.98 Kota Bogor  
Tlp (0251) 756 6220 / 837 9898  
Hp/WA 08111181298 | IGD 756 6222

info@rsmulia.co.id |  
www.rsmulia.co.id



MD 1.9/VI.PKRS/2019

## PENYAKIT PARU OBSTRUKSI KRONIS



## RS MULIA PAJAJARAN

## PENGERTIAN PPOK DAN PENYEBABNYA



1. Penyakit paru obstruktif kronik (PPOK) adalah penyakit yang ditandai adanya hambatan aliran pernafasan bersifat reversible/kembali sebagian dan progresif yang berhubungan dengan respon peradangan tidak normal dari paru terhadap paparan partikel atau gas berbahaya
2. Prinsip diet penyakit PPOK adalah penggunaan antioksidan vitamin yaitu vitamin C dan vitamin E. Asupan vitamin C sebaiknya diatas 60mg/hari untuk bukan perokok dan diatas 100mg/hari untuk perokok.
3. **Faktor resiko PPOK :**
  - ◆ Faktor pejamu (yang melekat pada tubuh individu meliputi usia, genetik, jenis kelamin, pertumbuhan/kelainan paru)
  - ◆ Faktor perilaku (kebiasaan merokok)
  - ◆ Faktor lingkungan indoor atau outdoor

## TANDA DAN GEJALA PPOK



1. Batuk berdahak yang tidak kunjung sembuh dengan lendir dahak berwarna kuning atau hijau
2. Pernafasan sering tersengal sengal, terlebih lagi saat melakukan aktivitas fisik
3. Mengi atau nafas sesak dan berbunyi
4. Lemas dan penurunan berat badan
5. Nyeri dada
6. Kaki, pergelangan kaki atau tungkai menjadi bengkak
7. Bibir atau kuku jari berwarna biru



## PENCEGAHAN PPOK

1. Berhenti merokok atau menghindari pajanan asap rokok. Ini merupakan langkah utama agar PPOK tidak terkena PPOK
2. Menghindari polusi udara, misalnya asap kendaraan bermotor
3. Memasang alat pelembap udara ruangan (air humidifier)
4. Menjaga pola makan yang sehat dan rutin berolahraga
5. Menjalani vaksinasi secara rutin, contohnya vaksin flu dan vaksin pneumokokus

## PENGOBATAN PPOK



1. Penggunaan obat-obatan seperti penggunaan inhaler,
2. Fisioterapi dada
3. Vaksin
4. Tindakan operasi