

PENYAKIT PADA LANSIA

Putri Yolanda Diko

Email: putriyolanda257@gmail.com



Sumber: <https://alodokter.com%2F inilah-5-penyakit-yang-sering-dialami-oleh-lansia>

Lansia adalah individu yang telah mencapai usia tua dan biasanya beruasi di atas 60 tahun. Dalam banyak budaya, termasuk budaya Indonesia, lansia dihormati dan dianggap bijak karena pengalaman hidup mereka. Namun, penuaan juga dapat menyebabkan perubahan fisik dan mental tertentu yang dapat memengaruhi kualitas hidup lansia.

Perubahan fisik umum yang terkait dengan penuaan termasuk berkurangnya mobilitas, kehilangan penglihatan atau pendengaran, dan peningkatan kerentanan terhadap penyakit kronis seperti diabetes dan penyakit jantung. Perubahan mental mungkin termasuk penurunan kognitif, kehilangan memori, dan peningkatan risiko depresi.

Penting untuk mendukung dan merawat lansia untuk memastikan bahwa mereka dapat menjalani kehidupan mereka dengan bermartabat dan hormat. Ini termasuk menyediakan akses ke perawatan kesehatan, dukungan sosial, dan kondisi hidup yang layak. Banyak negara memiliki program dan layanan untuk mendukung lansia, termasuk program pension, pusat lansia, dan layanan perawatan di rumah.

Beberapa penyakit yang umum terjadi pada lansia antara lain:

1. Penyakit Jantung

Risiko penyakit jantung meningkat seiring dengan bertambahnya usia. Penyakit jantung bisa berupa penyakit coroner, gagal jantung, atau aritmia.

2. Kanker

Risiko kanker juga meningkat pada lansia. Beberapa jenis kanker yang sering terjadi pada lansia adalah kanker paru-paru, kanker usus, kanker payudara, dan kanker prostat.

3. Diabetes

Lansia lebih rentan terkena diabetes tipe 2. Diabetes tipe 2 terjadi karena tubuh tidak mampu memproduksi insulin dengan baik atau resisten terhadap insulin.

4. Osteoporosis

Osteoporosis adalah penyakit dimana tulang menjadi rapuh dan mudah patah. Lansia terutama wanita setelah menopause lebih rentan terkena osteoporosis.

5. Alzheimer dan Demensia

Alzheimer dan demensia adalah penyakit neurodegeneratif yang mempengaruhi kemampuan otak untuk berfungsi. Gejala awal dari Alzheimer dan demensia meliputi kehilangan daya ingat, kesulitan dalam berbicara, dan kesulitan dalam memecahkan masalah.

6. Hipertensi

Hipertensi atau tekanan darah tinggi juga meningkat risikonya pada lansia. Tekanan darah tinggi bisa menyebabkan kerusakan pada pembuluh darah, yang bisa mengakibatkan stroke atau serangan jantung.

7. Arthritis

Arthritis adalah penyakit yang menyebabkan peradangan pada sendi. Lansia lebih rentan terkena osteoporosis, yaitu jenis arthritis yang terjadi karena kerusakan pada tulang rawan di sendi.

8. Gangguan Penglihatan dan Pendengaran

Lansia lebih rentan mengalami gangguan penglihatan dan pendengaran karena proses penuaan. Beberapa masalah yang sering terjadi adalah katarak, glaucoma, dan presbiopi (penurunan kemampuan melihat jarak dekat).

Penting bagi lansia untuk memperhatikan kesehatannya dan melakukan pemeriksaan secara rutin agar dapat mengidentifikasi dini adanya penyakit dan mendapatkan pengobatan yang tepat. Selain itu, menjaga pola makan yang sehat, melakukan aktivitas fisik secara teratur, dan menghindari kebiasaan buruk seperti merokok dan minum alcohol juga bisa membantu mencegah terjadinya penyakit pada lansia.