



# PPOK (PENYAKIT PARU OBSTRUKTIF KRONIS)

PPOK adalah kondisi di mana paru-paru mengalami peradangan kronis yang menyebabkan penyempitan saluran napas. Hal ini umumnya disebabkan oleh paparan jangka panjang terhadap gas iritan atau partikel kecil, terutama asap rokok.

Gejala PPOK meliputi batuk, terkadang disertai dahak, kesulitan bernapas, mengi, dan kelelahan. Gejala biasanya baru muncul ketika kerusakan paru-paru sudah cukup parah.

Sebagai langkah pencegahan, upayakan untuk menghindari paparan terhadap asap, zat kimia, asap rokok dan debu, jika pekerjaan melibatkan paparan bahan-bahan iritan tersebut, penting untuk menggunakan alat pelindung diri yang sesuai.

dr. Eko Yudianto, Sp. F., M.H.Kes  
No Serdik : 202409002020

