

Pencegahan ISPA



Rajin cuci tangan

Cuci tangan secara teratur, terutama setelah beraktifitas di tempat umum.



Hindari menyentuh wajah

Hindari menyentuh wajah, terutama bagian mulut, hidung, dan mata.



Gunakan sapu tangan atau tisu saat bersin dan batuk

Menggunakan sapu tangan atau tisu untuk menutup mulut ketika bersin dan batuk.



perbanyak makan makanan kaya Vit C

Perbanyak konsumsi makanan kaya vitamin C untuk meningkatkan imun.



Rutin membersihkan rumah

Bersihkan rumah dan lingkungan secara rutin.

Bawalah penderita ISPA ke pelayanan kesehatan, bila:

- tidak membaik dalam 3 hari**
- Timbul gejala berat Pneumonia yaitu sesak napas dan dada bagian bawah cekung ke dalam**



Anak tidak bisa minum/menetek



Muntah berulang-ulang



Penyakit ISPA

Infeksi Saluran Napas Akut



**TIM PKRS
RSUD MARDI WALUYO
KOTA BLITAR**



Apa itu ISPA?

ISPA adalah Infeksi akut yang menyerang salah satu bagian/lebih dari saluran napas mulai hidung sampai saluran pernafasan paling bawah

Pembagian ISPA

- Flu (Nasofaringitis)
- Radang Tenggorokan
- Radang pada Tonsil (Amandel)

Hal yang dapat memberatkan ISPA !!

Lingkungan yang tidak bersih (polusi dan pengap), makanan yang tidak bersih, gizi buruk, kelelahan dan kedinginan.

Apa Penyebab ISPA ?

- ISPA disebabkan oleh masuknya kuman ke saluran napas bagian atas melalui udara yang dihirup

Tanda dan Gejala ISPA

Batuk berdahak atau tidak berdahak



Demam tinggi diatas 37° C



Bersin dan Flu



Sakit tenggorokan



Faktor risiko ISPA

• Anak-anak dan lansia

Anak-anak dan lansia memiliki simtem kekebalan tubuh yang rendah sehingga rentan terhadap berbagai infeksi.

• Orang dengan daya tahan tubuh lemah

Ketika daya tahan tubuh menurun, maka risiko terinfeksi akan makin meningkat.

• Penderita gangguan jantung dan paru-paru

ISPA lebih sering terjadi pada seseorang yang sudah memiliki penyakit jantung atau gangguan pada paru-paru sebelumnya.

• Perokok Aktif

Perokok lebih berisiko mengalami gangguan fungsi paru dan saluran pernapasan.