

Prolite – Batuk kering adalah batuk yang tidak disertai dahak. Meskipun sering disebabkan oleh infeksi saluran pernapasan, batuk kering juga bisa menjadi gejala dari asam lambung hingga kanker paru-paru loh.

Pada artikel ini, kita akan membahas tentang penyebab, gejala dan cara menghindari batuk kering.

## Penyebab dan Gejala Batuk Kering



*Ilustrasi wanita yang menahan batuk – Freepik*

Batuk kering merupakan gejala dari berbagai penyakit, diantaranya:

Baca Juga: 3 Alasan Ilmiah Kenapa Gen Z Nggak Mau Kerja di Luar Jobdesk

1. Penyakit pernapasan: Asma, bronkitis, infeksi saluran pernapasan akut (ISPA), postnasal drip, dan pneumonia.
2. Iritasi: Udara kering, asap, polusi, debu, serbuk sari, dan asap rokok.
3. Penyakit pencernaan: Gastroesophageal reflux disease (GERD) dan heartburn.
4. Obat-obatan: Efek samping obat seperti captopril, simvastatin, carvedilol, atau risedronate.
5. Kondisi serius (jarang terjadi): Croup, batuk rejan (pertusis), gagal jantung, emboli paru, dan kanker paru-paru.
6. Pasca infeksi: Batuk kering bisa terjadi setelah infeksi mereda dan tubuh dalam masa pemulihan.



*Ilustrasi pria yang batuk - Freepik*

Gejala utamanya adalah batuk tanpa dahak, disertai gatal di tenggorokan. Tergantung penyebabnya, batuk ini juga bisa disertai gejala lain, seperti:

- Demam
- Sakit tenggorokan
- Pilek
- Hidung tersumbat
- Bersin
- Mata berair
- Sulit menelan
- Rasa panas di dada (heartburn)

- Kembang

## Kapan Harus ke Dokter?



- halodoc

Segera periksakan diri ke dokter jika mengalami batuk dengan kondisi berikut:

- Berlangsung lebih dari 2 minggu
- Tidak sembuh setelah diobati
- Disertai penurunan berat badan drastis
- Berkembang menjadi batuk berdarah

## Diagnosis dan Pengobatan

Dokter akan mendiagnosis berdasarkan gejala, riwayat kesehatan, dan pemeriksaan fisik untuk menentukan penyebabnya.

Baca Juga: 4 Fakta Ilmiah Tentang Ikatan Emosional Kucing dan Pemiliknya

Pengobatan tergantung pada penyebabnya. Pada umumnya, dokter akan memberikan obat untuk meredakan batuk dan mengatasi penyebabnya.

## Tips Mencegah Batuk Kering

- Mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir secara teratur
- Menutup mulut dan hidung saat batuk atau bersin
- Menghindari asap rokok, polusi, dan debu
- Menjaga kelembapan udara di rumah
- Minum air putih yang cukup
- Mengonsumsi makanan sehat dan bergizi
- Istirahat yang cukup

Jika batuk Anda tidak kunjung membaik, disertai dengan gejala yang mengkhawatirkan seperti demam tinggi, kesulitan bernapas, atau penurunan berat badan yang signifikan, segeralah konsultasikan dengan dokter.

Dengan demikian, Anda dapat memastikan bahwa batuk kering tersebut tidak menandakan masalah kesehatan yang lebih serius dan mendapatkan penanganan yang tepat.

Tetaplah jaga kesehatan, dan jangan ragu untuk mencari bantuan medis saat diperlukan!



Baca Selanjutnya  
5K "Run Away From Drugs" Ala BNN Sadarkan Warga