

# Gejala Batuk pada Pasien Omicron, Ini Tipsnya Supaya Tidak Sesak

*21 Januari 2022*



**Pantau.com** – Pasien terkonfirmasi positif Covid-19 varian Omicron, pada umumnya gejala yang sering muncul adalah batuk-batuk hingga sesak. Terkadang batuk tidak berhenti dengan cepat, kadang kala menimbulkan sesak nafas dan juga nyeri dada.

Menurut **dr Rania Imaniar, SpP**, spesialis kesehatan paru-paru dari Rumah Sakit Universitas Indonesia (RSUI). Jika pasien Omicron bergejala batuk hingga sesak, artinya sang pasien mengalami gejala infeksi saluran pernapasan, termasuk pada kasus pneumonia.

Jika gejala batuk ini membuat sesak dan nyeri, bisa diminimalisir dengan beberapa cara. “Jadi kita itu kalau batuk coba bungkukkan badan, lalu di perut kita boleh taruh bantal. Misal posisi lagi duduk agak bungkuk, perut ditaruh bantal, lalu kita batuk sambil siku menekan ke bantal yang ada di perut,” kata dr Rania lewat [Youtube RS UI](#), Jumat (21/1/2022).

“Belajar cara batuk yang benar jadi bisa membantu mengurangi rasa sesak napas,” tambah dr Rania. Selain itu jika batuk disertai nyeri di tenggorokan, bisa berkumur dengan menggunakan campuran air hangat dan garam. Lakukan berulang, sebanyak 3-4 kali sehari.

<https://www.pantau.com/topic/ragam/gejala-batuk-pada-pasien-omicron-ini-tipsnya-supaya-tidak-sesak>