

Nama :

Kelas :

Diskusi Kasus

Benarkah Makanan Pedas Bisa Menyebabkan Diare?

Jika anda penggemar makanan pedas, sebaiknya berhati- hati dan jaga kesehatan pencernaan anda ketika mengkonsumsi makanan yang pedas. Banyak dampak kesehatan yang ditimbulkan mulai dari gangguan lambung hingga penyakit diare. Sebaiknya perhatikan dan waspada terhadap diare yang disebabkan oleh makanan pedas. Makanan pedas disebabkan oleh cabai yang mengandung capsaicin sangat tinggi. Nyatanya, rasa panas dan pedas yang disebabkan oleh kandungan capsaicin membuat iritasi pada bagian usus serta anus. Jika diare terus terjadi ketika anda mengonsumsi makanan pedas, waspada penyakit Irritable Bowel Syndrome atau IBS. Penyakit ini merupakan penyakit pencernaan memengaruhi kerja usus besar. Pada kondisi IBS, kerja otot usus besar tidak optimal dan menyebabkan banyak kontraksi. Terlalu banyak kontraksi pada otot usus besar dapat menyebabkan diare.

Sumber: <https://www.halodoc.com/artikel-alasanmakanpedas>

Ayo Didiskusikan

1. Berdasarkan wacana diatas, apa yang kalian ketahui tentang penyakit *Irritable syndrome* ?