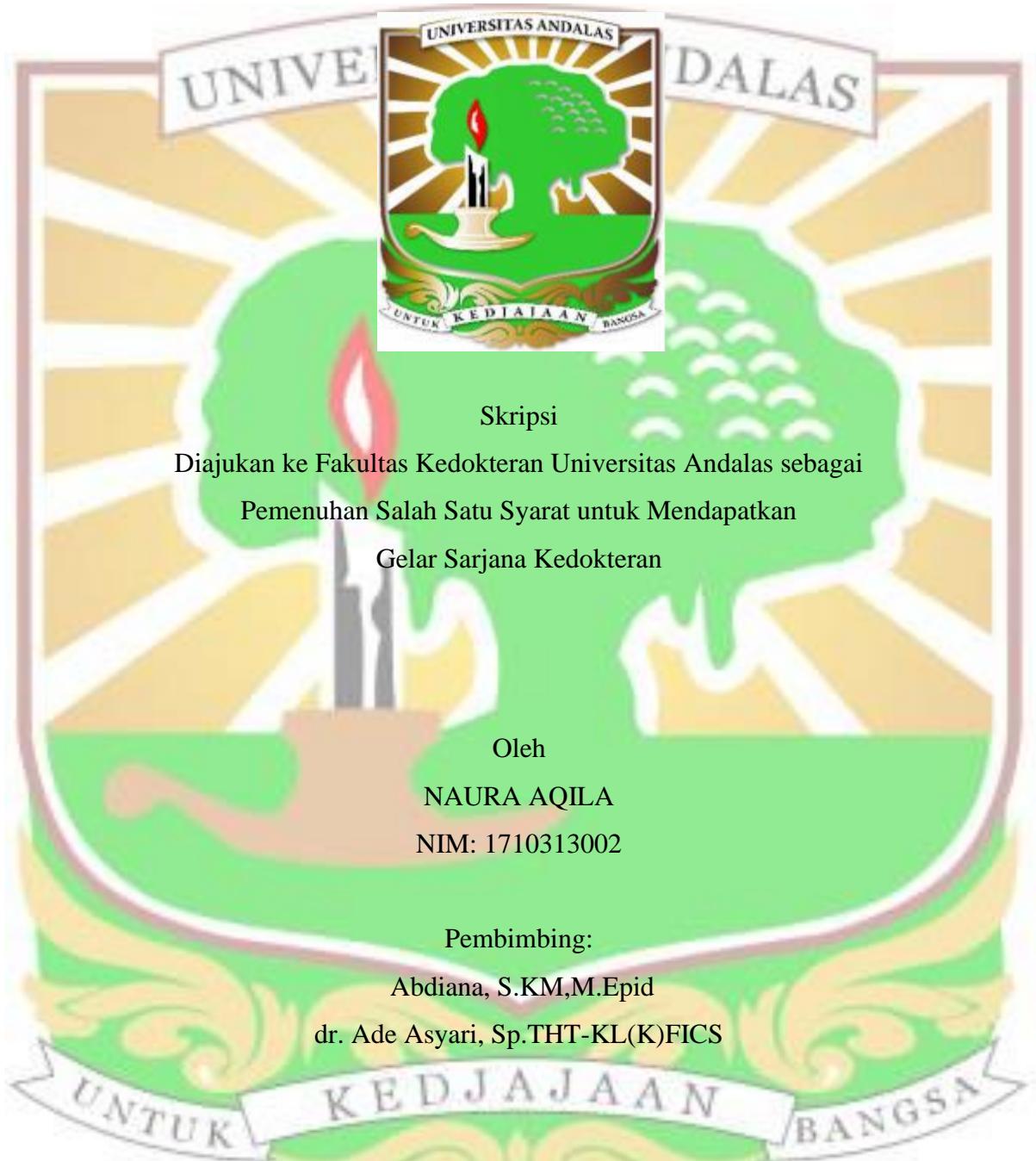


**MODIFIKASI DIET UNTUK PENDERITA *LARYNGOPHARYNGEAL REFLUX*  
(LPR): SEBUAH TINJAUAN NARATIF**



Skripsi

Diajukan ke Fakultas Kedokteran Universitas Andalas sebagai  
Pemenuhan Salah Satu Syarat untuk Mendapatkan  
Gelar Sarjana Kedokteran

Oleh

NAURA AQILA  
NIM: 1710313002

Pembimbing:

Abdiana, S.KM,M.Epid  
dr. Ade Asyari, Sp.THT-KL(K)FICS

FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS ANDALAS

PADANG

2022

## ABSTRACT

### DIET MODIFICATION ON LARYNGOPHARYNGEAL REFLUX : A NARRATIVE REVIEW

by  
Naura Aqila, Abdiana, Ade Asyari, Rosfita Rasyid, Dolly Irfandy, Eka Nofita

*Laryngopharyngeal reflux (LPR) is a condition of the backflow of gastric contents into the upper aerodigestive tract area which causes irritation and discomfort. Treatment with medical therapy alone is not enough if it does not avoid other risk factors such as food. Therefore, a literature study was conducted to determine the recommended food choices for LPR therapy.*

*This study is a narrative review. Literature search was carried out in 3 databases : PubMed, Google Scholar and Proquest published in the priod 2011-2021. The sources of the databases used are PubMed, Google Scholar and Proquest. Articles are selected based on predetermined eligibility criteria.*

*Total of 8 studies were include in this narrative review. LPR therapy in addition to high-dose PPI twice a day, is also advised to modify diet. Recommended dietary modifications such as low-acid diet, that is avoiding foods with an acidic pH ( $\text{pH} < 5$ ), a low-fat diet is consuming only 10-25% fat of the total energy requirement per day, and consuming alkaline water with pH 8 which have been shown to have benefits in Laryngopharyngeal reflux patient symptoms.*

*The conclusion of this study is that diet modification such as low-acid diet, low-fat diet, and alkaline water is highly recommended for therapy in patients with Laryngopharyngeal Reflux.*

**Keywords:** *Laryngopharyngeal reflux, low acid diet, low fat diet, alkaline water.*



## ABSTRAK

### MODIFIKASI DIET PADA PENDERITA *LARYNGOPHARYNGEAL REFLUX* : SEBUAH TINJAUAN NARATIF

Oleh

**Naura Aqila, Abdiana, Ade Asyari, Rosfita Rasyid, Dolly Irfandy, Eka Nofita**

*Laryngopharyngeal reflux* (LPR) merupakan keadaan terjadinya aliran balik isi lambung ke daerah saluran aerodigestif bagian atas yang menyebabkan iritasi dan ketidaknyamanan. Tatalaksana dengan terapi medikamentosa saja tidak cukup jika tidak menghindari faktor resiko lainnya seperti makanan. Oleh karena itu, studi literatur dilakukan untuk mengetahui pilihan makanan yang dianjurkan untuk terapi LPR.

Penelitian ini merupakan tinjauan naratif. Pencarian literatur dilakukan melalui 3 sumber basis data yaitu *Pubmed*, *Google Scholar*, dan *Proquest* dalam rentang publikasi dari tahun 2011-2021. Artikel diseleksi berdasarkan kriteria eligibilitas yang telah ditentukan.

Total 8 studi dimasukkan dalam tinjauan naratif ini. Terapi LPR selain diberikan PPI dosis tinggi dua kali sehari, juga diberikan anjuran modifikasi diet. Modifikasi diet yang diberikan dapat berupa diet rendah asam yaitu menghindari makanan dengan pH asam ( $\text{pH} < 5$ ), diet rendah lemak yaitu mengonsumsi lemak 10-25% saja dari kebutuhan total per hari, dan mengonsumsi minuman alkali dengan pH 8 yang terbukti memiliki manfaat dalam perbaikan gejala pasien *Laryngopharyngeal Reflux*.

Kesimpulan dari penelitian ini adalah pilihan modifikasi diet berupa diet rendah asam, rendah lemak, dan minuman alkali sangat dianjurkan untuk terapi pada penderita *Laryngopharyngeal Reflux*.

**Kata Kunci:** Refluks Laringofaring, diet rendah asam, diet rendah lemak, minuman alkali.

