

Asma

APAKAH PENYAKIT ASMA ?

TIADA UBAT TAPI PERLU DICEGAH

Asma atau lelah ialah serangan sesak atau kesusahan bernafas berserta bunyi termengah-mengah di dada. Ia juga menghasilkan bunyi seperti siulan kerana penyempitan pada saluran cabang tenggorok di paru-paru.

Asma terjadi apabila otot pada saluran udara yang menghubungkan hidung kepada paru-paru menjadi kejang. Ketika otot kejang, saluran udara mengecil dan menghalang pernafasan.

Keadaan menjadi teruk apabila pesakit mempunyai kahak pekat yang menutup salur pernafasan menyebabkan udara susah keluar masuk.

Apabila ini terjadi, paru-paru akan kekurangan udara dan pesakit boleh pengsan serta boleh menyebabkan kematian.

Antara tanda lain asma ialah sukar hendak bernafas, terbatuk-batuk dan pernafasan menjadi pendek.

Antara faktor yang boleh memburukkan asma ialah alahan kepada habuk rumah, bulu binatang, debunga rumput dan asap rokok.

Terlalu banyak bersenam dan melakukan kerja-kerja juga memungkinkan mendapat asma. Begitu juga jika sering mengalami tekanan perasaan dan mendapat jangkitan pada paru-paru.

Bagi mereka yang alah kepada ubat-ubatan seperti aspirin dan penisilin, wajar berhati-hati kerana kemungkinan mendapat serangan asma jika mengambil ubat

Bagi mereka yang alah kepada ubat-ubatan seperti aspirin dan penisilin, wajar berhati-hati kerana kemungkinan mendapat serangan asma jika mengambil ubat berkenaan.

Perbezaan antara penyedut dan ubat tablet (makan)

Ubat penyedut memberi kesan yang lebih cepat berbanding ubat makan yang hanya akan berkesan setelah setengah jam mengambalnya.

Penyedut pula mempunyai dos yang lebih rendah dan kesan sampingan kurang berbanding ubat yang dimakan.

Alahan asma

1. Binatang peliharaan terutama kucing dan anjing.
2. Alat solek dan kelengkapan dandanan diri.
3. Debunga.
4. Pewarna makanan.
5. Asap dan debu.
6. Debu/kutu rumah (house mite).
7. Senaman berlebihan.
8. Tekanan
9. Jangkitan seperti virus dan selsema.
10. Pekerjaan yang membabitkan debu dan asap.

Perubatan

Sedutan (Inhaler)

Ubat sedutan ini bertujuan mencegah asma yang kerap terjadi. Antaranya ialah Becotide, Pulmicate, salbutamol dan theophylline. Apabila mengalami serangan asma, doktor akan memberi ubat sama ada dalam bentuk tablet, kapsul, banchuan, penyedutan, aerosol atau supositori.

Ubat yang diberikan itu selalunya mampu mengatasi masalah penyempitan saluran cabang tenggorok pada paru-paru. Pesakit juga kadangkala diberi sejenis steroid untuk meredakan kesesakan nafas yang dialami.

Asma pada kanak-kanak

Serangan asma pada kanak-kanak adalah masalah biasa kerana 10 - 20 peratus kanak-kanak di dunia ini mengalami asma.

Ia selalunya bermula dengan serangan selesema, batuk dan kemudian sesak nafas. Jika tidak diubati dengan sempurna, kanak-kanak itu berkemungkinan akan menghidap asma hingga dewasa.

Menurut kajian, kira-kira 80 peratus kanak-kanak penghidap asma akan hilang penyakit mereka apabila mencapai usia 5 tahun.

Bagi kanak-kanak menghidap asma yang sederhana, serangan ini akan hilang dalam lingkungan usia 12 -13 tahun. Sebilangan 50 - 60 peratus akan sembuh apabila mereka dalam lingkungan 20 - 25 tahun dan 20 peratus lagi akan mendapat asma berterusan dan hanya sebilangan kecil akan sembuh.

Asma tidak boleh diubati tetapi biasanya kanak-kanak akan sembuh apabila usia mereka meningkat. Manakala orang dewasa yang baru mendapat asma akan kekal menghidapnya.

Asma tidak memberi apa-apa kesan kepada jantung tetapi boleh memudaratkan paru-paru.

Pesakit juga mungkin diberi ubat sodium cromoglycate yang akan membantu mereka mengelakkan serangan asma.

Ubat sedutan ini antara lain:

- Selamat dan cepat memberi kesan.
- Ubatnya berkesan selama empat jam.
- Boleh diambil selalu dan apabila diperlukan.
- Ulang setiap dua atau tiga jam
- Boleh digunakan sebelum bersenam.
- Tetapi tidak berkesan pada asma yang teruk.

Apa patut anda buat jika diserang asma.

Sebaik sahaja serangan bermula, ambil ubat sedutan. Tunggu hingga 15 - 20 minit dan ulang jika ia tidak berkesan. Ubat yang dimakan akan mengambil masa 30 minit hingga sejam untuk menunjukkan kesan.

Jika anda merasakan kesan ubat, ulangi mengambalnya pada masa yang disyorkan.

Jika ubat yang diambil tidak berkesan, cepat-cepat berjumpa doktor.

Bagaimanapun, ubat-ubatan yang dicadangkan itu boleh meninggalkan kesan sampingan kepada pesakit seperti terlalu mengantuk, loya, muntah, darah gemuruh, kesukaran hendak tidur dan letih.

Jika ubat yang diambil meninggalkan kesan sampingan dan menjejaskan kehidupan seharian, anda dinasihatkan supaya segera berjumpa doktor.

Pesakit juga dinasihatkan supaya mendapatkan pandangan daripada doktor atau pakar farmasi kerana pengambilan ubat-ubatan tanpa mengikut dos boleh menjejaskan keberkesanan ubat itu.

Sebaik-baiknya ambil ubat terakhir anda sebelum masuk tidur kerana serangan asma lebih kerap berlaku pada sebelah malam.

Selepas mengambil ubat, anda perlu berkumur-kumur, terutama jika anda diberi ubat jenis sedutan. Amalan ini penting untuk mengelakkan mulut dan tekak anda menjadi kering.

Pesakit juga harus ingat, selain rawatan ubat-ubatan, mereka perlu berusaha mengelakkan bahan-bahan yang boleh menyebabkan serangan asma.