

Obat-obatan Batuk dan Pilek Oral

- Pilek
- Pengobatan
- Obat-obatan umum untuk batuk dan pilek
- Kurangi Efek Samping Obat Batuk dan Pilek Oral
- Saran umum untuk konsumsi obat batuk dan pilek
- Komunikasi dengan dokter atau apoteker
- Penyimpanan obat

Pilek

Flu biasa (pilek) adalah infeksi virus ringan pada saluran pernafasan bagian atas yang biasanya sembuh sendiri. Gejala yang berhubungan dengan pilek biasa termasuk hidung tersumbat, pilek, batuk (baik batuk berdahak maupun batuk kering), sakit tenggorokan dan bersin. Terkadang, Anda mungkin juga merasa lelah, sakit kepala, atau demam ringan.

Ada lebih dari 200 jenis virus yang dapat menyebabkan pilek dan kebanyakan orang sembuh dari pilek dalam satu atau dua minggu. Perlu minta saran dokter secepat mungkin jika gejala terus berlanjut selama lebih dari 14 hari atau gejala lain berkembang (misalnya dahak bernoda darah, kesulitan bernapas, demam tinggi (perhatikan bahwa ini umum terjadi pada anak kecil).

Pengobatan

Karena pilek disebabkan oleh infeksi virus, antibiotik tidak akan bermanfaat. Tujuan utama pengobatan adalah untuk meredakan gejala terkait. Minum cairan yang cukup, beristirahat lebih banyak dan mengonsumsi obat-obatan yang meredakan gejala dapat membantu Anda merasa lebih baik.

Obat-obatan umum untuk batuk dan pilek

Sebagian besar obat batuk dan pilek dapat dibeli dari toko obat (misalnya sebagian besar sirup atau pelega tenggorokan yang mengandung ekspektoran dan senyawa

mukolitik untuk meredakan tenggorokan) dan beberapa dapat dibeli dari apotek terdaftar di bawah pengawasan apoteker terdaftar (misalnya dekongestan seperti pseudoephedrine, penekan batuk seperti dextromethorphan, etc, dll.).

Obat batuk dan pilek oral tersedia dalam berbagai bentuk sediaan, seperti tablet, kapsul, bubuk, sirup, linctus (cairan) atau tablet hisap. Banyak obat batuk dan pilek yang juga merupakan produk campuran yang mengandung berbagai bahan untuk meredakan berbagai gejala yang berhubungan dengan flu biasa.

Obat-obatan yang umumnya digunakan untuk mengelola pilek adalah:

1. Analgesik dan antipiretik

Paracetamol, aspirin dan ibuprofen adalah obat analgesik efektif yang juga dapat menurunkan demam. Ketiga obat ini harus digunakan dengan hati-hati pada penderita gangguan liver. Paracetamol dapat menyebabkan kerusakan liver yang serius yang bisa berakibat fatal jika terlalu banyak obat yang dikonsumsi. Meskipun kerusakan hati juga dapat terjadi dengan penggunaan aspirin atau ibuprofen, ini jarang terjadi. Baik aspirin dan ibuprofen dapat menyebabkan iritasi pada lapisan mukosa lambung dan sakit perut. Selain itu, aspirin umumnya tidak dianjurkan untuk digunakan pada anak-anak untuk pengobatan pilek karena risiko sindrom Reye, kelainan yang ditandai dengan ensefalopati akut dan degenerasi lemak pada liver. Faktanya, sindrom Reye terjadi hampir secara eksklusif pada anak-anak kecil dan beberapa penelitian telah menemukan hubungan antara sindrom Reye dan konsumsi aspirin. Aspirin tidak dianjurkan untuk anak di bawah 16 tahun di Hong Kong kecuali jika diresepkan oleh dokter.

2. Dekongestan

Obat simpatomimetik banyak digunakan sebagai dekongestan hidung untuk melapangkan hidung tersumbat pada pasien pilek. Obat-obatan ini menyebabkan vasokonstriksi, yang menyebabkan berkurangnya pembengkakan mukosa hidung dan dengan demikian meredakan pernapasan dan hidung tersumbat. Contoh dekongestan oral termasuk pseudoephedrine, ephedrine dan phenylephrine. Dekongestan oral dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah serta detak jantung dan peningkatan kewaspadaan yang dapat menyebabkan kesulitan tidur jika diminum pada siang hari. Perlu saran dokter untuk pasien dengan kondisi medis tertentu termasuk tekanan darah tinggi dan glaukoma sebelum menggunakan dekongestan karena tindakan pencegahan khusus mungkin diperlukan.

3. Obat batuk

Batuk adalah respon perlindungan alami tubuh untuk mengeluarkan lendir atau senyawa iritan lain dari tenggorokan dan saluran pernafasan. Obat batuk yang biasanya digunakan untuk meredakan batuk dapat dikategorikan menjadi tiga jenis, yaitu penekan batuk (antitusif), ekspektoran dan mukolitik.

Pengobatan batuk tidak berdahak (yaitu batuk kering)

- *Penekan batuk*

Kebanyakan obat penekan batuk menekan refleks batuk dengan mempengaruhi pusat batuk di sistem saraf pusat secara langsung. Contoh penekan batuk termasuk codeine, pholcodine dan dextromethorphan. Codeine efektif tetapi dapat menyebabkan sembelit, kantuk, dan ketergantungan. Terlebih labig, codeine dikontraindikasikan untuk semua anak di bawah usia 12 tahun. Penggunaan codeine pada remaja usia 12 hingga 18 tahun yang memiliki faktor resiko lain yang dapat meningkatkan kepekaan mereka terhadap efek hambatan pernapasan oleh codeine juga harus dihindari kecuali manfaatnya lebih besar daripada resikonya. Faktor resiko termasuk kondisi yang terkait dengan hipoventilasi, seperti status pasca operasi, apnea tidur obstruktif, obesitas, penyakit paru-paru parah, penyakit neuromuskuler, dan penggunaan obat lain yang menyebabkan hambatan pernapasan. Pholcodine dan dextromethorphan cenderung menyebabkan lebih sedikit efek samping daripada codeine, tetapi masih berpotensi menyebabkan kantuk atau ketergantungan. Pasien tidak boleh mengemudi atau mengoperasikan alat mesin jika mereka merasa mengantuk atau kewaspadaan mental mereka terganggu. Banyak penekan batuk yang mengandung demulcent sebagai aditif, yang membentuk lapisan pelindung di atas faring untuk meredakan iritasi. Demulcent yang umum digunakan termasuk madu, sirup sukrosa, gliserol dan akar manis (licorice).

Pengobatan batuk berdahak

- *(i) Ekspektoran*

Expectorants are thought to work by increasing the volume of secretions in the respiratory tract which in turn, makes it easier to expel phlegm from the airways. Commonly used expectorants are ammonium salts, guaifenesin, ipecacuanha, senega and sodium citrate. Many traditional expectorants, including ipecacuanha, squill and ammonium chloride, also have emetic actions which cause a reflex irritant effect on the gastric mucosa and ease the clearance of tenacious sputum. Because

of the way many of the expectorants work, gastrointestinal upset is common, although this may be rare for guaifenesin at doses normally used.

Ekspektoran diperkirakan bekerja dengan meningkatkan volume sekresi di saluran pernafasan yang pada akhirnya memudahkan untuk mengeluarkan dahak dari saluran pernafasan. Ekspektoran yang umum digunakan adalah garam amonium, guaifenesin, ipecacuanha, senega dan natrium sitrat. Banyak ekspektoran tradisional, termasuk ipecacuanha, squill dan amonium klorida, juga memiliki cara kerja emetik yang menyebabkan efek iritasi refleks pada mukosa lambung dan memudahkan pengeluaran dahak membandel. Karena cara kerja kebanyakan ekspektoran, sering terjadi gangguan pencernaan, meskipun ini jarang terjadi pada penggunaan dosis normal guaifenesin.

- *(ii) Mukolitik*

Mukolitik bekerja dengan mengurangi kekentalan lendir sehingga lebih mudah dikeluarkan dari saluran pernafasan. Mukolitik yang umum digunakan adalah bromhexine, ambroxol, acetylcysteine dan carbocisteine.

4. Antihistamin

Antihistamin yang menyebabkan kantuk dapat digunakan sebagai penekan batuk, contoh klasiknya adalah diphenhydramine atau promethazine. Efek penekan batuknya mungkin berasal dari efek penenangannya. Selain itu, antihistamin yang menyebabkan kantuk juga mengurangi pilek dan bersin. Oleh karena itu, obat ini dapat digunakan pada batuk malam hari, terutama yang disebabkan oleh post-nasal drip atau yang berhubungan dengan rinitis alergi. Obat batuk dan pilek seringkali mengandung antihistamin seperti chlorphenamine dan brompheniramine. Antihistamin yang tidak menyebabkan kantuk, karena efek antimuskariniknya rendah, relatif tidak efektif dalam meredakan hidung berair yang tidak disebabkan oleh alergi.

Pasien tidak boleh mengemudi atau mengoperasikan mesin jika merasa mengantuk setelah minum antihistamin. Meskipun efek sedatif mungkin lebih jarang terjadi dengan penggunaan antihistamin non-penenang, pasien harus waspada dan berhati-hati jika melakukan hal-hal yang memerlukan kewaspadaan mental seperti mengemudi. Mengemudi atau mengoperasikan alat mesin harus dihindari jika Anda merasa mengantuk setelah minum antihistamin. Antihistamin tidak boleh digunakan untuk mengobati batuk berdahak karena dapat mengurangi sekresi bronkus, yang menyebabkan produksi lendir yang lebih kental dan lebih sulit untuk dikeluarkan.

Mengurangi Efek Samping Obat Batuk dan Pilek Oral

Resiko efek samping dan tingkat keparahannya bergantung pada jenis, dosis, dan durasi obat yang Anda minum. Untuk obat-obatan yang dapat menyebabkan iritasi pada lambung seperti ibuprofen, aspirin dan ekspektoran, minum obat setelah makan dapat membantu mengurangi resiko gangguan saluran cerna. Untuk obat-obatan yang meningkatkan kewaspadaan mental seperti obat dekongestan simpatomimetik oral, hindari minum obat ini di malam hari dapat membantu menghindari kesulitan tidur. Minum banyak air saat mengonsumsi codeine akan membantu mencegah sembelit. Untuk menghindari efek penenang beberapa antihistamin di siang hari, Anda dapat minum obat-obatan ini sebelum tidur.

Saran umum untuk konsumsi obat batuk dan pilek

- Obat batuk dan pilek tidak diindikasikan untuk anak di bawah 6 tahun. Jika anak Anda yang masih kecil menderita gejala batuk dan pilek, Anda harus berkonsultasi dengan dokter untuk pengobatan yang paling tepat.
- Codeine dikontraindikasikan untuk semua anak di bawah usia 12 tahun. Hindari penggunaan codeine pada remaja usia 12 hingga 18 tahun yang memiliki faktor resiko lain yang dapat meningkatkan kepekaan mereka terhadap efek depresan pernafasan codeine kecuali manfaatnya lebih besar daripada risikonya. Faktor resiko termasuk kondisi yang terkait dengan hipoventilasi, seperti status pasca operasi, apnea tidur obstruktif, obesitas, penyakit paru-paru parah, penyakit neuromuskuler, dan penggunaan obat lain yang menyebabkan hambatan pernapasan.
- Kenali nama dan dosis obat yang Anda pakai. Berhati-hatilah dengan kemungkinan efek sampingnya. Banyak obat batuk dan pilek mengandung sejumlah bahan dan Anda harus membaca label produk dengan hati-hati atau berkonsultasi dengan dokter atau apoteker untuk memahami bahan aktif produk ini dan kemungkinan interaksi obat dengan obat lain yang Anda minum. Hindari mengonsumsi obat-obatan yang mengandung jenis bahan aktif yang sama untuk mencegah overdosis atau duplikasi efek obat.

- Banyak obat batuk dan pilek yang dapat menyebabkan kantuk atau memengaruhi kewaspadaan Anda. Jangan mengemudi atau mengoperasikan alat mesin jika Anda sedang meminum obat-obatan ini. Selalu minta saran dokter atau apoteker jika perlu mengemudi atau mengoperasikan alat mesin saat minum obat batuk dan pilek.
- Jangan minum alkohol saat mengonsumsi obat batuk dan pilek karena akan meningkatkan risiko dan keparahan efek samping obat Anda.
- Beberapa obat batuk dan pilek seperti pseudoephedrine, phenylephrine atau ibuprofen dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah. Anda harus berkonsultasi dengan dokter atau apoteker sebelum minum obat ini.
- Minum obat sesuai dengan petunjuk dosis berlabel atau seperti yang diinstruksikan oleh dokter atau apoteker untuk mengurangi risiko efek samping.
- Karena beberapa obat mengandung kafein, Anda harus menghindari minum terlalu banyak minuman yang juga mengandung kafein, mis. teh, kopi, minuman ringan, selama minum obat ini.
- Minumlah obat pada waktu yang sama setiap hari sedapat mungkin. Jika Anda melewatkan satu dosis, minum dosis tersebut sesegera mungkin atau lewati dosis yang terlewat dan minum dosis berikutnya sesuai petunjuk. Jangan minum dosis dua kali lipat.
- Minta saran dokter jika gejala memburuk atau Anda khawatir tentang obat-obatan yang diminum.
- Ibu menyusui harus minta saran dokter sebelum minum obat batuk. Untuk obat-obatan yang mengandung codeine, karena potensi efek samping negatif yang serius, termasuk rasa kantuk berlebihan, hambatan pernapasan, dan kematian pada bayi yang disusui, menyusui tidak dianjurkan selama pengobatan dengan codeine.

Komunikasi dengan dokter atau apoteker

- Obat batuk dan pilek, terutama bila digunakan pada anak-anak, sebaiknya

digunakan di bawah pengawasan apoteker atau dokter.

- Selalu bijaksana untuk meminta saran dokter atau apoteker tentang pilihan pengobatan terbaik. Jenis obat batuk dan pilek yang berbeda mungkin memiliki profil cara kerja dan efek samping yang berbeda; dokter atau apoteker akan merekomendasikan obat yang paling tepat untuk Anda setelah mempertimbangkan kondisi Anda.
- Beri tahu dokter atau apoteker tentang riwayat kesehatan dan obat yang Anda minum karena obat batuk dan pilek dapat berinteraksi dengan obat lain dan beberapa penyakit seperti tekanan darah tinggi, gangguan liver atau ginjal mungkin memerlukan tindakan pencegahan khusus.
- Beri tahu dokter atau apoteker jika Anda sedang hamil karena beberapa obat sebaiknya dihindari selama kehamilan, misalnya pseudoefedrin.
- Beri tahu dokter atau apoteker jika Anda sedang menyusui karena beberapa jenis obat batuk dan pilek dapat masuk ke dalam ASI. Untuk obat-obatan yang mengandung codeine, karena potensi reaksi merugikan yang serius, termasuk rasa kantuk berlebihan, hambatan pernapasan, dan kematian pada bayi yang disusui, menyusui tidak dianjurkan selama pengobatan dengan Codeine.
- Mintalah nasihat dari dokter atau apoteker sesegera mungkin jika Anda mengalami gejala atau efek samping yang diduga terkait dengan obat batuk dan pilek untuk meninjau pengobatan Anda.

Penyimpanan obat

Obat harus disimpan di tempat kering yang sejuk. Obat-obatan tidak boleh disimpan di lemari es, kecuali disebutkan pada label. Selain itu, obat-obatan harus disimpan dengan baik di tempat yang tidak terjangkau oleh anak-anak untuk mencegah tertelan secara tidak sengaja.

Ucapan Terima Kasih : Kantor Obat-obatan ingin mengucapkan terima kasih kepada Cabang Pengawasan dan Epidemiologi (SEB) dan Pengembangan Profesional & Penjaminan Mutu (PD&QA) untuk kontribusi berharga mereka dalam mempersiapkan artikel ini.

Kantor Obat-obatan
Departemen Kesehatan
Ags 2017