



Jangan Anggap Remeh Diare, Kunjungi Dokter bila Belum sembuh

Ketika Anda mengalami diare, buang air besar (atau feses) menjadi encer dan berair. Ini sangat umum dan biasanya tidak serius. Jangan Anggap Remeh Diare, Kunjungi Dokter bila Belum sembuh

Banyak orang mengalami diare satu atau dua kali setiap tahun. Ini biasanya berlangsung 2 hingga 3 hari, dan Anda bisa mengobatinya dengan obat bebas. Beberapa orang lebih sering mendapatkannya sebagai bagian dari irritable bowel syndrome (IBS) atau kondisi lainnya.

Saat frekuensi buang air besar (BAB) lebih dari umumnya dan feses yang keluar condong cair, sudah dipastikan itu diare. Diare membuat tubuh lemas, sangat tidak nyaman bukan ?

Kebanyakan orang pasti langsung mengonsumsi obat penghenti diare atau obat golongan loperamide. Walau sebenarnya Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) tidak merekomendasikan obat penghenti diare sebab beresiko menyebabkan dehidrasi dan berbahaya.

Jangan Anggap Remeh Diare, Kunjungi Dokter bila Belum sembuh



perut mules karena diare - Dr. Axe

Menurut Dokter Umum dan Kepala Unit Emergency RS Pondok Indah, dr Felix Samuel, MKes, diare yang diakibatkan oleh virus akan sembuh dengan sendirinya serta tidak membutuhkan antibiotik.



Jangan Anggap Remeh Diare, Kunjungi Dokter bila Belum sembuh

Tetapi, diare tidak boleh diabaikan lho. Kapan sebaiknya mengunjungi dokter saat mengalami diare?

“Jika diare disertai penyulut, muntah-muntah, jika minum saja bisa muntah. Jika sudah mulai demam tinggi hampir dipastikan karena infeksi ya harus ke dokter,” katanya saat dijumpai di daerah Bogor, Jawa Barat, beberapa waktu lalu.

Baca Juga :

- [Cara Mengobati Diare Secara Alami Paling Mudah](#)
- [Ketahui Penyebab Diare dan Mencret](#)
- [Cara Mengatasi Perut Kembung](#)

Diare yang dikarenakan oleh virus atau bakteri sangat sulit dibedakan. dr Felix mengatakan, diare yang dikarenakan oleh bakteri frekuensi BAB akan lebih sering dibandingkan karena virus.

“Jika karena bakteri ada keluhan dari perutnya keram. jika mau memastikan tetap harus ke dokter pemeriksaan feses,” paparnya.

dr Felix juga menyarankan untuk mengonsumsi air dalam jumlah yang cukup supaya tubuh tidak mengalami dehidrasi serta tetap mengonsumsi makanan dengan gizi seimbang.

Jika Anda memiliki tinja berair lebih dari tiga kali sehari dan Anda tidak minum cukup cairan, Anda bisa mengalami dehidrasi. Itu dapat menyebabkan komplikasi serius jika tidak dirawat.