

# RSDK

Media Informasi dan Komunikasi RSUP Dr. Kariadi

Gelar Pertunjukan WO  
Srikandi Senopati

Hendi Menggaet RSUP dr. Kariadi Berkolaborasi :

Meningkatkan  
Pelayanan  
Kesehatan

**HUT Ke-93**  
**Hidup Sehat**  
**Bersama RSUP. Dr.Kariadi**



# KLINIK INFERTILITAS **AMARILIS**

## RSUP Dr. KARIADI SEMARANG



- Konsultasi tentang kesuburan dan gangguan haid
- Dilayani oleh Dokter Spesialis Obgyn Konsultan Fertilitas dan Androlog Handal yang berpengalaman
- Pemeriksaan laborat (analisa sperma)

### PROGRAM UNGGULAN

#### A. TRB ( Teknologi Reproduksi Berbantu )

- Inseminasi
- IVF ( bayi tabung ) : Konvensional, ICSI
- Penyimpanan embrio dan sperma

#### B. SIS (Sonohisterography Infus Saline)

#### C. Hysteroscopy



### PENDAFTARAN & INFORMASI

#### ONLINE ( VIA TELPON & WEBSITE )

🌐 www.rskariadi.co.id  
📞 024-8417200 EXT. 7000

#### ADMISI POLI GARUDA



RSUP Dr. KARIADI - Jl. Dr. Sutomo 16 Semarang

Telp. 024 - 841 3476 fax. 024 - 831 8617 email: [info@rskariadi.co.id](mailto:info@rskariadi.co.id) web. [www.rskariadi.co.id](http://www.rskariadi.co.id)



► RSDK Edisi 11



## Susunan Redaksi

### Penasihat

- dr. Agus Suryanto, Sp.PD-KP., MARS, MH
- Dr. Agoes Oerip Poerwoko, SpOG(K)
- DR. dr. Dodik Tugasworo Pramukarso, Sp.S(K)
- Haryo Wicaksono, SE, Akt, MARS

### Penanggung Jawab

- dr. Arif R. Sadad, SH., SpF.,Msi.Med., DHM

### Pemimpin Redaksi

- Ka.Bag. Hukum, Humas & Pemasaran

### Redaktur Pelaksana

- Dr. Ika Syamsul Huda, Sp.PD
- Neneng Syamsiah, SKM, MM
- Sigit Adianto, SKM
- Suyatno, S.Kom
- Parna, SE

### Desain & Layout

- Suprih Rustanto, S.IKom
- Yersinanda Arya Wisesa, Amd

### Alamat Redaksi

- Bagian Hukum, Humas dan Pemasaran  
RSUP Dr. Kariadi Semarang  
Jl. Dr. Sutomo 16 Semarang 50244  
Call Center : +62 24 8450800  
Telp : +62 24 8413476, Fax : +62 24 8318617  
Sms Pengaduan : +62 8886509262 ,  
Email : info@rskariadi.co.id

Redaksi menerima kiriman artikel atau hasil naskah asli, serta saran yang dapat membantu meningkatkan mutu dan materi majalah RSDK.

Naskah / artikel dapat dikirimkan melalui email : [majalahrsdk@gmail.com](mailto:majalahrsdk@gmail.com)  
Redaksi berhak menyunting naskah atau artikel tanpa mengubah substansi tulisan.

➤ **Baca dan Download majalah RSDK Versi DIGITAL DI [WWW.RSKARIADI.CO.ID](http://WWW.RSKARIADI.CO.ID)**

**Salam Redaksi**



## Sehat Bersama RSUP Dr. Kariadi

dr. Arif R. Sadad, SH., SpF.,Msi.Med., DHM

**R**SUP Dr. Kariadi pada tahun 2018 ini telah 83 tahun mengabdikan untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat. Sebagai salah satu Rumah Sakit yang menjadi tumpuan pelayanan kesehatan di Jawa Tengah pada khususnya dan Indonesia pada Umumnya menjadikan RSUP Dr. Kariadi selalu berupaya menciptakan peningkatan dan inovasi di berbagai bidang pelayanan kesehatan.

Ajakan RSUP Dr. Kariadi untuk hidup sehat bukan hanya terletak pada kesehatan fisik dan mental pada seorang individu saja, melainkan juga harapan kesehatan pada masyarakat dan negara.

Insan yang sehat dan kuat akan melahirkan masyarakat yang sehat, dan masyarakat yang sehat akan menciptakan negara yang sehat pula. Sebuah sinergi yang terus menerus harus dilakukan untuk membangun kesadaran perilaku sehat di tengah-tengah masyarakat.

Lebih dalam lagi, pembangunan kesehatan adalah bagian dari pembangunan nasional yang bertujuan meningkatkan kesadaran, kemauan dan kemampuan hidup sehat bagi setiap orang agar terwujud derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya.

Pembangunan kesehatan tersebut merupakan upaya seluruh potensi bangsa Indonesia.

Pembangunan kesehatan harus diimbangi dengan intervensi perilaku yang memungkinkan masyarakat lebih sadar, mau dan mampu melakukan hidup sehat sebagai prasyarat pembangunan yang berkelanjutan (sustainable development). Untuk menjadikan masyarakat mampu hidup sehat, masyarakat harus dibekali dengan pengetahuan tentang cara-cara hidup sehat.

Untuk itu disetiap

kesempatan yang ada, RSUP Dr. Kariadi hadir ditengah-tengah masyarakat secara langsung, baik itu melalui pelayanan konsultasi kesehatan gratis di area Car Free Day, bantuan pembangunan fasilitas kesehatan di daerah-daerah dan kecamatan sekitar Kota Semarang, dan aneka kegiatan lainnya sebagai upaya promotif dan preventif di tengah-tengah masyarakat.

Semua itu dilakukan RSUP Dr. Kariadi sebagai seruan dan ajakan untuk Hidup Sehat Bersama RSUP Dr. Kariadi.

Mari Hidup Sehat mulai dari kita.



# Perpustakaan Dalam Genggaman



**6**

## LAPORAN UTAMA

HUT ke-93, Hidup Sehat  
Bersama RSUP Dr Kariadi

Hari Minggu tanggal 9 September 2018 Jalan pemuda yang biasanya di penuhi dengan arus lalulintas, pagi itu berubah dipenuhi oleh karyawan beserta keluarga yang berkostum olahraga berwarna merah, biru dan kuning bertuliskan Gerakan Masyarakat Sehat (Germas).

**15**

## PKRS

Benjolan Pada Mata  
Perlu Diwaspadai

Benjolan yang terdapat di daerah mata tidak boleh dianggap remeh. Sebab, jika dibiarkan kondisi tersebut berpotensi menimbulkan tumor pada mata, yang jika dibiarkan akan menggerogoti penglihatan.

**12**

## LAPORAN KHUSUS

Perpustakaan  
Dalam Genggaman

RSUP Dr. Kariadi Semarang merupakan Rumah Sakit terbesar sekaligus berfungsi sebagai Rumah Sakit rujukan bagi wilayah Jawa Tengah. Saat ini RSUP Dr. Kariadi adalah Rumah Sakit kelas A Pendidikan dan berfungsi sebagai Rumah sakit Pendidikan Utama bagi dokter, dokter spesialis, dan sub spesialis dari Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro, dan Institusi Pendidikan lain serta tenaga kesehatan lainnya.

**18**

## FOKUS

RSUP Dr. Kariadi  
Peduli Kanker Anak

Pelatihan Implementasi Komite Keperawatan diikuti oleh beberapa rumah sakit yang ada di Pulau Jawa dan beberapa rumah sakit dari pulau Kalimantan. Komite Keperawatan yang ada di RSUP Dr. Kariadi merupakan sebuah pembelajaran yang patut ditularkan kepada rumah sakit lain yang ada di Indonesia.



# 20

## AKTUAL

Waspada Gejala Leukimia  
Pada Anak

Tahukah Anda bahwa penyakit leukemia dibagi menjadi dua tipe yaitu leukimia akut dan kronik. Leukimia akut dibagi menjadi dua jenis, yaitu ALL (Acute Lymphoblastic Leukemia). Sedangkan jenis kronik adalah CML ( Chronic Myelogenous Leukemia).

# 26

## FEATURE

Tetap Sehat  
Pada Usia Lanjut

Seorang individu akan mengalami proses menua pada organ-organ tubuhnya yang tidak sama cepat, tergantung dari kebiasaan hidup dan pola makan. Usia biologis seseorang tidak identik dengan usia kronologis.

# 30

## SERBA-SERBI

Jumlah Urine Berkurang  
Bisa Jadi Gagal Ginjal

Orang dengan gangguan ginjal akan timbul gejala yang namapak seperti kaki sering bengkak, jumlah urine berkurang, pandangan sering berkunang-kunang, sulit berkonsentrasi. Selain itu tidak ada nafsu makan, merasa mual, dengan tekanan darah tinggi, dan juga merasa sesak nafas.

# 34

## GALLERY

Keriadi Got Talent,  
Pagelaran Wayang Orang,  
Workshop ARVI, Bakti Sosial,  
Sertijab di Lingkungan RSDK,  
Tugas Kemanusiaan

# 36

## PROGRES

Deteksi Dini Kelainan Mata  
Pada Anak

gangguan mata memang bisa terjadi sejak bayi. Terdapat beberapa penyakit mata yang bisa menyerang dengan gejala awal kemunculan putih-putih pada pupil layaknya mata kucing.

# 40

## TIPS

Jangan Sepelekan  
Karang Gigi

Tahukah anda bahwa terbentuknya karang gigi, dimulai dari rongga mulut selalu dilumuri air liur (saliva) dan terpapar makanan, bakteri mulut, dan bisa juga terkena trauma saat menyikat gigi atau tusuk gigi. Dalam beberapa detik setelah gosok gigi, mulut akan terlapisi deposit tipis dari protein saliva pada seluruh permukaannya.

# 44

## REPORTASE

Kenali dan Cegah  
HIV / AIDS

Diare yang sangat lama, berat badan turun, herpes tidak kunjung sembuh sama seperti gejala yang biasanya dialami oleh para penderita HIV/AIDS. Orang yang terinfeksi virus HIV seringkali tidak merasakan gejala apapun, sebelum 5 tahun akan ada beberapa gejala yang terlihat seperti demam yang lama lebih dari 1 bulan, batuk lebih dari 1 bulan, diare lebih dari 1 bulan, berat badan turun drastis, ada kelainan kulit (seperti herpes, ulkus di mulut, seperti di gigit nyamuk bekasnya tidak hilang hilang, atau kulit bersisik).



# HUT ke-93, Hidup Sehat Bersama RSUP Dr Kariadi

Hari Minggu tanggal 9 September 2018 Jalan pemuda yang biasanya di penuhi dengan arus lalulintas, pagi itu berubah dipenuhi oleh karyawan beserta keluarga yang berkostum olahraga berwarna merah, biru dan kuning bertuliskan Gerakan Masyarakat Sehat (Germas).

**Y**a pagi itu sekitar 1000 karyawan RSUP dr Kariadi bersama keluarga dan umum "tumplek blek" bersenam ria di jalan Jl.Pemuda, tepatnya di depan Balai kota Semarang, untuk memeriahkan HUT RSUP dr Kariadi ke 93.

Acara senam itu semakin tambah meriah ketika direktur RSUP Dr Kariadi bersama walikota semarang dan tamu undangan ikut membaur bersama karyawan melakukan gerakan senam yang dipandu oleh tiga instruktur dan selanjutnya acara diakhiri dengan pelepasan balon.

Namun kemeriahan HUT RSUP Dr Kariadi ke 93 itu tidak berhenti disitus saja, karena masih ada rangkaian acara seperti pentas musik, seni tari dan pembagian dorprise dengan hadiah yang menarik, seperti sepeda motor, kipas angin, kompor gas dan masih banyak lagi, disamping ada minuman susu gratis.

Dalam sambutannya, Dirut RSUP Dr Kariadi, dokter Agus Suryanto SpPD-KP mengatakan, Rumah Sakit Umum Pusat (RSUP) Dr Kariadi Semarang dan Pemerintah Kota (Pemkot) Semarang terus mensosialisasikan Gerakan Masyarakat Sehat (Germas).

"Germas harus terus kita sosialisasikan, karena sehat tidak hanya fisik, tetapi juga mental. Sehat individu, masyarakat dan negaranya. Karena itu, kali ini kita mengambil tema "Hidup Sehat Bersama RSUP Dr Kariadi".

" Kami berharap semoga dalam ulang tahun yang ke 93 ini RSUP Kariadi mendapatkan berkah dan insyaallah kedepan menjadi semakin bersahabat khususnya bagi warga masyarakat semarang, jateng dan Indonesia pada umumnya", ucapnya.

Pada acara kegiatan itu pula dilakukan Penandatanganan nota kesepahaman antara Direktur



Utama RSUP Dr Kariadi, Dokter Agus Suryanto SpPD-KP dan Hendrar Prihadi selaku Walikota Semarang terkait dengan pengenalan layanan gawat darurat yang lebih spesifik, yaitu untuk penanganan penyakit jantung..

## RSUP Dr.Kariadi Jempol

Walikota Semarang Hendrar Prihadi dalam sambutannya mengatakan, penyakit seperti jantung, stroke dan kanker sebetulnya bisa dicegah dengan menerapkan pola hidup sehat. Di antaranya dengan mengonsumsi makanan dan minum sehat serta olahraga teratur. Hal ini dilakukan agar masyarakat terhindar dari penyakit jantung, stroke, dan kanker.

Lebih jauh ia mengatakan, bicara tentang RSUP dr Kariadi kalau diukur dari sebuah tolok ukur keberhasilan di wilayah kesehatan di kota Semarang, Jawa Tengah dan Indonesia tidak ada tandingannya, RSUP dr Kariadi Jempol.



"Maka kalau hari ini RSUP Dr Kariadi yang dulu lebih dikenal CBJ sudah berusia 93 tahun Maka kami dari Pemerintah Kota Semarang mengucapkan selamat dan mudah-mudahan selalu Jaya eksis dan hebat, mudah-mudahan kerja keras kita semuanya mendapatkan ridlo dari Allah dan bermanfaat bagi bangsa dan negara kita", ujarnya. Sambil menambahkan, kalau Gerakan

Masyarakat Sehat (Germas) perlu didorong dan terus disosialisasikan.

Sementara itu, Ketua panitia kegiatan, dokter Gunawan Santoso SpRad (K) menyatakan, acara tersebut puncak dari rangkaian kegiatan untuk menyemarakkan HUT RSUP Dr Kariadi. Sebelumnya dilaksanakan berbagai kegiatan, mulai kesenian, olahraga hingga bakti sosial.

"Kami juga menyelenggarakan seminar awam terutama untuk ibu-ibu PKK tentang kanker payudara. Kami berharap, semakin bertambahnya umur rumah sakit ini, pelayanan kepada masyarakat semakin lebih baik lagi," paparnya.\*\*\*



# Hendi Menggaet RSUP dr. Kariadi Berkolaborasi Meningkatkan Pelayanan Kesehatan

**W**alikota Semarang yang akrab dipanggil Pak Hendy dalam rangkaian puncak acara HUT RSUP Dr Kariadi ke 93 di Balaikota Semarang, rupanya punya kenangan yang tidak pernah terlupakan terhadap rumah sakit terbesar di Jawa Tengah ini.

Ketika memberikan sambutan, dalam hari ulang tahun tersebut orang nomor satu di jajaran pemerintahan kota Semarang ini rupanya ingat masa-masa kecil, ketika ia sakit, lantas orang tuanya menyuruh untuk berobat ke CBZ yang sekarang bernama rumah sakit dr Kariadi.

Itu sebabnya kata-kata orang tuanya masih segar dalam ingatannya, kalau dirinya pernah diminta berobat ke rumah sakit yang bernama CBZ yang tentunya dahulu tidak se besar seperti sekarang ini.

Dibagian lain ia menuturkan, kalau capaian positif dalam memajukan kota semarang di bidang kesehatan, karena dirinya tak pernah berhenti berinovasi dalam rangka meningkatkan pelayanan kesehatan di Kota Semarang.

Seperti diketahui ia sebelumnya meluncurkan berbagai program seperti berobat gratis untuk seluruh masyarakat, konsultasi dokter online gratis, ambulans siaga gratis, ambulans gawat darurat gratis, hingga ambulans motor.

Oleh sebab itu dalam tahap berikutnya ia kini menggaet RSUP Dr. Kariadi untuk dapat berkolaborasi.

"Kemajuan di bidang kesehatan berkaitan erat dengan bidang-bidang lain seperti sektor pariwisata. RSUP Dr Kariadi memiliki banyak tenaga medis profesional dan kompeten. Ini yang membuat Semarang semakin banyak dikunjungi wisatawan," tambahnya

## Harapan Hidup Meningkat

Sementara itu terkait dengan harapan hidup warga kota Semarang, Walikota Semarang, Hendrar Prihadi mengatakan jika setidaknya ada 3 sektor penting yang menjadi fokus pada periode kepemimpinannya, antara lain di sektor kesehatan, pendidikan, dan ekonomi.

Menurutnya Khusus terkait dengan sektor kesehatan, keberhasilan di era pemerintahannya terlihat dari catatan Angka Harapan Hidup warga Kota Semarang di tahun 2017 yaitu sebesar 77,21 tahun.

"Capaian Pemerintah Kota Semarang tersebut lebih tinggi dibandingkan daerah lain di Indonesia pada tahun yang sama. Sebut saja Kota Yogyakarta 74,35 tahun, Kota Denpasar 74,17 tahun, Kota Surabaya 73,88 tahun, Kota Bandung 73,86 tahun, Kota Jakarta Selatan 73,84 tahun, Kota Medan 72,4 tahun, atau juga Kota Makassar 71,51 tahun", ujarnya.\*\*\*





# Gelar Pertunjukan Wayang “Srikandi Senopati”

RSUP Dr. Kariadi Kota Semarang gelar pertunjukan wayang orang dengan tokoh “Srikandi Senopati” di Gedung Ki Narto Sabdo, Taman Budaya Raden Saleh Kota Semarang, Sabtu (29/9). Kegiatan ini dihelat dalam rangka memperingati HUT RSUP Kariadi ke-93 tahun.

**A**da sebanyak kurang lebih 47 pemain yang terdiri dari jajaran RSUP Kariadi mulai dari dokter spesialis, konsultan, humas hingga

perawat memainkan tokoh dalam pertunjukan wayang orang tersebut.

Singkat cerita diambil dari cuplikan Barata Yudha dalam pertunjukan ini dikisahkan tokoh

Srikandi yang merupakan seorang ksatria wanita ditunjuk oleh Pandawa untuk melawan Kurawa. Menurut perhitungan strategi Betara Kresna yang pantas untuk bisa mengalahkan Bisma adalah Srikandi.



Direktur SDM & Pendidikan RSUP dr Kariadi, Dr dr Dodik Tugasworo Sp S(K) mengatakan kegiatan ini merupakan salah satu bentuk kepedulian RSUP Kariadi dalam menguri-nguri budaya jawa khususnya wayang orang.

"Kita bekerja sama dengan Wayang Orang Ngesti Pandawa sudah mengadakan 2 kali pementasan. Jadi kegiatan ini dalam rangka HUT RSUP Kariadi ke- 93 tahun,"ungkapnya.

Dr. Dodik menjelaskan melalui pertunjukan wayang orang ini pihaknya ingin menyelipkan pesan-pesan mengenai kesehatan kepada masyarakat. Menurutnya selain upaya dalam nguri-nguri budaya jawa, wayang orang ini sebetulnya adalah suatu cara komunikasi yang cukup efektif untuk mempromosikan sektor kesehatan atau sektor lainnya.

"Untuk itu saya rasa sangat baik sekali kerjasama kami dengan pihak Ngesti Pandawa. Harapan ke depannya kami dapat melayani masyarakat terutama bagi masyarakat yang kurang mampu sehingga RSUP Kariadi dapat bermanfaat untuk masyarakat dan bangsa Indonesia," pungkasnya.

Sementara itu Ketua Panitia Penyelenggara acara dr Gunawan

Santoso menuturkan dalam rangka HUT Kariadi ada banyak rangkaian kegiatan antara lain lomba-lomba bakiak, voli, badminton dan banyak lagi.

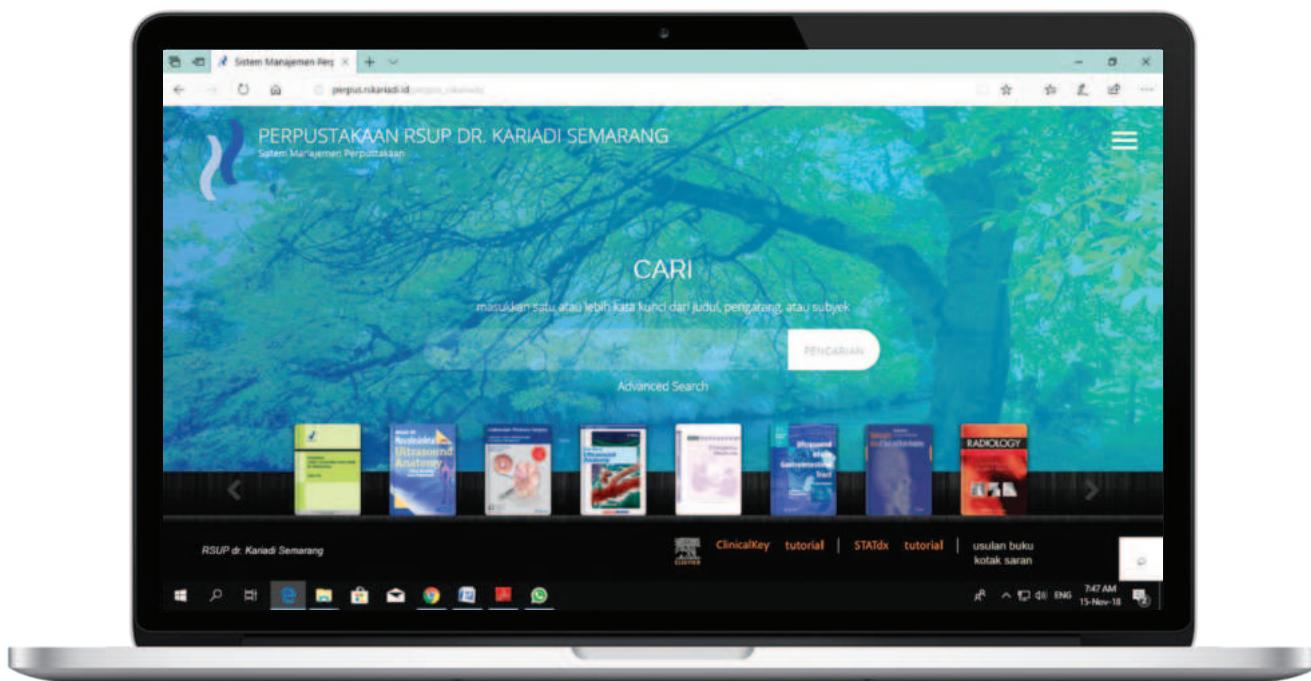
"Tepat pada tanggal 9 September lalu kami mengadakan syukuran di Balai Kota Semarang bersama Pak Wali (Hendar Priadi red.) dan pertunjukan wayang orang malam ini adalah sebagai rangkaian penutup acara," tukasnya.





# Perpustakaan Dalam Genggaman

RSUP Dr. Kariadi Semarang merupakan Rumah Sakit terbesar sekaligus berfungsi sebagai Rumah Sakit rujukan bagi wilayah Jawa Tengah. Saat ini RSUP Dr. Kariadi adalah Rumah Sakit kelas A Pendidikan dan berfungsi sebagai Rumah sakit Pendidikan Utama bagi dokter, dokter spesialis, dan sub spesialis dari Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro, dan Institusi Pendidikan lain serta tenaga kesehatan lainnya.



Rumah sakit merupakan bagian integral dari pelayanan kesehatan. Adanya kompetisi dalam era globalisasi dibidang pelayanan kesehatan perlu diantisipasi dengan peningkatan mutu dan profesionalisme SDM. Salah satu upaya yang dapat berperan langsung terhadap pengembangan SDM adalah melalui kegiatan pendidikan,

pelatihan, dan penelitian. Dalam mewujudkan SDM yang berkompeten, tentunya didukung dengan sarana dan prasarana yang memadai. Salah satu sarana dan prasarana yang mendukung adalah adanya perpustakaan. Perpustakaan tidak bisa terlepas dari kegiatan pendidikan dan penelitian. Perpustakaan harus menyediakan informasi yang memadai untuk menunjang kegiatan pendidikan dan penelitian.

Perpustakaan yang sekarang ada dan digunakan telah banyak dan jauh mengalami perubahan dalam banyak aspek. Perpustakaan tentu akan selalu mengalami perubahan terutama yang berkaitan dengan teknologi informasi dan intensitas perkembangan informasi. Dalam memasuki masa informasi, di mana informasi telah berkembang dengan begitu pesat, setiap orang dan dalam setiap sisi kehidupannya



tidak akan terlepas dari informasi. Siapa yang mempunyai akses dan informasi lebih cepat dan tepat akan menguasai dunia. Sebaliknya bagi mereka yang ketinggalan dan keterbatasan akses informasi akan jauh tertinggal di belakang.

Proses perkembangan informasi akan semakin cepat, sejalan dengan makin berkembangnya teknologi informasi. Jika masa lalu koleksi perpustakaan diwarnai dengan koleksi dari daun lontar dan tanah liat, sekarang yang paling dominan berupa koleksi tercetak, dan banyak perpustakaan sudah dalam bentuk mikro, digital dan elektronik. Dengan kata lain, berkat kemajuan teknologi informasi, orang memperoleh kemudahan dan kebebasan akses atas sumber informasi di perpustakaan. Hal tersebut tidak hanya berlaku pada perpustakaan umum saja, tetapi juga pada perpustakaan khusus. Koleksi perpustakaan khusus saat ini sudah beragam, baik dalam bentuk tercetak maupun dalam bentuk elektronik.

Saat ini, baik di bidang kedokteran maupun profesi lainnya menekankan tanggungjawab seorang individu dalam menentukan pengembangan keprofesian berkelanjutan untuk mencapai keberhasilan. Mereka juga harus mempunyai keterampilan yang dibutuhkan yaitu menjadi aktif dan pembelajaran yang mandiri daripada hanya sebagai penerima

informasi yang pasif. Hal tersebut akan meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal karena mereka akan lebih terlatih, meningkatkan kemampuan problem solving, dan dibiasakan belajar mandiri menuju life-long study learning. Kalau jaman sekarang kita lebih melek digital daripada melek buku, itu bukan pertanda buruk. Minat baca tetaplah ada, hanya saja medianya yang berubah.

Salah satu upaya perpustakaan RSUP Dr. Kariadi dalam menyediakan informasi berbasis teknologi informasi atau digital adalah dengan implementasi e-library. E-library RSUP Dr. Kariadi memanfaatkan aplikasi SLIMS (Senayan Library Management System) dengan mengembangkan fitur yang telah ada. E-library RSUP Dr. Kariadi juga mencantumkan fitur ClinicalKey yang merupakan produk dari Elsevier yang menyediakan konten semua bidang kesehatan dan StatDx yang menyediakan konten khusus





ilmu radiologi. Perpustakaan RSUP Dr. Kariadi telah berlangganan Clinicalkey dan StatDx sejak Juni 2018. ClinicalKey mempunyai keunggulan cepat, lengkap, nyaman, dan terpercaya. E-library ini dapat diakses dimana saja dan kapan saja dalam versi web dan aplikasi di handphone. E-library versi web dapat diakses di <http://perpus.rskariadi.id/> dan versi aplikasi di handphone android dan apple bisa diunduh di Playstore atau AppStore pada aplikasi KIS (Kariadi Information System) konten didalamnya terdapat menu perpustakaan RSUP Dr. Kariadi.

E-Library adalah program supaya orang-orang mudah mengakses perpustakaan dimana dan kapan saja. Selain itu juga, e-library meluaskan jangkauan layanan berupa open source. Gak asyik donk kalo yang bisa akses hanya orang-orang di lingkungan RSUP Dr. dan sekitarnya? Dengan layanan e-library ini semua orang dapat mengakses perpustakaan. Selama mereka memiliki kuota internet tentu saja. Melalui E-library ini dilema yang dulu sering dialami ketika membawa banyak buku dan bawaan terasa berat. Tapi kalau terlalu sedikit, bacaan akan cepat habis. E-library RSUP Dr. Kariadi ini memberikan solusi untuk masalah ini. Hanya dengan mengunduh aplikasi KIS yang serasa membawa perpustakaan dalam ponsel, selama baterai ponsel masih aman. Cukup seru kan? Secara umum cara kerja e-library ini sama dengan perpustakaan biasa. Bedanya ini semua bisa kamu nikmati dalam genggaman. Lebih praktis kan?. Yang namanya aplikasi, pasti ada saat dimana tiba-tiba lemot, susah diakses, atau hal-hal yang tidak menyenangkan lainnya. Kalau



aplikasi tiba-tiba tidak bersahabat dan tidak bisa digunakan, jangan ragu untuk menghubungi pihak perpustakaan RSUP Dr. Kariadi di ext 8088. E-library ini akan selalu dikembangkan menjadi lebih baik, dan ditambah fitur R-fitur sesuai kebutuhan pemustaka.

Tidak berhenti disini saja, perpustakaan RSUP Dr. Kariadi juga sudah bergabung di KINK Indonesia One Search Kementerian Kesehatan RI yang dibawah Indonesia One Search Perpustakaan Nasional. Apa sih KINK Indonesia One Search itu? KINK Indonesia One Search

atau IOS adalah sebuah pintu pencarian tunggal untuk semua koleksi publik dari perpustakaan, museum, dan arsip di seluruh Indonesia khususnya instansi dibawah Kementerian Kesehatan RI. Selain itu, portal ini juga menyediakan akses ke sumber elektronik internasional (e-resources) yang dilengkapi oleh Perpusnas RI untuk semua anggota yang terdaftar. Jadi bagaimana cara kerjanya? Begini, misalkan kamu ingin mencari sebuah buku, tapi kamu tidak menemukan di

perpustakaan terdekat. Kamu tak perlu pusing. Cukup buka alamat web IOS di <https://kink.oneresearch.id/> lalu masukkan judul buku yang kamu inginkan di kolom pencarian dan buku yang kamu inginkan akan muncul. Kamu akan diberi informasi di mana buku itu tersedia. Informasi yang ada itu berasal dari banyak katalog online perpustakaan di seluruh Indonesia. Bisa jadi buku yang kamu cari tak ditemukan di Jakarta, tapi kamu bisa dapatkan di perpustakaan di Bandung atau Surabaya. Dan itu bisa kamu dapatkan melalui website ini. Kelebihan IOS ini pastinya kita bisa hemat waktu dan tenaga, koleksinya banyak, dan IOS ini anti duplikat jadi kamu akan terhindar dari koleksi hasil plagiat. Nah mulai sekarang kamu tidak perlu pusing mondar mandir dari satu perpustakaan ke perpustakaan lain. Cukup akses IOS dan masalah teratasi. Mudah kan? Perpustakaan RSUP Dr. Kariadi termasuk kedalam 15 Top Contributors dan Collections dengan jumlah koleksi 2.564 Koleksi dan satu-satunya koleksi terbanyak di kalangan perpustakaan khusus.

# Benjolan Pada Mata Perlu Diwaspadai

Oleh dr. Trilaksana Nugroho, Sp. M, M.Kes, Spesialis Mata



Benjolan yang terdapat di daerah mata tidak boleh dianggap remeh. Sebab, jika dibiarkan kondisi tersebut berpotensi menimbulkan tumor pada mata, yang jika dibiarkan akan menggerogoti penglihatan.

**P**enyebab penyakit tumor mata dikarenakan faktor genetik/keturunan. Selain itu penyakit tersebut juga bisa didapat seseorang karena radiasi sinar matahari, sinar hambur, dan sinar rontgen (x), infeksi virus, dan radiasi nuklir, serta berbagai makanan yang mengandung arang menyebabkan terjadinya radikal bebas.

Seseorang harus waspadai jika mata terus mengalami penurunan kemampuan penglihatan dan berbagai gejala seperti kabur, halusinasi dan ilusi penglihatan. Selain itu juga sering menabrak karena lapang pandang menyempit, kelainan bentuk dan perubahan posisi mata, harus segera diperiksakan. Terutama mereka yang memiliki riwayat keluarga memiliki tumor pada mata sebaiknya melakukan pemeriksaan mata. Apalagi jika mata mengalami perubahan posisi, bentuk, dan terdapat benjolan, serta fungsi penglihatan berkurang.

Jika terdapat kelainan bentuk dan posisi bola mata, maka harus segera diperiksa. Dalam kondisi

tersebut, diperkirakan terdapat massa yang mendesak atau menggeser bola mata dalam jangka waktu lama. Mata normal memiliki area pandang sebesar 90 hingga 110 derajat. Jika terjadi desakan antar pergeseran posisi, maka ruang pandang tersebut bisa terus berkurang.

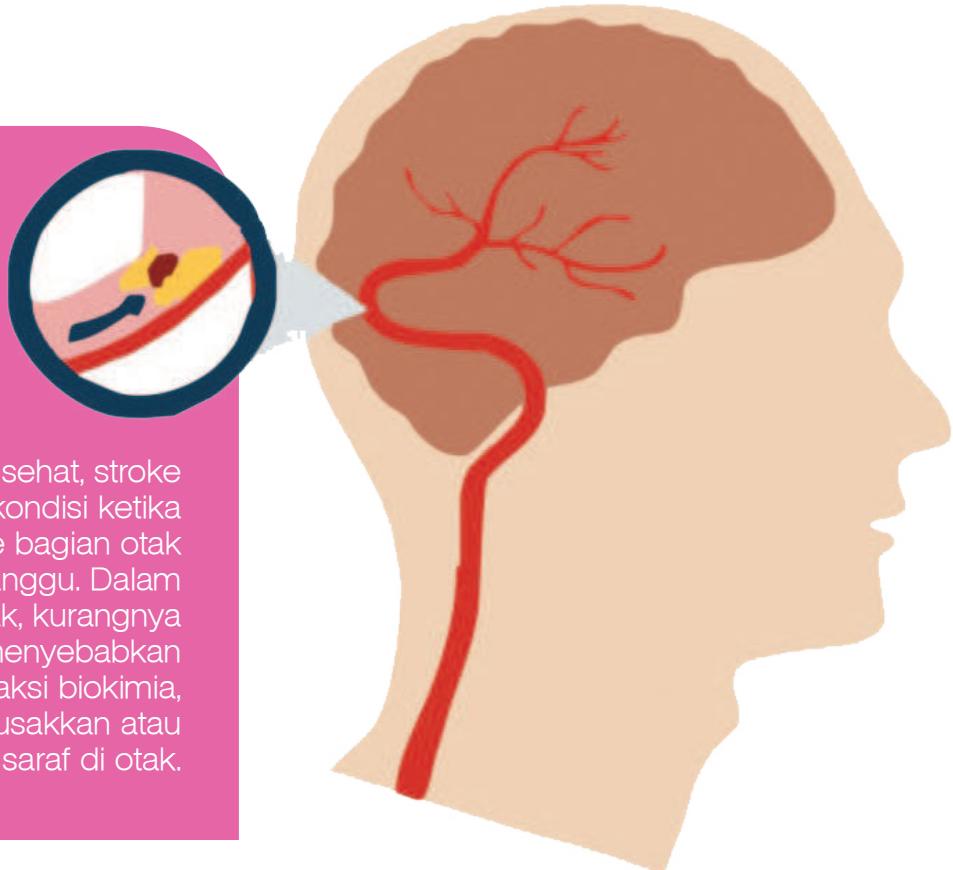
Jika kanker terlambat mendapatkan pengobatan secara dini, maka kanker ini akan terus melebar dan beresiko menutupi seluruh bagian bola mata. Fatalnya, jika hal ini terjadi, maka mata penderita akan mengalami kebutaan permanen. Jika dibiarkan dalam waktu yang lama, maka tumor mata bisa menyebar ke seluruh tubuh.



# STROKE ? JANGAN SAMPAI DEH!

Oleh: dr. Dodik Tugasworo, Sp.S(K)  
RSUP dr.Kariadi

Sahabat sehat, stroke merupakan kondisi ketika pasokan darah ke bagian otak tiba-tiba terganggu. Dalam jaringan otak, kurangnya aliran darah menyebabkan serangkaian reaksi biokimia, yang dapat merusakkan atau mematikan sel-sel saraf di otak.



**F**aktor risiko penyebab stroke sendiri dibagi menjadi 2 yaitu, faktor yang tidak dapat dikendalikan dan faktor yang dapat dikendalikan.

Faktor yang tidak dapat dikendalikan diantaranya :

- Usia (semakin tua usia seseorang, lebih besar kemungkinannya untuk terserang stroke, penyakit jantung, dll. Karena otomatis kondisi jaringan tubuh sudah mulai kurang fleksibel dan lebih kaku, termasuk dengan pembuluh darah).

- Jenis kelamin (pria lebih rentan terkena penyakit stroke dibandingkan perempuan. Hal ini kemungkinan juga dihubungkandengan perilaku pria yang lebih tempramental, kebiasaan merokok, alkohol dan kebiasaan buruk yang lain).
- Ras atau warna kulit (hasil penelitian menunjukkan orang ras kulit putih lebih berisiko tinggi terserang stroke ketimbang kulit berwarna/hitam)
- Keturunan (orang yang memiliki riwayat keluarga dengan stroke akan lebih besar peluangnya untuk mengalami hal serupa)





RSUP Dr. Kariadi

# PEDULI KANKER ANAK

oleh Dr.Bambang Sudarmanto, SpAK, MARS



**Anemia dan trombositopenia merupakan salah satu dari tanda adanya penyakit darah. Penyakit darah yang dimaksud diantaranya adalah adanya kanker darah (keganasan hematologi) yang paling sering ditemukan adalah LEUKIMIA.**

**L**angkah yang harus dilakukan adalah melakukan pemeriksaan darah lengkap dan beberapa pemeriksaan penunjang untuk lebih menjelaskan dan membuktikan adanya kelainan kanker darah yaitu pemeriksaan sumsum tulang, imunophenotyping/flowsitometri. Dengan pemeriksaan ini bisa ditentukan adanya jenis leukemia.

Disamping penyakit kanker darah/leukimia pada anak sering ditemukan juga Tumor Padat (SOLID TUMOR) diantaranya adalah retinoblastoma (kanker pada mata), Nefroblastoma (Wilm's Tumor = kanker ginjal), Neuroblastoma (Kanker sel saraf), Kanker getah bening (Limfoma maligna Hodgkin's dan Non Hodgkin's), kanker tulang

(Osteosarkoma dan Ewing's Tumor), Tumor Otak (medulablastoma dll) dan masih banyak lagi.

Yang perlu diketahui disamping penentuan jenis penyakit Leukemia adalah deteksi dini adanya kanker dan kewaspadaan terhadap gejala dan tanda-tanda awal adanya kanker pada anak. Kewaspadaan dini ini sangat penting agar orang tua datang berobat ke dokter tidak dalam keadaan stadium lanjut. Penyembuhan kanker akan lebih baik ketika masih stadium awal.

Pencegahan penyakit sudah terbukti sudah terbukti secara ilmiah sangat bermanfaat dari berbagai aspek bila dibanding dengan pengobatan. Hindarilah memberikan makanan yang mengandung bahan pengawet, bahan pewarna dari bahan lain yang tidak lazim untuk dikonsumsi pada anak karena terbukti bahwa bahan makanan yang mengandung zat karsinogen tersebut menjadi bilang keladi terjadi kanker pada umumnya.

Disamping konsumsi makanan yang di goreng krispi (pada temperatur tinggi tertentu) yang merubah menjadi bersifat karsinogenik. Berilah makanan pada anak dengan nilai gizi seimbang, banyak mengandung sayuran dan buah-buahan berwarna segar. Kenali gejala-gejala awal adanya pucat, nafsu makan yang berkurang, aktifitas anak yang menurun, bintik merah pada mata anak (retinoblasma), adanya perdarahan pada kulit (bintik merah), lebam, kebiruan/ungu) mimsian, konjungtiva mata berdarah (bagian putih amta), gusi berdarah.

Modalitas pengobatan kanker pada anak saat ini sama seperti pada kanker dewasa yang lain diantaranya adalah, kemoterapi yaitu pengobatan dengan obat-obat sitostika untuk membunuh sel kanker. Pembedahan atau biopsi untuk menentukan jenis/morpologi dari kanker secara patologi anatomi (PA). Radioterapi dengan berbagai metodologi yang dilakukan saat ini.



Perkembangan ilmu dan teknologi yang sudah dilakukan untuk pengobatan kanker pada anak adalah CANGKOK SUMSUM TULANG (CST= Bone Marrow Transplant), teknologi ini sudah banyak dilakukan di negara maju dan di Indonesia di pelopori oleh RSUP Dr. Kariadi dengan keberhasilan melakukan cangkok sumsum tulang apda penderita leukimia. Saat ini dalam proses perbaikan metodologi untuk mencari solusi agar terjangkau dari aspek sosial ekonomi.

RSUP Dr. Kariadi sebagai rumah sakit rujukan nasional sudah menentukan yang menjadi pelayanan unggulan adalah KANKER dan Penyakit Jantung disamping unggulan lain yang masih perlu dikembangkan di tahun mendatang. Untuk memberikan pelayanan yang lebih baik, bermutu dan menjamin keselamatan pasien di rumah sakit, maka dikembangkan Pelayanan Kanker Terpadu di RSUP Dr. Kariadi dengan pendekatan multidisiplin dengan harapan bahwa kualitas hidup pasien kanker menjadi lebih baik selama dalam pengobatan dan setelah selesai menjalankan pengobatan. Tenu diikuti dengan pelayanan paska perawatan melalui HOME CARE.

Disamping aspek preventif, promotif, kuratif serta rehabilitatif, maka RSUP Dr. Kariadi dikembangkan pelayanan PALIATIF sekali lagi bahwa tujuan ini adalah agar kualitas hidup pasien dengan kanker menjadi lebih baik.

Pusat pelayanan kanker terpadu di RSUP Dr.Kariadi akan disiapkan dalam bentuk pelayanan multidisiplin dengan gedung baru 5 lantai dengan pelayanan rawat jalan, diagnostik dan terapi serta rawat inap. Pendekatan sistem multidisiplin meliputi dokter spesialis kanker (anak,bedah, onkologi medik, THT, kandungan, mata), dokter spesialis lain yang terkait, rehabilitasi medik; gizi anak dan gizi klinik , farmasi klinik, patologi klinik dan antoik serta mikrobiologik, disamping psikologi anak.

Nizaar Ferdian- PKRS RSUP Dr.Kariadi



# WASPADAI GEJALA LEUKEMIA PADA ANAK

Oleh dr. Bambang Sudarmanto SpA (K) MARS

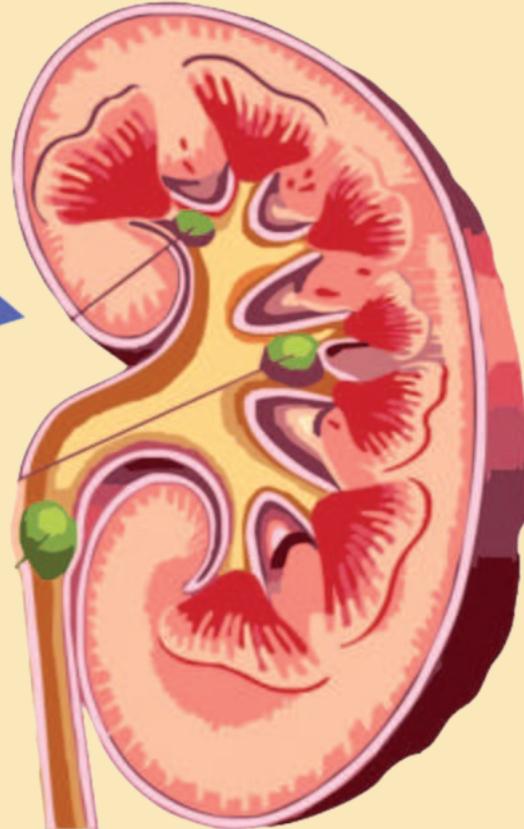
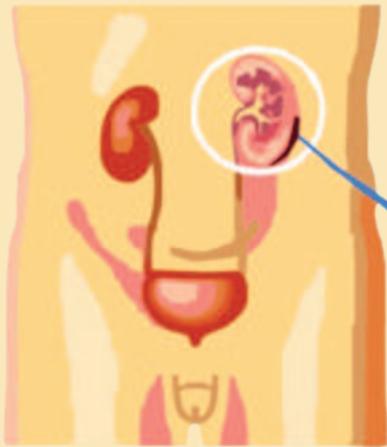
**Tahukah Anda bahwa penyakit leukemia dibagi menjadi dua tipe yaitu leukimia akut dan kronik. Leukimia akut dibagi menjadi dua jenis, yaitu ALL (Acute Lymphoblastic Leukemia). Sedangkan jenis kronik adalah CML ( Chronic Myelogenous Leukemia).**

**L**eukimia pada anak-anak rata-rata diderita pada umur 2 – 10 tahun. Sedangkan kasus paling banyak ditemui pada usia 4-7 tahun. Saat ini penyebab leukemia belum diketahui. Zat karsinogen yang berasal dari bahan pengawet diduga menjadi salah satu penyebab leukemia. Bahkan orang tua harus waspada jika terjadi gejala anak yang mengalami demam tanpa sebab, terlihat pucat secara mendadak, berat badan turun, aktivitas menurun, dan terdapat benjolan di beberapa bagian tubuh.

Peran orang tua amat besar untuk mengawasi berbagai gejala itu komunikasi efektif perlu dibangun, agar orang tua tanggap dengan keluhan anak. Jika orang tua mendapati buah hati mereka mengalami gejala tersebut, sebaiknya segera dirujuk ke rumah sakit. Kemudian, dokter akan melakukan pemeriksaan darah rutin untuk mengecek kondisi pasien. Peluang sembuh lebih besar, bila diobati pada stadium dini.

Terdapat empat jenis pengobatan menyembuhkan leukemia, antara lain dengan pengobatan kemoterapi, bedah, radiasi dan cangkok. Semakin dini dideteksi dan diobati pada anak maka tingkat kesembuhan juga semakin cepat. Masyarakat juga harus menekankan pola hidup sehat termasuk pola makan empat sehat lima sempurna , tidak merokok serta memberikan anak imunisasi.

Yang harus diperhatikan selain kepatuhan terhadap protokol pengobatan yaitu makanan yang dikonsumsi pasien wajib diawasi. Makanan yang dikonsumsi tidak boleh yang mengandung pengawet, pewarna, serta perasa. Lebih bagus jika banyak mengonsumsi sayur dan buah karena mengandung zat antioksidan yang tinggi, bagus untuk anak.



**Penderita saluran kencing tidak perlu takut menjalani operasi yang dilakukan para ahli bedah urologi. Urologi merupakan cabang ilmu kedokteran yang mempelajari tentang saluran kemih (saluran kencing) dan ginjal.**

# PENDERITA KENCING BATU JANGAN TAKUT OPERASI

Oleh dr. Ardy Santoso, Sp.BU dari RSUP dr. Kariadi

Dokter spesialis bedah urologi merupakan dokter yang berkompeten menangani masalah pada saluran kecincing baik pada pria maupun wanita. Terlebih, dalam menangani operasi batu saluran kencing, kini tidak perlu menggunakan pisau bedah serta tidak menimbulkan rasa sakit pada penderita. Pengobatannya bisa menggunakan URS (Uretero renoscopy) dan ESWL (ekstracorporeal shock wave lithotripsy). Keduanya merupakan metode pengoperasian yang sudah menggunakan teknologi canggih tanpa rasa sakit.

URS, merupakan alat teropong kecil sebesar lidi yang memiliki kamera. URS bisa dimasukkan melalui saluran kencing untuk memantau keberadaan batu saluran kencing. Jika letak batu saluran sudah ditemukan, maka batu akan dihancurkan menggunakan tembakan laser.

ESWL sendiri, merupakan metode pemecahan batu dengan gelombang kejut. Gelombang kejut tersebut dihasilkan oleh generator yang kemudian ditempelkan pada pinggang pasien dengan bantuan layar monitor USG (Ultrasonografi). Batu saluran kencing yang sudah ditemukan letaknya dengan USG, ditembak dengan gelombang kejut di luar tubuh.

ESWL tidak menyebabkan kerusakan pada jaringan tubuh. Pasca penembakan memang akan mengalami kencing yang berdarah sebanyak satu atau dua kali saja. Hal itu karena saat penembakan, batu bergoncang dan melukai permukaan saluran kencing. Seharusnya, dengan menggunakan alat modern seperti yang sudah dijelaskan, penderita tidak perlu takut operasi.

Tim PKRS-RSUP dr. Kariadi



Nyeri otot atau penyakit Fibromyalgia menyebabkan keseluruhan tubuh terasa sakit. Gejala-gejala yang timbul seperti gejala kelelahan (otot-otot seperti terlalu banyak bekerja atau ditarik), sehingga melumpuhkan aktivitas. Beberapa poin tender (titik-titik tertentu pada tubuh) mungkin menyakitkan untuk disentuh.

# NYERI BADAN PENGHAMBAT PRODUKTIVITAS KERJA

Oleh dr. Dani Rahmawati, Sp.S

**T**epatnya, perasaan sakit di sekitar sendi leher, bahu, punggung dan pinggul. Sehingga membuat sulit untuk tidur dan berolahraga. Gejala lainnya adalah perut sakit (seperti maag), gelisah, dan depresi, sakit kepala kronis, ketidakmampuan untuk berkonsentrasi, mati rasa atau kesemutan pada jari tangan dan kaki.

Fibromyalgia dapat menyebabkan tanda-tanda dan perasaan mirip dengan osteoarthritis, bursitis, dan tendinitis. Beberapa ahli

memasukkannya dalam kelompok gangguan sendi. Sebagian besar penderita fibromyalgia didominasi oleh wanita di usia produktif dengan ketahanan mental yang tidak bagus seperti sensitif, introvert, perfeksionis, juga faktor psikososial budaya lingkungan seringkali mempengaruhi gaya hidup seseorang. Selain dipicu oleh faktor internal, kemunculan fibromyalgia juga dari faktor eksternal, yaitu adanya gangguan vaskuler (gangguan aliran darah), juga karena konsumsi bahan makanan dengan tingkat pestisida tinggi, dan bahan pengawet tinggi.

Sahabat sehat, untuk penyembuhan fibromyalgia bisa dilakukan dengan obat-obatan atau tanpa obat. Namun, sesungguhnya obat hanya membantu pengaturan mengurangi rasa sakit saja, penyembuhan yang sesungguhnya adalah dari diri sendiri. Dimulai dari gaya hidup, harus lebih rileks, memperkecil faktor-faktor stress, hidup seimbang, olahraga, olah hati, olah pikir, pola makan sehat, dan istirahat. Mengingat yang diserang adalah gangguan fungsi saraf di dalam tubuh, jadi faktor psikologis yang baik lebih mempercepat penyembuhan. **Tim PKRS- RSUP Dr. Kariadi**

# KANKER PITA SUARA TERGANAS KEDUA DI THT

Oleh dr Muyassaroh SpTHT

**kanker pita suara atau kanker laring yang terletakdi pangkal tenggorokan merupakan kanker terganas nomor dua di bidang THT (telinga hidung tenggorokan) di Indonesia. Kanker yang memiliki urutan keganasan ke 14 di bagian tubuh ini bila dideteksi meski ukuran kanker tersebut masih dalam skala kecil.**

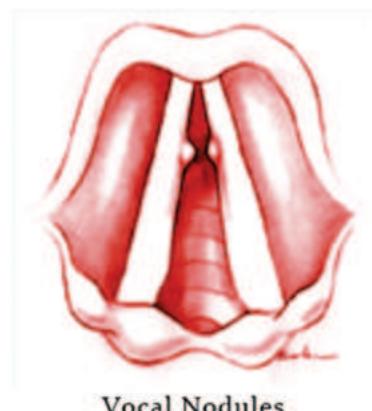
**K**anker pita suara atau tumor ganas laring sebagian besar terdiri dari 98 persen karsinoma laring dan 2 persen sarkoma laring. Penderita yang mendapatkan kanker tersebut biasanya berada pada usia 40 tahun ke atas. Kemungkinan terbesar orang mendapatkan kanker pada usia lebih dari 60 tahun. Untuk survival rate atau kemampuan hidupnya adalah 5 tahun.

Pembagian tumor laring menurut lokasinya ada tiga macam yaitu kanker supraglottis ( atas pita suara), kanker glotis ( pada pita suara) dan sub glotis ( bawah pita suara). Penderita yang mengalami kanker terbesar berdasarkan jenis kelamin adalah 9-42 persen. Sedangkan pada perempuan mencapai 9-32 persen.

Kanker tersebut memiliki ciri-ciri suara yang serak selama empat minggu lebih tanpa pengobatan. Gejala serak atau parau tersebut tidak disertai denngan sakit tenggorokan sebelumnya seperti batuk atau radang. Penyebabnya disebabkan oleh multifaktor. Pengaruh lingkungan dan genetik serta pola hidup turut mempengaruhi munculnya

kanker laring. Sekitar 80-90 persen kanker tersebut dipengaruhi oleh lingkungan seperti tempat tinggal dan lingkungan pekerjaan.

Cara penanganannya bisa dengan operasi, pengobatan dan kemoterapi. Jika pasien yang sudah melakukan operasi bisa menggunakan penyembuhan dengan mengkombinasikan radiologi dan atau kemoterapi.





# POLA MAKAN BAIK CEGAH KEGEMUKAN

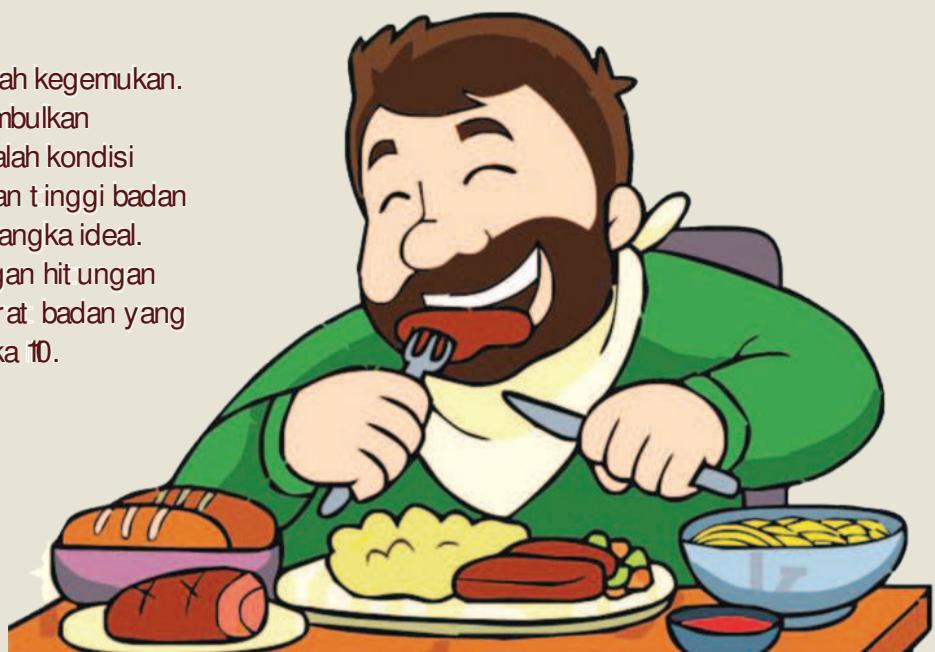
oleh : dr Niken Puruhita M Med Sc

pola makan yang baik bisa mencegah kegemukan. Tubuh yang kegemukan bisa menimbulkan berbagai penyakit. Kegemukan adalah kondisi seseorang dengan berat badan dan tinggi badan yang diselisihkan tidak memenuhi angka ideal. Berat badan ideal bisa diukur dengan hitungan tinggi badan dikurangi dengan berat badan yang menemukan hasil selisih pada angka 10.

Kegemukan bisa disebabkan oleh berbagai faktor. Namun, kegemukan biasanya dibagi ke dalam dua faktor besar yang menyebabkannya. Dua faktor tersebut yakni faktor genetik dan faktor yang bisa dimodifikasi.

Faktor genetika adalah faktor bawaan yang ada pada diri manusia. Sedangkan faktor modifikasi penyebab kegemukan bisa disebabkan oleh gaya hidup yang tidak sehat. Faktor gaya hidup yang berperan antara lain tingginya asupan energi dari makanan yang tingginya asupan energi dari makanan yang tinggi lemak, tinggi karbohidrat sederhana, serta rendah serat.

Kurangnya aktivitas fisik karena ada berbagai fasilitas peralatan teknologi bida



berkontibusi pada kegemukan. Besarnya porsi makan serta gemar menonton TV atau bermain game terlalu lama juga bisa menyebabkan penimbunan lemak, karena pasif bergerak.

Remaja yang bertambah berat badannya setelah menstruasi disebabkan karena adanya perubahan hormonal dalam badannya yang diikuti pertumbuhan fisiologis beberapa organ tubuhnya seperti payudara dan alat-alat reproduksi seperti rahim.

Penambahan berat badan ini sebenarnya normal karena

memang ada jaringan tubuh yang tumbuh. Sedangkan untuk wanita hamil, pertambahan berat badan selain karena perubahan hormonalnya juga karena adanya berbagai perubahan fisiologis kehamilan seperti adanya janin, dan juga bertambah besarnya rahim dan payudara untuk persiapan melahirkan dan menyusui. Tetapi pertambahan berat badan pada wanita hamil juga tidak seharusnya berlebihan. Bila berlebihan, maka risiko komplikasi selama hamil dan melahirkan meningkat.

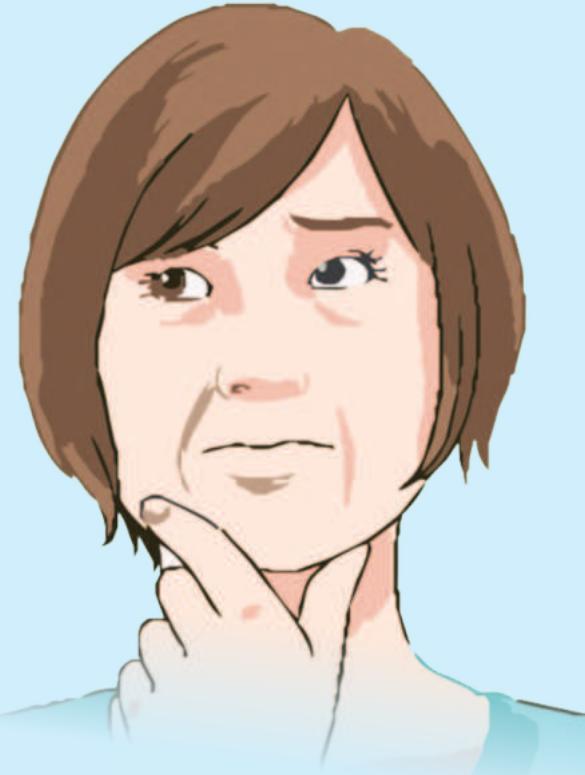
Nizaar - PKRS Humas RSUP dr. Kariadi

# MENGHADAPI MENOPAUSE

## *Dengan Tenang*

oleh dr.Syarif Thaufik,SpOG (K)

menopause akan datang pada perempuan di usia 49 tahun. Usia tersebut menjadi patokan yang lazim tetapi tidak menutup kemungkinan bisa bertambah atau berkurang. Sebelum masa itu datang, perempuan pada usia 35 tahun disarankan agar mengkonsumsi kalsium secara rutin. Agar saat menopause datang risiko osteoporosis dapat dikurangi.



**S**elain memperbanyak kalsium, pola hidup dan pola makan yang mendukung daya tahan terhadap menopause perlu dilakukan. Indonesia memiliki banyak bahan alam yang bisa dikonsumsi seperti kedelai yang

berguna menyuplai fitoestrogen. Pola makan diarahkan agar unsur kalsium, vitamin D, rendah lemak masuk dalam makanan sehari-hari.

Dari faktor gaya hidup, dikurangi juga kebiasaan merokok, minum kopi, alkohol, dan teh. Minum kopi lebih dari lima meningkatkan risiko osteoporosis.

Alkohol bereaksi langsung pada tulang. Kebiasaan ini sebelum menopause datang juga akan meningkatkan risiko osteoporosis saat menopause.

Olahraga merupakan cara lain mencegah dampak negatif dari menopause. Fokus olahraga pada tulang-tulang yang berisiko patah tulang (fraktur) akibat osteoporosis, seperti panggul, tulang belakang, tangan, dan lengan.

Dalam senam menopause juga dilakukan secara sederhana seperti mengangkat botol pada tangan dengan menggerak-gerakannya bertujuan menguatkan tulang.





# TETAP SEHAT PADA USIA LANJUT

Oleh dr. Yudo Murti Mupangati SpPD-Kger

Seorang individu akan mengalami proses menua pada organ-organ tubuhnya yang tidak sama cepat, tergantung dari kebiasaan hidup dan pola makan. Usia biologis seseorang tidak identik dengan usia kronologis.

**P**enyakit-penyakit pada usia lanjut berbeda dengan kelompok usia yang lain. Beberapa lansia dengan usia sama, tetapi bisa saja yang satu berpenampilan tampak lebih muda. Menghindari faktor risiko penyakit degeneratif adalah faktor yang memudahkan timbulnya penyakit, seperti merokok, makan makanan tinggi lemak jenuh, konsumsi alkohol, fisik inaktif (jarang olahraga), kegemukan, stres meningakt. Sedangkan penyakit degeneratif yang dimaksud adalah jantung, stroke, hipertensi (tekanan darah tinggi), kencing manis, dan liver.

Ketika usi lanjut, akan terjadi kemunduran pada organ tubuh. Meskipun usia harapan berbeda-beda, masalah yang dihadapi lansia dimanapun sama. Para lansia akan

menghadapi beberapa masalah gangguan kesehatan yang dalam bahasa Jawa sering disebut sebagai 7-B.

Tujuh-B, yaitu budeg (pendengaran berkurang), blawur (penglihatan kurang jelas), besar (buang air kecil tidak terkontrol), buyuten (gemetaran), bingung (pikun), boyok (sakit punggung), dan apabila gangguan itu tidak dapat diatasi, akhirnya individu ini meninggal dunia atau bablas.

Kondisi itu dapat ditangkal dengan pedoman mencapai hidup sehat dan sejahtera di usia lanjut (healthy aging). Dengan mengupayakan berat abdan senormal mungkin, mengatur pola makan, menghindari faktor risiko penyakit degeneratif, melakukan olahraga ringan secara teratur, pemeriksaan kesehatan berkala, dan meningkatkan imam dan takwa.

Selera makan lansia sangat dipengaruhi oleh perubahan fisiologi, berupa menurunnya sensasi lidah dan saraf penciuman seiring dengan bertambahnya usia. Banyak lansia yang tidak dapat lagi menikmati aroma dan rasa makanan/ selain itu, nilai ambang terhadap rasa pahit dan asin meningkat dengan bertambahnya usia.

Keadaan tersebut dapat menyebabkan lansia secara tak sadar senang oada makanan yang asin sehingga risiko oenyakit tekanan darah tinggi meningkat. Setiap lansia dapat melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin minima; setahun sekali, sehingga apabila didapatkan atau ditemukan penyakit dapat ditangani sedini mungkin.

Nizaar Ferdian

PKRS Humas RSUP Dr. Kariadi



# PEROKOK AKTIF DAN PASIF RESIKO TINGGI

## KANKER PARU-PARU

Oleh dr. Fathur Nurkholis, Sp.PD, dokter Spesialis Penyakit Dalam

pernahkah anda mendengar tentang kanker paru-paru? Untuk memastikan seseorang menderita kanker paru-paru atau penyakit paru lainnya dapat dilakukan dengan melakukan tes skrining, yang bisa dilakukan dengan tes dahak (lendir dari paru-paru diambil saat batuk), x-ray dada, atau CT Scan spiral (helikal).



**T**anda-tanda penyakit kanker paru antara lain: gangguan saluran napas, sehingga mengakibatkan sesak napas, batuk-batuk baik dengan dahak maupun tanpa dahak, sakit dada, sulit menelan, ada benjolan di leher, muka bengkak, lengan bengkak, berat badan turun akibat nafsu makan hilang. Gejala-gejala tersebut biasanya muncul, saat kanker paru-paru sudah ada pada stadium 3 atau 4. Namun, saat kanker paru-paru masih di stadium 1-2, gejala-gejala kanker paru-paru belum muncul.

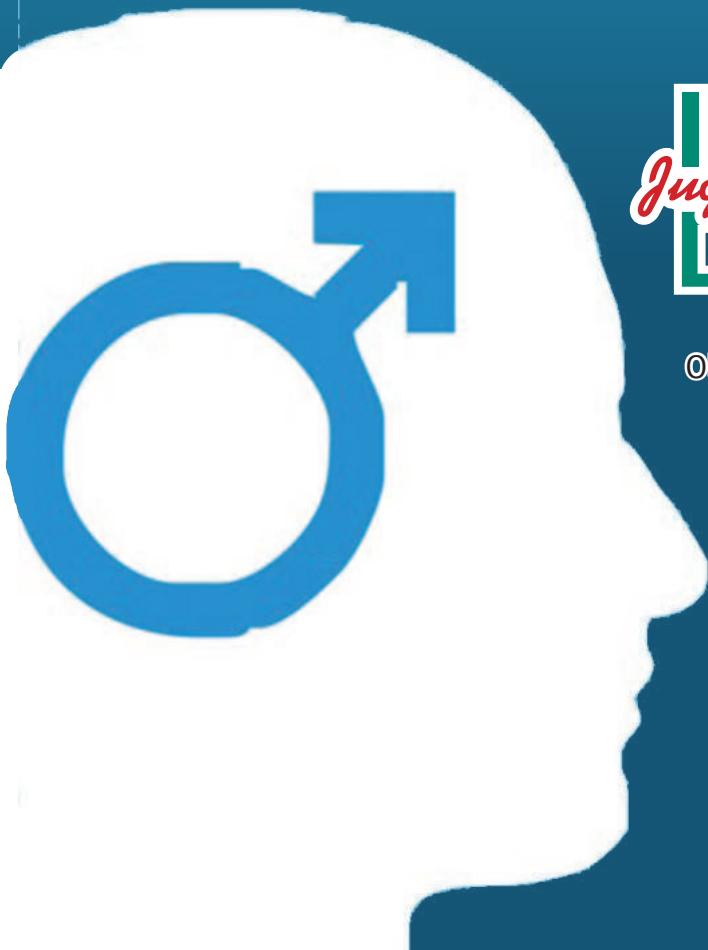
Kanker paru-paru sendiri

merupakan kelainan keganasan pada paru-paru baik yang berasal dari keganasan pada paru-paru karena ada tumor dari paru-paru sendiri atau yang berasal dari penyebaran dari tempat lain. Selain itu juga kelainan dari sel di paru-paru yang berkembang dan membelah tanpa kontrol, sehingga menjadi jaringan yang tidak normal. Penyebabnya bisa karena mutasi gen atau berubahnya gen dari sel-sel paru karena faktor internal tubuh (karena dicetuskan dari faktor luar tubuh). Beberapa faktor pencetus kanker paru-paru diantaranya merokok baik aktif maupun pasif, atau terkena paparan gas-gas beracun.

Untuk pengobatan kanker

paru-paru sendiri dilakukan dengan melihat tingkat stadium penyakitnya. Pada stadium 1-2 dapat diobati dengan operasi kemudian dilanjutkan dengan kemoterapi. Pada kanker stadium 3-4, pengobatannya dengan radioterapi, dan kemoterapi.

Upaya pencegahan dapat berupa melakukan deteksi dini pada mereka yang memiliki resiko tinggi terkena kanker paru-paru, yaitu pada para perokok antif maupun pasif, atau mereka yang sering terkena paparan gas dan berusia di atas 40 tahun. Deteksi dini dapat dilakukan dengan skrining foto thoraks tiap 6 bulan sekali dan lebih baik lagi jika berhenti merokok.

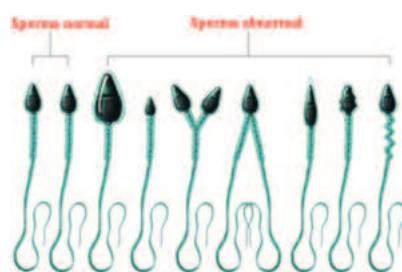


# INFERTILITAS Juga DIALAMI PRIA

Oleh dr.Inu Mulyantoro, Sp.OG dari RSUP dr.Kariadi

Sahabat sehat, bagi sepasang suami istri yang sudah menikah lebih dari setahun, dan melakukan hubungan suami istri rutin tanpa menggunakan pengaman atau kontrasepsi, namun belum juga ada tanda-tanda kehamilan, maka diagnosis subfertilitas atau infertilitas sudah dapat ditegakkan (lebih disukai istilah subfertil karena terkesan tidak bersifat permanen).

**S**elama ini masyarakat sering mengidentikan mereka yang mengalami infertilitas biasanya adalah pihak perempuan. Namun hal tersebut tidak benar, mengingat faktor infertilitas 35 persen bisa datang dari pihak laki-laki. Ada beberapa hal yang menyebabkan pria mengalami infertilitas diantaranya adalah kegagalan menghasilkan sperma berkualitas (jumlahnya sedikit, gerakannya lambat dan bengkok-bengkok tidak lurus), atau bisa juga faktor infeksi (timbul antibodi sehingga



sperma saling melengket yang mengganggu gerakannya).

Sedangkan untuk infertilitas pada perempuan bisa disebabkan beberapa faktor, diantaranya adalah gangguan ovulasi yang bisa disebabkan karena kekurangan hormon

kelenjar gondok (hipotiroid), kelebihan hormon kelenjar air susu (hiperprolaktinemia) atau sindroma ovarium polistik. Sindroma ovarium polistik adalah suatu kondisi dimana seorang wanita mengalami gangguan ovulasi karena sel telurnya tidak pernah bisa matang. Kelainan ini sering ditandai dengan menstruasi tidak teratur atau tidak menstruasi sama sekali dan hiperandrogenisme (banyak berjerawat dan tumbuh rambut/bulu yang banyak di tubuh). Kegemukan atau obesitas yang bersifat android yaitu yang

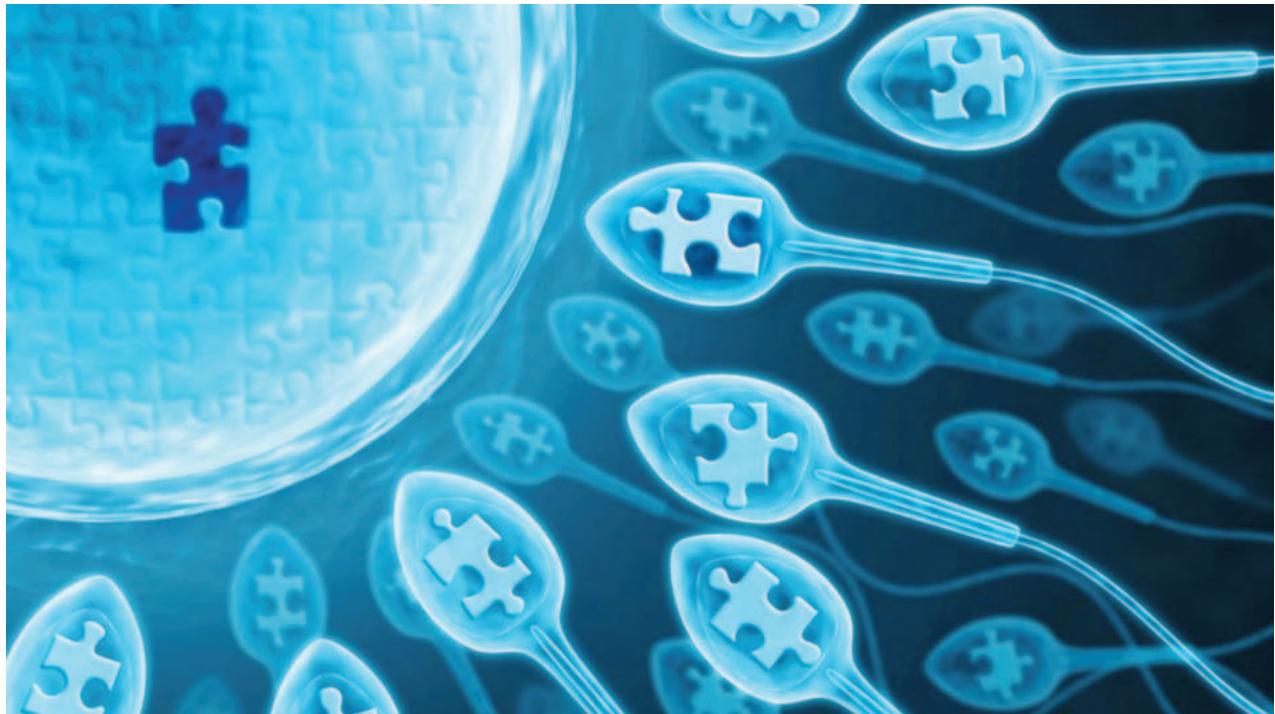
lemaknya banyak di perut sering dikaitkan dengan sindroma polikistik ( bisa dideteksi dari lingkar perut tidak boleh dari 35 inci atau 88 cm atau lingkar perut harus lebih kecil dari lingkar pantat perbandingannya tidak boleh lebih dari 0,8). Penyakit ini juga sering dikaitkan dengan resistensi insulin 9 insulin tidak bisa dimanfaatkan tubuh dengan baik) sehingga erinjangan terkejut kalau dokter memberikan obat anti diabetes untuk kelainan ini.

Penyebab infertilitas lainnya adalah tersumbatnya tuba falopi yang berperan dalam ovulasi dan pembuahan. Bila tersumbat, sel telur tidak bisa dibuahi spremu. Kondisi ini yang membuat kehamilan sulit terjadi. Sering kasus tersumbatnya

kedua tuba ini atau adanya huidrosalping (infeksi berat pada tuba) direkomendasikan untuk mengikuti program bayi tabung, tetapi usaha memperbaiki dengan cara operasi laparaskopi untuk merekontruksi tuba supaya menjadi baik kembali atau normal dapat menjadi alternatif pilihan. Kelainan di dalam rahim juga dapat menjadi penyebab infertilitas. Adanya polip atau myom di dalam rongga rahim akan mengganggu implantasi yaitu menempelnya embrio pada dinding rahim sehingga sering terjadi keguguran. Pada pasangan infertil, kelainan-kelainan tersebut harus dicari. Misalnya untuk mengetahui tubanya tersumbat atau tidak dengan pemeriksaan histerosalpingografi, untuk

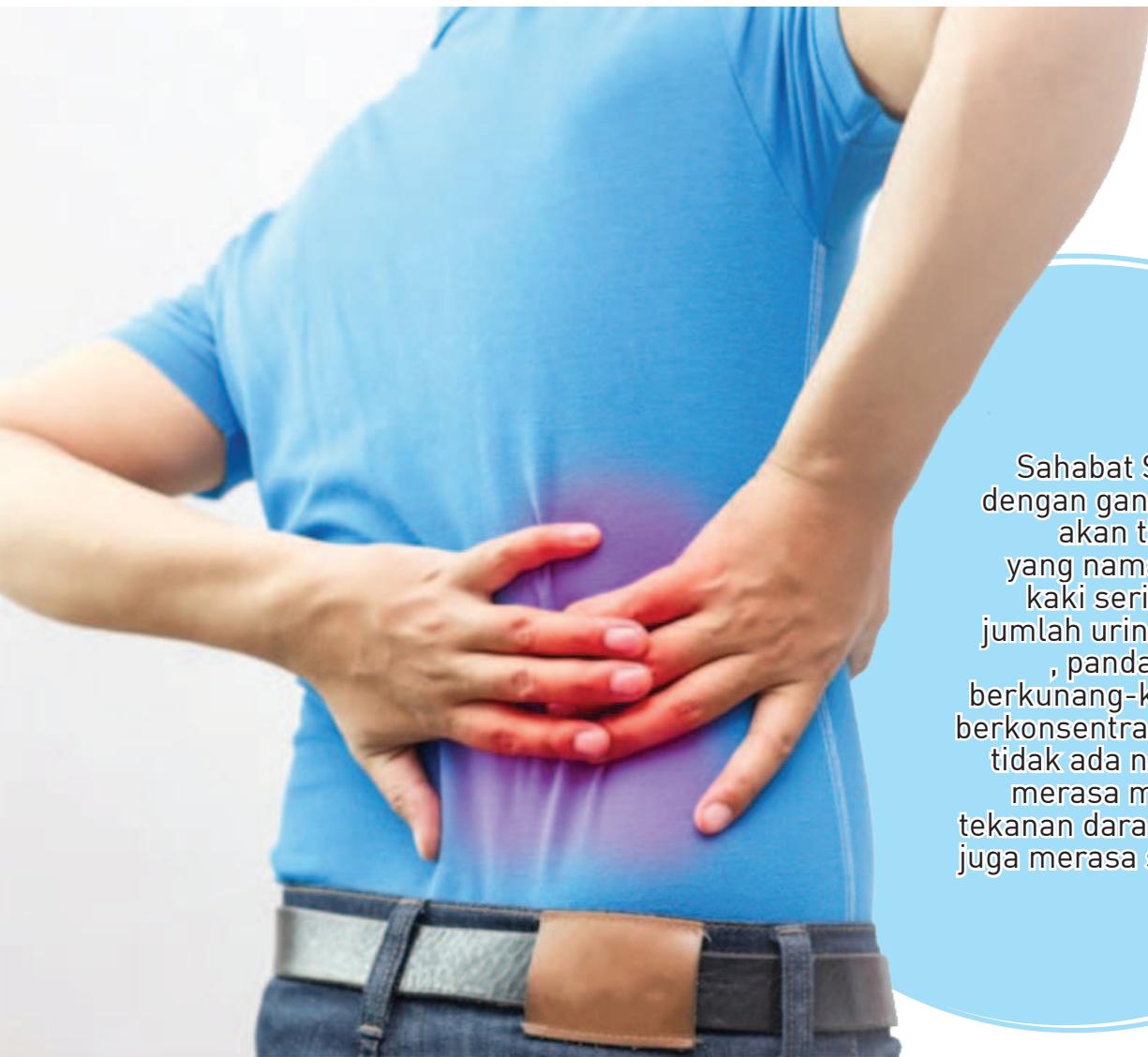
mengetahui ovulasi atau tidak diperiksa hormon progesteronnya pada pasien yang gemuk dan mesntriasinya sering terlambat biasanya ada beberapa hormon dan ultrasonografi transvaginal akan diperiksa. Demikian juga untuk spermanya juga akan diperiksa kondisinya.

Dan faktor dari luar yang menyulitkan kehamilan adalah karena adanya paparan radiasi dalam dosis tinggi, asap rokok, gas anantesi, zat kimia, pestisida yang dapat menyebabkan toxic pada seluruh bagian tubuh termasuk organ reproduksi yang akan mempengaruhi kesuburan. Tim PKRS RSUP dr. Kariadi





# JUMLAH URINE BERKURANG BISA JADI GAGAL GINJAL



Sahabat Sehat, orang dengan gangguan ginjal akan timbul gejala yang namapak seperti kaki sering bengkak, jumlah urine berkurang, pandangan sering berkunang-kunang, sulit berkonsentrasi. Selain itu tidak ada nafsu makan, merasa mual, dengan tekanan darah tinggi, dan juga merasa sesak nafas.

oleh dr. Dwi Lestari Partiningrum, Sp.PD KGH, Msi Med  
FINASIM RSUP dr. Kariadi

**G**agal ginjal sendiri ada 2, berupa akut (Acute Kidney Injury atau gangguan ginjal akut) dan Kronik (Gangguan Ginjal Kronik). Penyakit ginjal kronik terdiri dari 5 tahap. Tahap 1 (gangguan ginjal ringan) sampai

tahap V (penyakit ginjal teminal yang membutuhkan terapi pengganti ginjal). Disebut Penyakit Ginjal Kronik (PGK) mengingat, ginjal kehilangan fungsi normalnya yang mengakibatkan ketidakmampuan tubuh mempertahankan homeostasis cairan elektrolit dan asam basa, mengeluarkan sisa metabolisme



(ureum dan kreatinin) serta fungsi hormonal lainnya. Jika terjadi penyakit ginjal kronik maka seiring waktu terjadi sekuel lain akibat gangguan fungsional ginjal. Gejala yang timbul karena berkurangnya fungsi ginjal secara kolektif disebut sindrom uremik. Akibatnya, ginjal tidak mampu membuang metabolit yang terkumpul dari darah, terjadi gangguan keseimbangan elektrolit, asam basa dan air dan terjadi anemia.

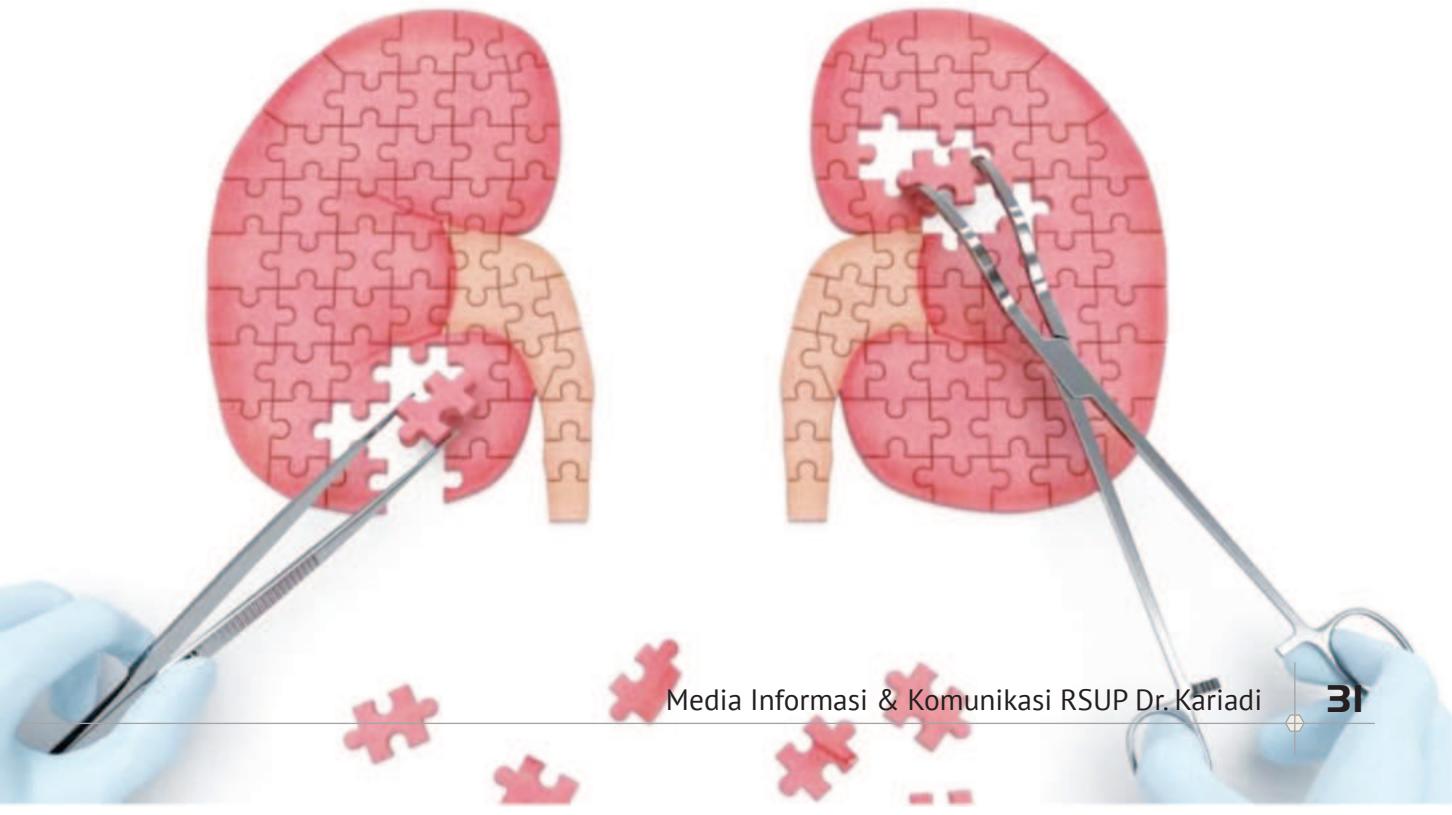
Sahabat sehat, karena minimnya gejala yang muncul pada penderita, sering kali mereka yang datang ke dokter sudah ada di stadium / tahap III hingga V. Sebetulnya penyakit gagal ginjal tidak "disembuhkan" dalam artian mengembalikan ginjal ke keadaan semula (normal). Yang dimaksud dengan pengobatan gagal ginjal adalah mencegah semakin bertambahnya kerusakan pada ginjal (menghambat progestivitas) dengan cara mengatasi penyebab gagal ginjalnya. Oleh karena itu, terapi pada gagal ginjal bisa bervariasi tergantung dari penyebabnya.

Pada gangguan ginjal akut, dokter akan berusaha memperbaikiliran darah ke ginjal (prerenal), menghentikan penggunaan obat-obatan yang merusak ginjal (renal) atau mengangkat sumbatan pada saluran kencing pasien (postrenal). Jika diperlukan, mungkin dokter akan menyarankan untuk melakukan susi darah untuk membuang zat-zat sisa metabolisme yang tertimbun di dalam tubuh.

Gagal ginjal kronik tidak dapat disembuhkan. Jadi tujuan terapi pada pasien dengan gagal ginjal kronik adalah memperlambat kerusakan ginjal yang terjadi, mengatasi faktor yang mendasari gagal ginjal kronis (misalnya kencing manis, hipertensi, dll), mengobati komplikasi dari penyakit, menggantikan fungsi ginjal yang sudah tidak dapat bekerja.

Untuk mencegah terjadinya kerusakan ginjal yang lebih parah dan mengatasi faktor yang memperburuk fungsi ginjal, maka diperlukan kontrol gula darah yang baik pada pasien diabetes melitus, kontrol tekanan darah pada pasien hipertensi, dan pengaturan pola makan yang sesuai dengan kondisi ginjalnya.

Komplikasi dari gagal ginjal juga harus ditangani. Penumpukan cairan diatasi dengan pemberian obat, anemia diatasi dengan pemberian obat yang menstimulasi pembentukan sel darah merah dan kadang-kadang ditambah suplemen zat besi. Penyakit tulang dapat terjadi karena kegagalan ginjal untuk membuang zat fosfor. Oleh karena itu dapat diberikan vitamin D bentuk aktif dan obat yang mengikat fosfor ke usus. Pada penyakit ginjal tahap akhir, fungsi ginjal dapat digantikan hanya dengan dialisis (cuci darah) atau transplantasi ginjal. Perencanaan dialisis atau transplantasi ginjal biasanya dimulai pada gagal ginjal kronik stadium IV.





## Gallery



Kariadi Got Talent



Konsultasi Kesehatan Gratis di CFD Semarang



Kunjungan Ibu Menteri Kesehatan di Stan Pameran RSUP Dr. Kariadi dalam rangka HKN ke 54



Sertijab di Lingkungan RSDK



Pemberian Penghargaan Kemenkes kepada Dirut RSUP Dr. Kariadi



Foto Bersama Tim Tugas Kemanusiaan



Penerimaan Penghargaan



Sosialisasi GERMAS dan Launching Sehat Pedia



Pagelaran Wayang Orang di TBRS



Penerimaan Penghargaan Bidang Publikasi Kesehatan



Foto Bersama Peserta Workshop ARVI



Bakti Kemanusiaan



Bakti Sosial



Bakti Sosial



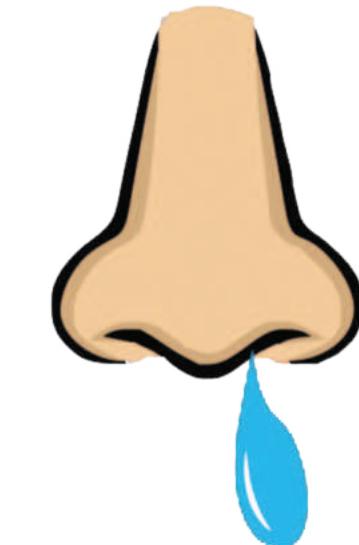
# Waspada Infeksi Telinga Karena Sakit Flu

oleh dr. Dian Ayu Ruspita, Sp.THT-KL, Msi. Med



Mungkin anda sering mendengar tentang infeksi telinga yang sering terjadi pada anak? Gejala infeksi telinga ini antara lain salah satu telinga keluar cairan kuning kental, disertai sulit tidur, anak menjadi rewel, hilang nafsu makan, demam tinggi, muntah diare, dan ada batuk pilek.

**I**nfeksi telinga dilihat dari waktu kejadiannya dibedakan menjadi 2, yaitu infeksi telinga akut (terjadi kurang dari 2 minggu) dan infeksi kronik (sudah terjadi lebih dari 2 minggu). Infeksi telinga akut seringkali didahului infeksi bakteri atau virus di daerah saluran nafas atas seperti batuk dan atau pilek. Bila tidak membaik dapat menimbulkan komplikasi infeksi ke telinga dengan gejala nyeri telinga yang ditandai dengan anak yang menjadi lebih rewel, demam tinggi, bahkan beberapa anak ada yang mengalami kejang. Sedangkan infeksi telinga kronik ditandai dengan keluar cairan dari telinga yang hilang timbul atau terus menerus, kadang juga berbau, disertai juga dengan kurang



pendengaran, dan sudah berobat namun juga tidak membaik selama lebih dari 2 minggu.

Infeksi telinga yang diatasi dengan cepat biasanya tidak akan menimbulkan komplikasi. Tetapi, infeksi yang terjadi berulang-ulang dan penumpukan cairan yang terus-menerus dapat berujung pada komplikasi. Infeksi telinga pada anak bisa menyebabkan masalah pada perkembangan anak. Misalnya pendengaran bermasalah secara permanen, perkembangan terlambat pada bayi atau balita, misalnya terlambat bicara atau urang berkembangnya kemampuan bersosialisasi, infeksi yang menyebar baik ke bagian telinga lain maupun ke jaringan kepala lainnya.

Pada keadaan demam dan nyeri, orangtua dapat memberikan obat pereda nyeri atau pereda demam (acetaminophen atau ibuprofen) sebelum datang ke dokter. Kemudian segera ke dokter untuk mendapatkan pemeriksaan dan penanganan yang tepat. Antibiotik juga diperlukan untuk meredakan infeksi dan mencegah infeksi berulang. Namun, untuk infeksi telinga akut yang terjadi penumpukan cairan atau nanah di dalam telinga, dokter akan melakukan prosedur pengeluaran cairan dari telinga tengah dengan melubangi sedikit gendang telinga. Sedangkan, pada infeksi telinga kronik, bisa dioati sesuai dengan jenis kumannya. Namun, jika tidak berhasil juga, maka bisa dilakukan tindakan operasi.

Agar tidak terjadi infeksi telinga, maka beberapa langkah bisa dilakukan seperti menghindari flu dan penyakit lainnya, hindari asap rokok sekunder, menyusui bayi anda, jika bayi menyusu menggunakan botol, posisikan bayi lebih tinggi dari botol, jangan biarkan bayi menyusu dalam posisi berbaring dan menghindari telinga kemasukan air.

Tim PKRS-RSUP dr. Kariadi



# KANKER NASOFARING JANGAN DISEPELEKAN

oleh dr Muyassaroh SpTHT KL



kanker nasofaring atau kanker yang menyerang organ pernafasan dekat leher ini tidak leher ini tidak bisa disepelekan. Pasalnya, kebanyakan penderita kanker tersebut tidak menyadari ketika awal gejala muncul. Kanker tersebut merupakan kanker peringkat teratas di THT (telinga hidung tenggorokan) yang jika sudah terkena, pengobatannya memakan jangka waktu yang panjang.

**K**ebanyakan masyarakat datang untuk berobat ketika sudah masuk di stadium tiga atau empat. Jika pasien periksa ke dokter sudah dalam kondisi stadium lanjut, maka harus dilakukan pengobatan secara kombinasi dan bertahap.

Gejala yang ditimbulkan kanker tersebut yaitu pilek yang tidak kunjung sembuh, tiba-tiba mimisan, ingus bernanah dan encer serta berbau. Sementara, gejala yang ada pada telinga biasanya dirasakan adalah kurang pendengaran dan berdengung. Pandangan mata kabur atau melihat bayangan seolah benda ada dua, di leher terdapat benjolan, ada beberapa gejala di syaraf seperti terganggunya syaraf suara dan makan. Selain itu ada juga gangguan pada penciuman.

Dalam mengobati kepada pasien yang sudah terlanjur mengidap kanker tersebut, pasien ditangani sesuai tingkatan stadiumnya. Pada stadium satu dan dua bisa dilakukan pengobatan dengan cara radiasi. Sementara pengobatan pada stadium lanjut yakni stadium tiga hingga empat diobati dengan cara kombinasi.

Tindakan preventif yang bisa dilakukan, sarannya adalah menghindari hal-hal yang bisa menyebabkan gangguan pernapasan. Ia mencontohkan, menghindari asap rokok dan polusi serta meningkatkan sistem kekebalan tubuh agar tidak terserang flu yang menyebabkan pilek. Selain itu, tindakan vaksinasi dalam mencegah kanker yang bisa diawali melalui virus influeza pun dilakukan.

(Nizaar Ferdian-PKRS Humas RSUP dr.Kariadi)



# DETEKSI DINI KELAINAN MATA PADA ANAK

Oleh dr Liana Ekowati, SpM

gangguan mata memang bisa terjadi sejak bayi. Terdapat beberapa penyakit mata yang bisa menyerang dengan gejala awal kemunculan putih-putih pada pupil layaknya mata kucing.

**S**alah satunya adalah tumor mata. Seringkali gejala dini tumor mata bisa dideteksi dengan kondisi mata anak juling, terdapat mata kucing, atau berair. Tumor mata pada anak yang paling sering adalah retinoblastoma, dapat muncul karena faktor genetik/keturunan. Selain itu juga dipicu oleh makanan yang mengandung pengawet atau radiasi. Untuk penyembuhannya bisa dilakukan dengan tindakan laser pada tumor dengan ukuran dibawah 10mm. Namun, jika tumor sudah lebih dari 10 mm atau meluas kedalam bola mata maka bola mata harus diambil untuk menyelamatkan nyawa si anak.

Gangguan mata pada anak lainnya dengan gejala putih-putih pada pupil mata adalah katarak

bawaan. Katarak bawaan dapat muncul segera setelah lahir. Penyebabnya macam-macam bisa keturunan, infeksi saat dalam kandungan, dll. Katarak bawaan ini hanya bisa diatasi dengan jalan operasi.

Gangguan mata pada anak lainnya adalah kelainan refraksi. Dengan ciri awal mata juling dan tidak fokus seringkali dapat terdeteksi saat bayi berusia 6 bulan. Dengan pemeriksaan dokter spesialis kelainan refraksi ini bisa diatasi dengan penggunaan kacamata, apakah itu kacamata minus, plus atau silindris.

Secara umum kelainan pada mata bisa terjadi karena faktor bawaan (infeksi sejak dalam kandungan/ akibat ibu saat hamil terinfeksi toksoplasma, rubella,

herpes dan virus CMV). Infeksi toksoplasma didapat karena makanan yang mengandung toksoplasma biasanya dari makanan setengah matang (diolah dengan dibakar/sayuran dan lalapan).

Pada bayi yang lahir prematur, atau persalinan dengan bantuan vacum juga memiliki kemungkinan besar bayi akan lahir dengan gangguan mata. Demikian pula pada anak yang riwayat keluarganya menggunakan kacamata, meskipun tidak ada gejala yang berarti anak-anak tersebut harus diperiksakan ke dokter spesialis mata sedini mungkin kira-kira saat usia 2 hingga 4 tahun, guna mengetahui jika ada gangguan mata sehingga bisa diatasi sedini mungkin.

(Tim PKRS RSUP dr.Kariadi)





# MATA KABUR HARUS DIWASPADA

oleh dr. Kentar Arimadya, Sp.M dari RSUP dr. Kariadi

Pandangan yang kabur menjadi salah satu keluhan terbanyak yang dialami masyarakat saat memeriksakan mata ke dokter. Perlu diketahui, mata kabur disebabkan banyak faktor. Secara umum kelainan mata dibagi menjadi kelainan refraksi, media refraksi dan saraf. Kelainan refraksi menjadi salah satu permasalahan yang sering ditemui.

**R**efraksi mata secara umum dibagi menjadi beberapa terminasi. Terminasi tersebut yakni miopia, hipermetropia, dan silinder. Miopia dijelaskan sebagai kelainan mata kabur yang membutuhkan lensa minus. Penyebabnya bisa akibat kurang beraktivitas di luar ruangan. Hipermetropia kebalikan dari miopia. Sedangkan silinder tentu membutuhkan bantuan penglihatan dengan lensa silinder. Ketiga masalah refraksi tersebut menyebabkan kabur, karena bayangan benda jatuh tidak tepat di retina.

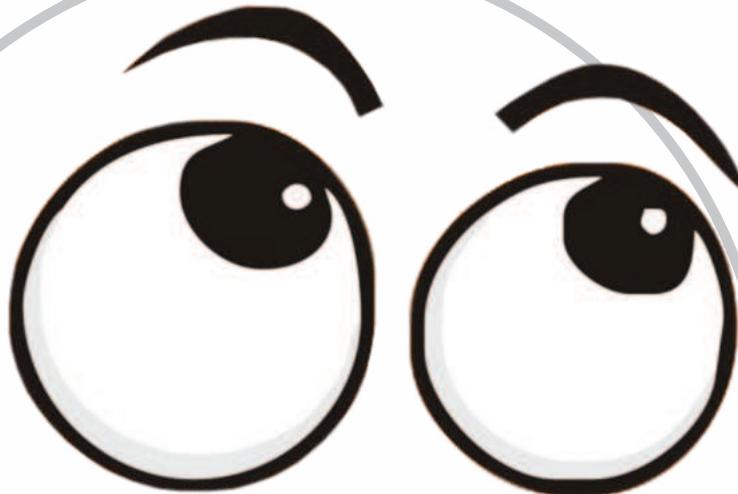
Selain refraksi, penyebab lain adalah media refraksi. Media refraksi terjadi karena bagian-bagian mata seperti kornea, lensa dan humor aqueous dalam kondisi tidak jernih. Kelainan ini disebut katarak. Katarak disebabkan lensa mata sudah tidak jernih lagi. Banyak orang yang menganggap katarak

terjadi hanya pada usia lanjut saja, namun pada kenyataannya bisa dialami bayi berusia 3 bulan. Operasi katarak bisa dilakukan tanpa menunggu kondisi mata kian keruh. Bahkan di era canggih ini operasi tersebut hanya berlangsung selama 10 menit.

Kelainan mata lainnya adalah akibat gangguan saraf. Mata memiliki saraf yang terhubung ke otak. Jika mengalami gangguan, maka mata tidak akan berfungsi baik.

Kelainan tidak hanya berasal dari mata saja, tetapi penyakit lain yang kompleks seperti diabetes mellitus. Memeriksakan mata sejak dini sebaiknya dilalui secara holistik atau menyeluruh. Penyebab lain yang memicu gangguan mata harus dihindari dengan cara menjalankan pola hidup yang sehat dan diimbangi olahraga yang cukup.

(Tim PKRS RSUP dr. Kariadi)



# MATA PALSU UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI

Protesa dalam hal ini mata palsu ini bisa digunakan tidak hanya bagi mereka yang terpaksa kehilangan bola mata akibat kecelakaan, melainkan juga karena kelainan bawaan sejak lahir, kehilangan satu mata karena infeksi, trauma/cidera, atau pengangkatan bola mata karena tumor. Jika pasien kehilangan bola mata karena tumor, maka tumor harus diangkat dulu, baru protesa dipasang, jika karena cidera (cidera diobati dulu, baru dipasang protesa), jika kehilangan bola mata sejak lahir, maka pemasangan protesa bisa dilakukan sedini mungkin.

Pemasangan protesa bisa dibuat semirip mungkin dengan mata asli, bentuk, warna, ukuran, dan

kenyamanannya. Bahan pembuat protesa biasanya adalah bahan akrilik yang tidak menimbulkan reaksi. Semua pasien harus belajar dan mengetahui bagaimana cara memakai dan merawat protesa mata karena bisa dilakukan sendiri atau dengan bantuan orang lain.

Sebelum menyentuh mata palsu, penting untuk mencuci tangan terlebih dahulu untuk mencegah terkontaminasinya jaringan rongga/bola mata. Selanjutnya, mata tiruan dibasahi dengan air infuse, karena saat basah protesa menjadi licin dan mudah dimasukkan. Pasien duduk di depan cermin, santai, kepala tegak, pandangan melihat lurus. Tarik kelopak mata atas ke atas, masukkan dan dorong protesa mata di belakang kelopak mata atas, protesa

Kehilangan salah satu organ tubuh yang paling vital memang bukanlah hal yang mudah. Namun, agar tidak berlarut-larut menyesali keadaan, dapat menggunakan protesa. Sehingga penampilan menjadi lebih baik dan menambah rasa percaya diri.

akan mengambil tempatnya sendiri, lalu tinggal menarik kelopak mata bawah supaya protesa terpasang dengan sempurna.

Sedangkan untuk melepas, pasien duduk di depan cermin, santai kepalanya tegak, pandangan melihat lurus. Letakkan jari tengah anda di atas pinggir ujung dalam kelopak mata bawah, tekan ke bawah, dan ke arah luar, protesa akan keluar dan jatuh sendiri. Jika perlu, anda dapat menggunakan jari tangan satunya untuk menarik sedikit protesa ke atas dan ulangi perintah pertama. Pada keadaan tertentu, protesa mata perlu diganti, misalnya sudah kekecilam atau sudah tidak sesuai dengan ukurannya, atau ada perubahan pada kantong dimana protesa ditempatkan (bisa kita sebut socket). Tim PKRS-RSUP dr. Kariadi



# WASPADA BAHAYA GLAUKOMA

oleh dr Fifin Luthfia Rahmi Sp.M dari RSUP dr. Kariadi

**T**ekanan bola mata yang tinggi paling sering disebabkan oleh gangguan aliran keluar (out flow) cairan dalam bola mata (humor aquos). Tekanan bola mata normal kira-kira 10-22 mmHg. Berdasarkan perjalanan penyakitnya, glaukoma dibagi menjadi 2 yaitu glaukoma akut dan glaukoma kronis. Sesuai dengan namanya, glaukoma akut ditandai dengan kenaikan tekanan bola mata secara mendadak, dapat mencapai 40 mmHg atau lebih. Kenaikan tekanan dalam bola mata yang terjadi mendadak akan diikuti gejala/tanda berupa mata merah, penglihatan kabur, nyeri kepala hebat, mual bahkan dapat disertai muntah. Glaukoma akut terdiri dari beberapa stadium.

Pada glaukoma kronis kenaikan tekanan bola mata terjadi secara perlahan dan bertahap. Karena terjadi secara bertahap dan tidak disertai

rasa sakit maka seringkali tidak disadari oleh penderita dan diketahui setelah stadium lanjut. Sehingga glaukoma kronis seringkali disebut sebagai "Si Pencuri Penglihatan".

Berbeda dengan katarak, glaukoma dapat menyebabkan kebutaan permanen namun dapat dikendalikan sehingga kebutaan akibat glaukoma dapat dicegah/dihindari. Pengelolaan glaukoma dapat dengan obat (minum/tetes), laser glaukoma atau operasi, sesuai dengan stadium penyakit. Beberapa faktor risiko glaukoma diantaranya adalah usia > 40 tahun, tekanan dalam bola mata yang tinggi, adanya riwayat glaukoma dalam keluarga, rabun jauh/rabun dekat dan adanya penyakit sistemik seperti kencing manis dan tekanan darah tinggi.

Glaukoma juga dapat disebabkan oleh penyakit mata lain seperti aktarak, radang mata atau karena pemakaian obat tertentu.

glaukoma adalah suatu kelainan pada saraf mata yang sering disertai dengan suatu kelainan pada saraf mata yang sering disertai dengan tekanan bola mata yang tinggi.



# JANGAN SEPELEKAN KARANG GIGI

Tahukah anda bahwa terbentuknya karang gigi, dimulai dari rongga mulut selalu dilumuri air liur (saliva) dan terpapar makanan, bakteri mulut, dan bisa juga terkena trauma saat menyikat gigi atau tusuk gigi. Dalam beberapa detik setelah gosok gigi, mulut akan terlapisi deposit tipis dari protein saliva pada seluruh permukaannya.

**L**apisan ini yang disebut pelikel saliva sebagai pelindung atau pelumas rongga mulut. Nah, jika terjadi penumpukan bakteri pada pelikel saliva inilah yang disebut plak gigi. Plak ini tidak dapat dilepas dengan cara berkumur saja tetapi dihilangkan dengan penyikatan. Ketebalan plak gigi tergantung dari banyak sedikitnya makanan yang mengandung karbohidrat, protein dan lemak yang dikonsumsi seseorang. Apabila plak gigi mengalami kalsifikasi karena deposisi (penumpukan), garam kalsium, fosfat maka akan terbentuk lapisan karat yang disebut kalkulus (karang gigi). Akumulasi plak yang sangat tebal disebabkan oleh kurangnya pemeliharaan kebersihan mulut, dapat menyebabkan penyakit periodontal (jaringan penyangga gigi) berupa peradangan gusi yang dimulai didaerah antara gigi dan menyebar kesekitar leher gigi. Secara klinis gusi tampak lebih merah dan bengkak serta mudah berdarah bila disikat, juga menyebabkan bau tak sedap. Apabila dalam kondisi seperti ini penderita segera mendapat perawatan penghilang karang gigi dan plak, maka gusi akan ehatah dan normal kembali.

Namun bila tak mendapat terapi selama bertahun-tahun, keparahan kerusakan jaringan periodontal akan berlanjut lebih dalam



dan menimbulkan peradangan jaringan periodontal kronis yang efeknya merusak dan menyebabkan rasa sakit yang tajam pada penderita. Secara klinis akan tampak adanya pembentukan abses pada gusi, gigi menjadi goyah dan akhirnya tanggal.



# JAKET GIGI UNTUK GIGI PATAH

Oleh drg. Resta Diamawati, Sp. KG dari RSUP dr. Kariadi

Gigi patah yang terjadi baik itu karena terjatuh atau insiden lain, di bagian depan tentu bisa mempengaruhi kepercayaan diri seseorang.

**N**amun, hampir semua masalah gigi, kini bisa diatasi. Termasuk gigi patah yang mengganggu penampilan. Namun sebelumnya, coba anda lakukan pengecekan gigi yang patah, jika gigi patah tersebut melibatkan 2/3 gigi dan telah mengenai saraf gigi dengan kondisi akar masih kuat, maka gigi tetap bisa dipertahankan dengan terlebih dahulu dirawat saluran akar giginya. Sebagai alternatif agar gigi patah terlihat seperti gigi asli ang normal, maka bisa dilakukan tindakan restorasi gigi seperti penambahan atau pembuatan crown palsu ( jaket crown) dengan bahan sewarna gigi.

Jika gigi rusaknya tidak sampai setengah gigi tanpa melibatkan saraf gigi, maka crown bisa dilakukan penambalan dengan bahan komposit resin (biasanya banyak digunakan untuk fungsi estetika, sesuai warna asli). Namun, jika gigi rusak parah, maka bisa diberi jaket dari bahan akrilik resin atau porcelin.

Selain itu, agar crown bisa awet, maka perawatan lanjutan setelah penjaketan harus dilakukan setelaten mungkin, seperti menjaga kebersihan gigi dengan menyikat gigi, hindari makanan keras (makan jagung, atau makanan alot lainnya). Gigi yang telah direstorasi juga tidak kuat terhadap asam dan manis, jadi makanan tersebut sebaiknya dikurangi, karena melemahkan jaringan gigi, sekaligus menghindari keropos gigi. Dan jangan lupa memeriksakan gigi setiap enam bulan sekali ke dokter gigi.

Jika gigi patah ekstrim hingga dibawah gusi atau akar ikut terpotong, lebih baik dicabut saja. Kemudian



diganti dengan gigi palsu untuk menggantikan fungsi aslinya. Sedangkan bagi mereka yang mengalami trauma hingga gigi copot utuh, maka gigi yang copot tersebut bisa dicari. Jika berhasil ditemukan, maka simpanlah di dalam air susu yang tidak manis, dan bawalah ke dokter gigi tidak lebih dari 24 jam. Atau bisa juga gigi yang copot utuh tadi dimasukkan mulut, letakkan di bawah lidah sebelum dibawa ke dokter. Mengingat gigi yang utuh tadi bisa ditanam kembali dan akan berfungsi seperti normal. Ini berlaku untuk gigi tetap pada pasien semua usia.

Tim PKRS RSUP dr. Kariadi



# MINUM SUSU DARI DOT SEBABKAN GIGI GIGIS

oleh drg. Gustantyo Wahyu Wibowo dari RSUP dr. Kariadi



Taukah anda gigi depan yang gigis atau rampant caries pada anak-anak seringkali muncul karena kebiasaan minum susu dengan botol. Anak-anak yang minum susu sebelum tidur melalui botol, biasanya mereka akan tertidur dalam kondisi masih memegang botol susu, sehingga susu menggenang di mulut. Susu yang tidak langsung ditelan akan berkontak dengan gigi dalam waktu yang lama, mengalami fermentasi oleh bakteri sehingga merusak gigi.

Gigi yang mengalami rampant caries sebaiknya dilakukan perawatan karena bisa menyebabkan timbulnya keluhan sakit, Bengkak pada gusi (abses gingiva) dan dapat menjadi fokal infeksi. Jenis perawatan yang dilakukan pada gigi tersebut tergantung derajat keparahan (kedalaman karies), bisa berupa penambalan, penambalan dengan didahului perawatan saraf gigi atau pencabutan jika gigi tersebut sudah goyah dan sudah saatnya digantikan dengan gigi dewasa. Jika ada lubang di gigi anak, sebaiknya segera ditambal, jangan menunggu sampai sakit.

Pencabutan gigi tidak disarankan jika usia anak masih 3 tahun, karena gigi dewasa pengganti baru akan muncul (erupsi) sekitar usia 6-7 tahun. Pencabutan gigi anak terlalu dini akan menyebabkan space loss (hilangnya ruang) untuk tempat gigi dewasa pengganti, sehingga saat gigi dewasa muncul, akan kekurangan ruang akibatnya gigi tidak rapi, berjejal (crowding), dan gingsul.

Sahabat sehat, untuk mencegah terjadinya kondisi gigi gigis, sebaiknya para ibu tidak membiasakan anak minum susu dengan botol, jika ingin memberikan susu formula sebaiknya menggunakan sendok. Selain itu jika usia anak sudah agak besar, gunakan sedotan atau minum susu langsung dari gelas. Yang perlu diperhatikan juga jangan memberikan dot atau botol susu sebagai pengantar tidur (geser waktu pemberian susu), biasakan kumur air putih dan gosok gigi setelah minum susu dan pastikan sebelum tidur kondisi gigi dan mulut dalam keadaan bersih. Orang tua diharapkan proaktif membersihkan gigi anak setelah minum susu. Jika anak tidak bisa tidur tanpa dot, isi dot dengan air putih sebagai pengganti susu. Selain mengakibatkan gigi gigis atau rampant caries, kebiasaan pemberian susu dengan botol dalam jangka waktu lama, juga bisa berakibat tidak baik pada pertumbuhan gigi dan rahang, diantaranya menjadikan gigi depan maju (protrusif) akibat tekanan kecil dan insentif dari dot. (tim PKRS, RSUP dr. Kariadi)



# Ayo, Kenali Faktor Alergi Pada Buah Hati

oleh dr. Wistiani, Sp.A (K)

**Alergi pada seseorang bisa dialami sejak usia dini bahkan ketika baru lahir. Khusus pada bayi, alergi biasanya karena makanan. Makanan yang megandung susu sapi merupakan alergi yang sering didapati pada anak usia dini. Hal tersebut terjadi karena kebanyakan orang tua mengganti ASI (Air Susu Ibu) dengan susu formula yang biasanya berasal dari susu hewani, yaitu sapi.**

**M**anifestasi alergi pada alergi susu sapi biasanya timbul eksim. Eksim merupakan penyakit yang menyerang kulit yang biasanya timbul di daerah lipatan lengan bagian dalam. Jika alergi tersebut menyerang pada kulit dan menyebar, maka bisa menyebabkan tampilan kulit pada anak menjadi kurang menarik. Gejala lain yang diakibatkan oleh alergi tidak hanya menyerang kulit saja. Parahnya, alergi juga bisa menyebabkan diare dan hidung berlendir yang menyebabkan anak menjadi rewel karena sesak nafas.

Untuk anak balita, tingkatan alergi akan berbeda lagi. Pada anak usia balita, alergi bisa membuat timbulnya biduran dan bercak merah. Jika gejala alergi berat, maka akan timbul pembengkakan pada wajah, mulut, dan disertai dengan sesak napas.

Dalam mengidentifikasi alergi, orangtua sebaiknya bisa mendeteksi secara dini apa penyebab alergi pada anak. Dengan mendeteksi secara dini alergi pada anak, maka zat alergen bisa dihindari serta

pengobatan dapat dilakukan sesuai dengan usia anak dan bayi.

Semakin cepat diketahui faktor apa yang menyebabkan alergi, maka akan semakin baik dalam menanganinya. Namun, meski anak alergi dengan makanan tertentu, bukan berarti selamanya anak

dihindarkan dengan makanan tersebut. bisa saja kita kenalkan kembali makanan tersebut, sesekali secara bertahap, hingga tubuh bisa menerima makanan yang dulunya bisa menimbulkan alergi.





# KENALI DAN CEGAH HIV/AIDS



Diare yang sangat lama, berat badan turun, herpes tidak kunjung sembuh sama seperti gejala yang biasanya dialami oleh para penderita HIV/AIDS.

**O**rang yang terinfeksi virus HIV seringkali tidak merasakan gejala apapun, sebelum 5 tahun akan ada beberapa gejala yang terlihat seperti demam yang lama lebih dari 1 bulan, batuk lebih dari 1 bulan, diare lebih dari 1 bulan, berat badan turun drastis , ada kelainan kulit (seperti herpes, ulkus di mulut, sperti di gigit nyamuk bekasnya tidak hilang-hilang, atau kulit bersisik).

Jika hasil pemeriksaan menunjukkan HIV positif, selanjutnya bisa melakukan

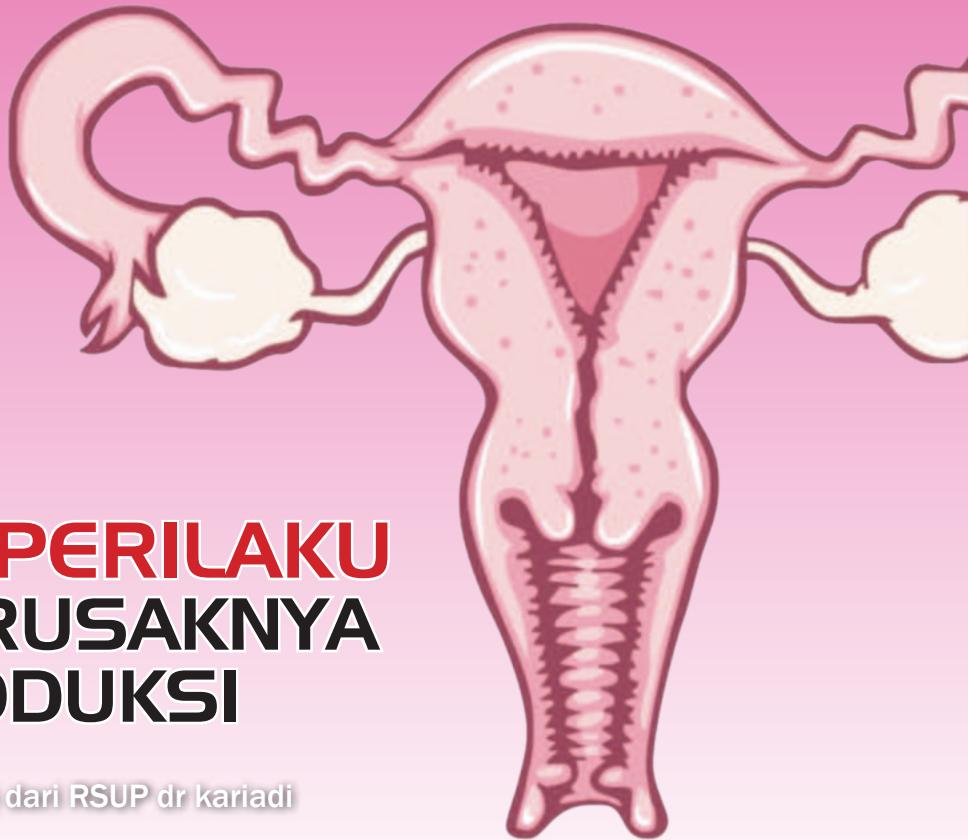
pemeriksaan tes CD4. Tujuannya untuk mengetahui tingkat kekebalan tubuh. Jika CD4 rendah, maka ODHA (Orang Dengan HIV AIDS) memiliki kekebalan tubuh yang rendah, hingga mudah terserang berbagai macam infeksi ikutan lai yang bisa mempercepat kematian. CD4 normal biasanya ada di kisaran 400-1400 sel/mm3.

Penularan virus HIV/AIDS sendiri bisa melalui beberapa sarana seperti darah, produk darah, cairan sperma, cairan vagina dan air susu ibu. Ibu HIV positif yang melahirkan secara normal 20 persen memiliki

kecenderungan menularkan HIV/AIDS, 10 persen penularan melalui ASI. Namun, jika ibu dengan HIV/AIDS rajin mengkonsumsi obat ARV (anti retroviral; obat untuk menekan virus HIV) secara teratur kemungkinan anaknya terjangkit HIV tinggal 7 persen. Perlu diketahui jika virus HIV/AIDS tidak menular melalui air liur, air kencing dan keringat hanya ada antibodi (kekebalan tubuh terhadap HIV) namun tidak ada virus HIV.

Virus HIV yang sudah masuk ke tubuh seseorang, tidak bisa hilang sampai pasien meninggal, namun perkembangannya bisa ditekan dengan obat ARV. Selain itu, untuk pencegahan penularan diharapkan agar tidak melakukan hubungan seks bebas. Sebelum menikah setialah pada pasangan, lakukan hubungan seks yang aman.

**KESEHATAN REPRODUKSI PADA USIA SUBUR SEBAIKNYA DIJAGA DENGAN BAIK. PASALNYA, KERUSAKAN PADA ALAT REPRODUKSI BISA MENYEBABKAN GANGGUAN KESEHATAN YANG BERAKIBAT SULIT MEMILIKI KETURUNAN. SELAIN ITU, PERILAKU SEKS BEBAS PUN BISA MENJADI SALAH SATU PENYEBAB RUSAKNYA ALAT REPRODUKSI KARENA BERBAGAI PENYAKIT KELAMIN YANG MENULAR.**



## **WASPADA PERILAKU PENYEBAB RUSAKNYA ALAT REPRODUKSI**

oleh dr Inu Mulyantoro SpOG (K) dari RSUP dr kariadi

**U**sia subur bisa dikatakan ketika seseorang, misalnya wanita, telah mengalami menstruasi.

Begini siklus menstruasi sudah teratur, maka jika seorang wanita melakukan hubungan suami istri bisa jadi memiliki keturunan. Sekarang ini, usia subur sudah dialami oleh remaja usia 11 hingga 12 tahun. Pada usia subur, sebaiknya alat reproduksi dijaga dengan baik supaya terhindar dari berbagai macam penyakit.

Meski secara fisiologis organ reproduksi memiliki kemampuan

melindungi diri, namun terdapat faktor lain yang bisa menyebabkan mekanisme perlindungan diri tersebut rusak, karena faktor dari luar. Penggunaan bahan kimia yang berlebihan sebagai bahan pencuci alat kelamin luar(vagina) yang bisa mengubah suasana kelembaban dan keasaman (PH) pada alat reproduksi yang memicu infeksi sehingga menyebabkan keputihan dan lain sebagainya. Jika infeksi dibiarkan berlarut, maka akan menyebabkan kerusakan pada alat reproduksi bagian atas yang meliputi uterus (rahim), ovarium (indung telur) dan tuba fallopi (saluran indung telur).

Faktor lain yang menyebabkan kerusakan alat reproduksi ialah cara cebok yang tidak benar,terutama pada wanita. Sebaiknya, cebok yang benar saat setelah buang air besar dilakukan dari belakang. Hal tersebut, untuk menghindari berbagai macam bakteri yang berasal dari feses agar tidak masuk kedalam vagina dengan anus begitu sangat dekat sehingga memerlukan tindak kebersihan yang lebih baik. Selain itu faktor dari diri sendiri, faktor dari orang lain juga bisa menyebabkan kerusakan alat reproduksi akibat tertularnya penyakit kelamin dari partner seks. **(PKRS HUMAS RSUP dr.kariadi)**



# PERAN LAKI-LAKI DALAM MENCEGAH PENULARAN HIV/AIDS

oleh dr. Muchlis Achsan Udji Sofro, Sp.PD



HIV/AIDS merupakan penyakit menular seksual yang berasal dari penularan virus HIV (Human Immunodeficiency Virus). Kasus penyebaran HIV/AIDS selalu meningkat tiap tahunnya, khususnya di Jawa Tengah. Peran laki-laki diyakini dapat menekan peningkatan penularan penyakit HIV/AIDS, jika dalam berhubungan seksual yang berisiko menggunakan alat pengaman atau kondom. Peran tersebut dianggap penting karena dalam berhubungan seksual berisiko diperlukan pengamanan agar virus HIV tidak berpindah atau menular.

**P**eran laki-laki dianggap penting karena sebagian dari mereka sering berhubungan seksual dengan bukan pasangannya atau berganti-ganti pasangan. Peran tersebut dapat dilakukan melalui berbagai kalangan lintas disiplin, sehingga menyeluruh mulai dari pendidikan hingga forum keagamaan.

Dalam sebuah penelitian di tempat prostitusi daerah Batam, laki-laki dari Indonesia menolak untuk menggunakan alat pengaman atau kondom saat berhubungan seksual dengan para pekerja seks komersial. Sementara, laki-laki dari Singapura menaati aturan untuk menggunakan alat pengaman atau kondom saat berhubungan. Selain itu, penelitian

tersebut juga menjelaskan bahwa para pekerja seks komersial sudah menawarkan kondom kepada laki-laki Indonesia akan tetapi ditolak.

Menurut pengalamannya, langkah pencegahan juga sudah dilakukan oleh Thailand, dimana terdapat peraturan yang dibuat oleh raja Thailand bahwa perempuan yang berprofesi sebagai pekerja seks komersial, menolak dibayar dengan jumlah berapapun saat berhubungan seksual tanpa alat pengaman atau kondom.

Selain itu, peran seorang istri juga dibutuhkan agar sepenuhnya menjaga keutuhan rumah tangga dengan benar dan jangan sampai membiarkan suaminya untuk melakukan hubungan seksual berisiko.

Chintya Dewi - Tim PKRS RSUP Dr. Kariadi

# Klinik Gardenia

# RSUP Dr. Kariadi

SKIN ANALYZER



Skin Care

Chemical Peeling  
Facial Microdermabrasion  
Dermaroller





KEMENTERIAN  
KESEHATAN  
REPUBLIK  
INDONESIA

RSUP Dr. KARIADI  
 Sahabat Menuju Sehat

# RSUP Dr. KARIADI

*Sahabat Menuju Sehat*

## PELAYANAN UNGGULAN



PELAYANAN  
KANKER  
TERPADU



PELAYANAN  
BEDAH  
MINIMAL INVASIF



PELAYANAN  
JANTUNG  
TERPADU



PELAYANAN  
TRANSPLANTASI  
ORGAN



Jl. Dr. Sutomo No. 16 Semarang PO.BOX 1104 Telp. 024 - 841 3476 Fax. 024 - 831 8617  
Email : humas\_rskariadi@yahoo.co.id ; info@rskariadi.co.id web : www.rskariadi.co.id

## RSUP Dr. KARIADI SEBAGAI RUMAH SAKIT RUJUKAN NASIONAL



Call Center : 024 - 845 0800



SMS Pengaduan : 0888 650 9262