Catat! Ini Daftat Obat yang Disarankan Bagi Jamaah Haji

Category: Nasional
written by Maulya | 10/05/2024

ORINEWS.ID, **Madinah** – Jamaah haji Indonesia akan mulai berangkat ke Arab Saudi pada 12 Mei 2024. Tahun ini, terdapat 241.000 jamaah, terdiri atas 213.320 jamaah reguler dan 27.680 jamaah haji khusus.

Data Kemenag mencatat tahun ini ada sekitar 45.000 jamaah haji reguler dengan usia 65 tahun ke atas. Di tengah cuaca panas Tanah Suci, jamaah perlu menjaga kondisi fisiknya tetap bugar dan sehat.

Berdasarkan catatan Tim Penanganan Krisis dan Pertolongan Pertama pada Jamaah Haji (PKP3JH), terdapat beberapa penyakit yang rentan dialami jamaah haji saat di tanah suci.

“Ada beberapa penyakit yang sering dialami jamaah haji, yaitu: Infeksi Saluran Pernapasan Atas (ISPA), diakibatkan karena kerumunan besar jamaah, polusi udara, dan perubahan suhu yang

drastis di Mekah dan Madinah.” ungkap Kasi Lansia, Disabilitas, dan PKP3JH Daker Madinah, Dokter Leksmana, di Madinah, Kamis (9/5/2024).

“Gangguan pencernaan, seperti diare, muntah, atau sakit perut, yang disebabkan oleh perubahan pola makan, air minum yang berbeda, dan sanitasi yang mungkin tidak memadai juga perlu diwaspadai.” imbuhnya.

Selain itu, dokter yang akrab disapa dengan dr. Leks ini menyebut bahwa dehidrasi menjadi risiko yang serius terutama jika jamaah tidak cukup minum air.

“Hal ini dikarenakan cuaca panas di Makkah dan Madinah,” tutur dr. Leksmana.

Ia menambahkan, penyakit kulit, infeksi jamur, ruam panas, atau luka akibat gesekan pakaian bisa terjadi karena panas dan kelembaban yang tinggi.

“Penyakit menular, seperti flu, demam, atau penyakit menular lainnya karena interaksi dengan jemaah dari berbagai negara dengan kondisi kesehatan yang berbeda juga perlu diantisipasi.” ujarnya.

Juga terdapat penyakit kronis yang bisa jadi dialami jamaah. Kondisi seperti hipertensi, diabetes, atau penyakit jantung bisa menjadi lebih sulit dikontrol karena perubahan pola makan, kurang istirahat, dan stres selama perjalanan.

“Serta trauma atau cedera, terutama karena kerumunan besar dalam melakukan ritual seperti tawaf dan melempar jumrah.” terang dr. Leks.

Untuk itu, ia merekomendasikan beberapa obat yang disarankan untuk dibawa oleh jamaah haji, yaitu:

1. Obat Antidiare
2. Obat Pencernaan
3. Obat Pereda Nyeri

4. Obat Alergi
5. Obat untuk Masalah Kulit
6. Obat flu dan batuk
7. Obat Pribadi, Obat-obatan yang biasa dikonsumsi untuk kondisi kesehatan tertentu, seperti obat untuk tekanan darah tinggi, diabetes, jantung atau kondisi medis lainnya.