



Ibu/Bapak yang terhormat,

Berdasarkan diagnosa PPOK, dokter umum telah mendaftarkan Anda di Cello. Surat ini memuat informasi tentang bimbingan yang dapat Cello berikan dalam kerjasama dengan dokter umum Anda.

Anda telah diberitahu bahwa Anda menderita PPOK (Penyakit Paru Obstruktif Kronik), tetapi untungnya Anda diberi kesempatan untuk mendapat informasi tentang cara-cara bimbingan dan perawatan penyakit ini dengan sebaik mungkin, agar Anda dapat memperbaiki kesehatan Anda. Perlu diketahui langkah apa yang harus diambil agar mencapai hasil yang terbaik terhadap PPOK.

PPOK adalah nama kumpulan untuk dua gejala paru, yaitu bronkitis kronis dan emfisema paru. Penyebab utama PPOK adalah merokok.

PPOK terjadi akibat kontak dengan asap rokok yang berlangsung lama, tetapi bisa juga disebabkan oleh kontak dengan partikel batu, logam atau biji-bijian dalam udara.

Iritasi menyebabkan radang di percabangan kecil dalam saluran nafas dan kerusakan pada gelembung paru.

Barangkali Anda sudah menyadari bahwa sejak beberapa saat ini Anda menderita sesak nafas setelah melakukan kegiatan fisik (seperti naik tangga), batuk, keluarnya lendir, dan peka terhadap bau tertentu, seperti bau asap, gorengan atau cat.

Mungkin Anda sering menderita peningkatan sesak nafas yang datang tiba-tiba (eksaserbasi), dengan keluarnya lendir berlebihan. Ada beberapa orang yang takut melakukan aktivitas karena peningkatan sesak nafas ini. Mungkin berat badan Anda turun tanpa Anda inginkan dan otot Anda tambah lemah dan tipis.

Kerusakan yang sudah terjadi pada saluran nafas kecil tidak bisa disembuhkan dan jika PPOK tidak dicegah sejak dini, akan melemahkan fungsi paru Anda, kemudian daya tahan Anda akan berkurang. Penyakit pilek, flu, infeksi pada saluran nafas dan udara yang menyengat, seperti asap, bisa terasa lebih parah dan penyembuhannya akan makin lebih lambat, sedangkan periode peningkatan keluhan (eksaserbasi) akan terjadi lebih sering.

Program yang kita adakan termasuk fisioterapi, pola diet, dan penggunaan obat dan akan membantu mengurangi risiko eksaserbasi, mengurangi sesak nafas yang Anda alami, mengurangi kemungkinan opname di rumah sakit dan menghentikan kemunduran fungsi paru Anda.

Jika merokok adalah penyebab utama, kami akan mencegahnya dengan menyelenggarakan kursus "Berhenti Merokok" yang diperuntukkan baik untuk individu maupun kelompok. Dengan tes tiup yang teratur, pencatatan berat badan dan kondisi Anda, dan bimbingan dalam penggunaan obat, kami dapat menentukan seberapa parah Anda menderita PPOK dan Anda dapat berkonsultasi dengan kami untuk menyesuaikan program Anda.



Anda bisa membuat janji dengan para pekerja di praktek Cello untuk pembicaraan permulaan.

Sekiranya setelah membaca surat ini masih ada pertanyaan, Anda dipersilakan menghubungi kami. Kami senang membantu Anda. Sebagai persiapan pembicaraan pertama, untuk hubungan selanjutnya dan informasi tentang asma, silakan mengunjungi situs web Cello.  
[www.cello-hazorg.nl](http://www.cello-hazorg.nl)