

Kesehatan Paru² dan Pernapasan: Penyebab Mengejutkan Kerusakan Paru²

Reviu oleh: Sabrina Felson, MD
Reviu pada Okt 26, 2020

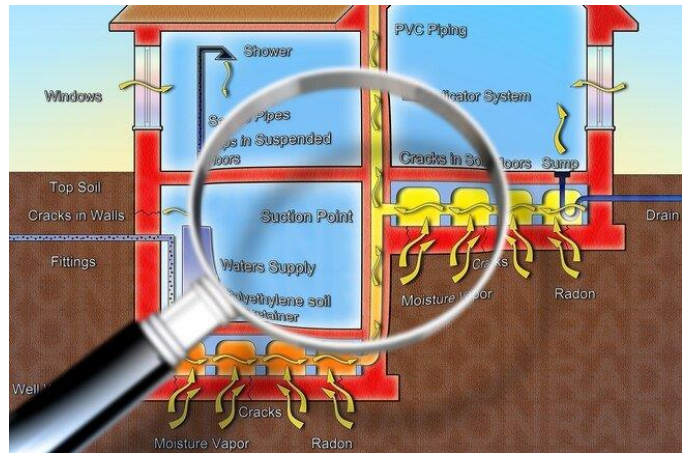
Jamur

Ini adalah jenis jamur yang **melepaskan partikel kecil yang disebut spora ke udara**. Mereka kadang-kadang **dapat menyebabkan infeksi paru-paru yang serius jika Anda memiliki alergi jamur**, kondisi paru-paru seperti penyakit paru obstruktif kronik (PPOK), atau sistem kekebalan yang lemah - pertahanan tubuh Anda terhadap kuman. **Jika Anda sensitif terhadap jamur, perbaiki kebocoran di rumah Anda dan hindari tumpukan kompos dan halaman rumput dengan rumput rumput yang dipotong.**



Radon

Anda tidak dapat mencium, menyentuh, atau melihat gas ini, tetapi ini adalah penyebab kanker paru-paru No. 2 di AS setelah rokok. Itu dibuat ketika uranium alami di batu, tanah, dan air rusak. Itu masuk ke gedung melalui retakan di lantai dan dinding, dan di sekitar pipa ledeng dan kabel listrik. Partikel radioaktif dalam radon merusak paru-paru Anda saat Anda menghirupnya atau menelannya. Kit tes sederhana dapat melihat apakah Anda memiliki level tinggi di rumah Anda. Rumah Anda diuji ketika Anda membelinya.



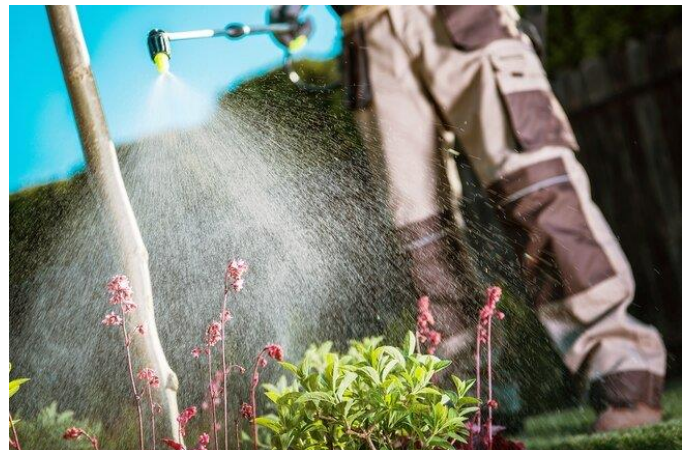
Karpet

Itu **bisa menjebak jamur, kotoran kecoa, tungau debu, dan gas beracun** -- dan semuanya bisa melukai paru-paru Anda. Mereka masuk ke udara saat Anda menyedot debu karpet atau berjalan di atasnya. Bahan kimia yang digunakan untuk membuat dan memasang karpet juga dapat menyebabkan masalah. Pertimbangkan untuk memasang lantai kayu atau jenis permukaan keras lainnya. Atau gunakan permadani yang bisa Anda bersihkan di luar rumah. **Vakum karpet Anda tiga kali seminggu, dan bersihkan dengan uap setiap tahun.**



Pestisida

Bahan kimia ini menjauhkan serangga dari tanaman pertanian dan halaman Anda. Jika Anda makan, menyentuh, atau menghirupnya, itu **dapat menyebabkan masalah dengan saraf, hormon, mata, kulit, dan paru-paru Anda juga**. Pekerja pertanian dan orang lain yang menggunakannya lebih mungkin untuk mendapatkan masalah paru-paru seperti asma dan PPOK. **Masker, kacamata, dan pakaian khusus dapat membantu melindungi siapa saja yang bekerja di sekitar pestisida.**



Kembang api

Warna mereka **diciptakan oleh potongan-potongan logam yang berbeda yang meledakkan bubuk halus ke udara**. Ini dapat memicu atau memperburuk asma dan masalah paru-paru dan jantung lainnya jika Anda menghirupnya. Mainkan dengan aman selama pertunjukan kembang api dengan menjauh dari asap yang melayang. Anda juga bisa menggunakan masker pernapasan yang menyaring partikel.



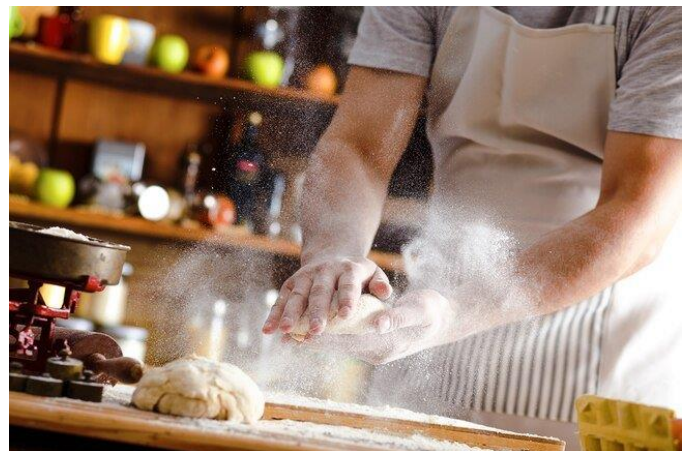
Airbag

Bahan kimia putih, tidak berbau yang disebut **natrium azida** membantu mendorong tas ini ke depan untuk melindungi Anda dalam kecelakaan mobil. Ini **menciptakan bubuk halus yang dapat memicu asma dan masalah pernapasan lainnya**. Tingkat tinggi dapat menyebabkan paru-paru Anda terisi cairan. Itu juga bisa mengiritasi dan mengobarkan dinding paru-paru Anda. Bicaralah dengan dokter Anda segera jika Anda melihat masalah paru-paru setelah airbag terbuka.



Tepung

Orang yang bekerja sebagai tukang roti batuk, mengi, dan kesulitan bernapas lebih dari yang lain. Mungkin karena **menghirup semua tepung** itu. Sudah cukup umum untuk memiliki namanya sendiri: **asma tukang roti**. Seiring waktu itu bisa memperburuk kondisi paru-paru seperti asma dan merusak paru-paru Anda. Dan tampaknya tidak hanya mempengaruhi pembuat roti, tetapi juga keluarga mereka, mungkin karena debu yang terbawa ke rumah pada pakaian, kulit, dan rambut.



Peralatan Gas

Kompas, oven, dan pemanas ruangan dapat menjadi penyebab tersembunyi dari masalah paru-paru. **Saat gas terbakar**, itu membuat bahan kimia yang disebut **nitrous oxide** yang dapat mengobarkan paru-paru Anda, membuat Anda batuk dan mengi, dan memicu asma. Anda juga membuatnya saat Anda **membakar kayu, minyak, batu bara, atau minyak tanah**. Pastikan untuk memasang, membersihkan, dan merawat peralatan dengan benar, dan memberikan perhatian ekstra pada seberapa baik mereka mengirim gas limbah keluar rumah.



Kecoa

Kotoran dan bagian tubuh mereka berubah menjadi debu, yang mengendap di lantai, tempat tidur, dan perabotan Anda. Anda menghirupnya ketika dia diaduk oleh aktivitas seperti menyedot debu. Ini dapat **menyebabkan alergi dan masalah pernapasan**. Anak-anak prasekolah yang bersentuhan dengan barang-barang tersebut dapat mengembangkan asma. Ini membantu menjaga rumah Anda sebersih dan sekering mungkin, terutama kain dan karpet.



Burung-burung

Ketika beberapa orang menghirup **partikel udara dari bulu dan kotoran burung**, paru-paru mereka meradang dan mungkin berakhir dengan jaringan parut di sana. Kadang-kadang disebut **penyakit peternak merpati** atau **paru-paru pemelihara burung**. Anda mungkin mendengar dokter Anda menyebutnya sebagai pneumonitis hipersensitivitas. Bicaralah dengan dokter jika Anda melihat gejala setelah berada di sekitar burung.



Pertanian

Paru-paru petani adalah jenis lain dari pneumonitis hipersensitivitas. Sistem kekebalan Anda bereaksi terhadap **jamur yang tumbuh pada biji-bijian, jerami**, atau jerami dan mengobarkan paru-paru Anda. Lebih buruk di peternakan sapi perah, di antara pekerja ternak, dan di tempat-tempat yang basah saat panen. Hal terbaik yang harus dilakukan adalah **menjauh dari jamur yang menyebabkannya**. Akhirnya, Anda mungkin menjadi kurang sensitif. Beberapa obat dapat mengurangi reaksi alergi Anda.



Pelembab

Kelihatannya cukup tidak berbahaya. Yang dilakukannya hanyalah memasukkan kelembapan ke udara untuk membantu Anda bernapas lebih baik. Tapi itu bisa menyakitkan pernapasan Anda juga. Itu karena **jamur bisa tumbuh di humidifier Anda dan tertiuap ke udara**. Masalah yang sama mungkin juga terjadi pada **AC dan sistem pemanas**. Paru-paru Anda mengalami alergi terhadap jamur dan meradang. Untuk menghindari masalah, bersihkan dan perbaiki sistem pemanas dan pendingin Anda.



Bak mandi air panas Anda

Bakteri yang berkembang di bak mandi air panas dalam ruangan bisa masuk ke paru-paru Anda saat Anda menghirup uap yang dihasilkan oleh air panas. Paru-paru Anda mungkin meradang dan Anda bisa mengalami demam, batuk, dan kesulitan bernapas. Pastikan untuk **membersihkan dan merawat bak mandi air panas, pancuran, dan kolam renang**, dan temui dokter Anda tentang masalah pernapasan.



Lilin

Jenis yang paling umum, terbuat dari **parafin berbasis minyak bumi, melepaskan bahan kimia ke udara yang dapat meningkatkan risiko reaksi alergi, masalah pernapasan seperti asma, dan bahkan kanker**. Penggunaan sesekali mungkin baik-baik saja, tetapi menyalakan lampu setiap hari mungkin bukan ide yang baik untuk jangka panjang. Untuk pilihan yang lebih aman, cobalah lilin yang terbuat dari lilin lebah atau kedelai, dan pastikan ada aliran udara yang baik setiap kali Anda membakar sesuatu.



Sumber:

This tool does not provide medical advice. **See additional information:**
© 1996-2022 WebMD, LLC. All rights reserved.
Source slideshow on WebMD

https://www.medicinenet.com/surprising_causes_of_lung_damage_respiratory_health/article.htm