

## Terapi Inhalasi Sederhana



Dasar teknik inhalasi yang berlaku sekarang sebenarnya sudah ada sejak zaman Yunani, yaitu dengan menggunakan uap ramu-ramuan yang dihirup. Hingga kini pun masih ada menggunakan cara inhalasi tradisional untuk meringankan gejala batuk pilek, yakni dengan menghirup uap dari sebakom air panas yang dicampur dengan beberapa tetes minyak penghangat. Namun, cara tradisional ini tetap tidak bisa menggantikan inhalasi dengan nebulizer.

"Efek inhalasi tradisional sekadar melonggarkan pernapasan tapi tidak berfungsi mengeluarkan lendir karena bahan-bahan seperti minyak kayu putih tidak mengandung zat penghancur lendir. Sedangkan obat-obatan yang dimasukkan dalam nebulizer dapat berfungsi melonggarkan pernapasan sekaligus mengencerkan lendir agar mudah dikeluarkan.

Berikut beberapa macam terapi inhalasi:

1. Metered Dose Inhaler (MDI)
2. Dry Powder Inhaler (DPI)
3. Nebulizer
4. Inhalasi sederhana/tradisional

Inhalasi sederhana yaitu memberikan obat dengan cara dihirup dalam bentuk uap kedalam saluran pernafasan yang dilakukan dengan bahan dan cara yang sederhana serta dapat dilakukan dalam lingkungan keluarga. Terapi ini lebih efektif ketimbang obat oral/minum seperti tablet atau sirup. obat oral akan melalui berbagai organ dulu seperti ke lambung, ginjal, atau jantung sebelum sampai ke sasarannya, yakni paru-paru. Sehingga ketika sampai paru-paru, obatnya relatif tinggal sedikit.

Penyakit ISPA merupakan penyakit yang membahayakan karena mempengaruhi fungsi saluran pernafasan dan bisa berdampak kepada kematian jika tidak tertangani dengan cepat, tepat dan benar. Salah satu keluhan yang sering dialami anak dengan ISPA adalah munculnya sesak nafas akibat menumpuknya sekret bahkan penyempitan saluran nafas.

Metode terapi inhalasi sederhana ini dapat menjadi satu alternatif terapi tradisional yang dapat diterapkan untuk mengatasi keluhan sesak nafas pada anak-anak bahkan dewasa sekalipun.