

Galeri edukasi



PERINGATAN WORLD BRAIN DAY 2019 "Painful Truth About Migraine"



Partisipasi warga negara asing pada saat sesi diskusi penyuluhan



Dokter mendengarkan keluhan dan pertanyaan dari masyarakat



drg. Astrid P. Chisandita memberikan penyuluhan tentang Gigi berlubang & sisa akar gigi penyebab penyakit sistemik



drg. Astrid P. Chisandita memberikan Leaflet sebagai media edukasi



Peragaan cara menyikat gigi yang benar oleh drg. Astrid P. Chisandita

DUAL (Edukasi Visual)



Edisi Juli 2019 / V /

PERINGATAN WORLD BRAIN DAY 2019 : "Painful Truth About Migraine"

WORLD BRAIN DAY July 22, 2019



Setiap tanggal 22 Juli diperingati sebagai World Brain Day. Tahun ini dijadikan waktu yang tepat untuk memperbaiki pengertian yang selama ini telah keliru menganggap bahwa migraine hanya merupakan gejala nyeri kepala yang berat. Migraine merupakan penyakit saraf yang perlu dikenali, diobati dan dituntaskan. Nyeri kepala Migraine merupakan yang tersering terjadi dan sangat mengganggu aspek kehidupan. Dalam rangka memperkenalkan hal tersebut kepada masyarakat maka

KSM/Departemen Neurologi RSUP Sanglah FK UNUD bekerja sama dengan Instalasi Promosi Kesehatan Rumah Sakit melakukan penyuluhan kelompok di ruang tunggu rawat jalan dengan topik Migraine The Painful Truth diberikan kepada pasien dan keluarga pasien. Pemberi materi yaitu dari divisi cefalgia KSM Neurologi DR.dr. I Made Oka Adnyana, Sp.S (K) beserta residen neurologi dr. Rindha Dwi Sihanto. Pada kesempatan ini dr. Oka dan dr. Rindha menekankan pencegahan dengan menghindari faktor pemicu munculnya Migrain. Migrain juga dapat diobati agar tidak mengganggu kualitas hidup.

Redaksi

Pelindung :Direktur Utama
 Penasehat :Direktur Medik & Keperawatan
 Direktur Keuangan
 Direktur SDM & Pendidikan
 Penanggung jawab :Direktur Umum & Operasional
 Redaktur :Kepala Instalasi PKRS
 Komite Medik
 Editor :Dini Yulia
 Ni Kadek Sadnyani
 Grafis & Layout: I Nym Iwan Paramartha
 Fotografer : I Nym Iwan Paramartha
 Sekretariat :Ni Wayan Rahayuni

Kritik dan saran ditujukan ke
 Instalasi PKRS
 Jalan Diponegoro Denpasar Bali (80114)
 Telepon. (0361) 227911-15, (ext: 433,193)
 Email: pkrssanglah19@gmail.com
 Website: www.sanglahhospitalbali.com
 (info kesehatan)

Kenali pemicu Migrain dengan Headache Diary yang dapat membantu pasien mencatat gejala dan pemicu migraine. Catatan ini agar didiskusikan dengan dokter saat konsultasi sehingga dapat merencanakan terapi migraine terbaik bagi pasien. Adapun hal-hal yang memicu migrain yaitu : tidur (banyak tidur atau kurang tidur), faktor lingkungan (perubahan cuaca, lingkungan pengap/berasap), stimulus sensorik (cahaya terang, suara keras, bau yang kuat, cahaya yang berkedip), obat-obatan (obat tidur, obat kontrasepsi oral, terapi sulih hormone), makanan (coklat keju dan produk olahan susu lainnya jerul dan makanann laut, pemanis aspartame dan MSG, kafein dan alkohol, dehidrasi dan waktu makan yang terlambat), stress (emosi yang kuat seperti kegembiraan dan kecemasan, guncangan atau ketegangan, stress atau depresi). Migrain dapat dicegah dan diobati, bersama kita bisa. (pkrs)

Vaksinasi Menurunkan angka Kesakitan dan Kematian Lanjut Usia

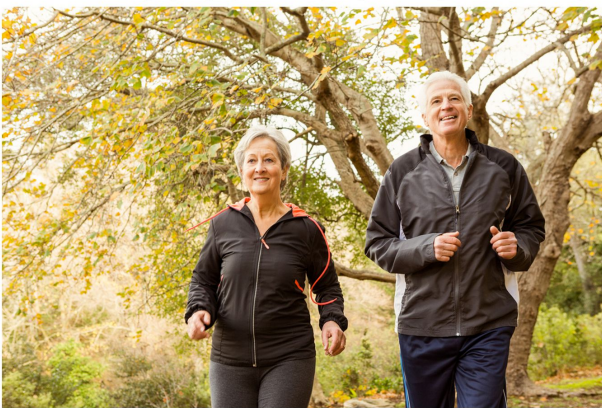
Vaksinasi pada lanjut usia sering tidak mendapat perhatian serius. Bahkan banyak yang mengatakan tidak efektif bila melakukan vaksin pada lanjut usia. Padahal lanjut usia sangat rentan terhadap risiko infeksi dan vaksinasi adalah cara pencegahan yang sangat efektif. Bukankah pencegahan lebih murah dari pengobatan? Vaksinasi juga merupakan cara terbaik untuk melakukan eliminasi terhadap perkembangan penyakit infeksi. Perkembangan penyakit polio, cacar, morbili dapat dihentikan dengan program vaksinasi secara universal.



Sedangkan pengobatan memerlukan biaya yang jauh lebih besar, bahkan sering kita dihadapkan pada resistensi antibiotika yang semakin merajalela. Sementara perkembangan penemuan antibiotika baru tidak secepat perkembangan patogenitas kuman dan resistensi terhadap antibiotika.

Ada 3 jenis vaksin penting diberikan pada lanjut usia yaitu: vaksin influenza, pneumonia dan herpes zoster. Ketiga vaksin ini dapat menurunkan angka kesakitan dan kematian akibat ketiga penyakit tersebut. Keuntungan lain yang didapat adalah meningkatkan aktifitas dan kualitas hidup lanjut usia. Tetapi ada hal penting lain yang didapat yaitu mencegah perburukan penyakit lain yang diderita lanjut usia. Vaksin influenza terbukti dapat menurunkan kesakitan dan kematian akibat stroke, kardiovaskular event, diabetes, pneumonia dan gagal ginjal serta penyakit degeneratif lainnya.

Ayo kita bantu lanjut usia kita untuk melakukan vaksinasi secara teratur. Vaksin influenza diperlukan setiap tahun sekali, vaksin pneumonia dapat diberikan setiap 5 tahun sedangkan vaksin zoster cukup diberikan sekali seumur hidup lanjut usia. Saat ini vaksin belum masuk sebagai program pemerintah, jadi harus dilakukan secara mandiri (bayar sendiri). Mengingat manfaatnya yang sangat penting, ayo kita galakkan vaksinasi lanjut usia. Cara mudah untuk terhindar dari perburukan penyakit degeneratif dan kematian melalui Vaksinasi. Hubungi dokter spesialis penyakit dalam terdekat untuk mendapatkan informasi lebih lanjut dalam hal jadwal vaksinasi dan jenis vaksin.



Gigi Berlubang dan Sisa Akar Gigi Penyebab Penyakit Sistemik



Rongga mulut merupakan tempat hidupnya bakteri, baik bakteri aerob maupun anaerob yang merupakan flora normal dalam mulut. Bakteri-bakteri ini merupakan salah satu penyebab terjadinya gigi berlubang atau dikenal dengan karies gigi dalam bahasa medisnya. Bakteri yang berperan dalam karies gigi adalah *Streptococcus mutans*. Bakteri ini akan mengubah karbohidrat dari sisa makanan menjadi asam atau proses fermentasi yang membuat lubang pada gigi.

Selain bakteri yang berperan sebagai agen, terdapat beberapa faktor pencetus terjadinya karies yaitu dari faktor host (gigi), lingkungan (lingkungan rongga mulut), dan waktu.

Gigi yang disini berperan sebagai host yaitu memiliki peran penting terhadap perkembangan karies. Permukaan email yang terluar lebih resisten terhadap karies dibandingkan dengan permukaan email di bawahnya. Bentuk gigi seperti cekungan yang dalam pada permukaan gigi dapat menjadi tempat masuknya sisa-sisa makanan. Posisi gigi yang tidak beraturan juga dapat menjadi tempat menumpuknya sisa makanan sehingga sulit untuk dibersihkan dan menyebabkan karies berkembang dengan cepat. Lingkungan atau lingkungan rongga mulut yang memiliki pH asam akan lebih cepat terbentuk karies. pH asam terbentuk dari pola perilaku konsumsi makanan yang lebih banyak mengandung sukrosa. Makanan manis dan lengket banyak mengandung sukrosa akan mempengaruhi pH air liur rongga mulut. Waktu terpaparnya gigi dari bakteri dan karbohidrat maupun sukrosa akan terbentuk menjadi karies dalam hitungan bulan atau tahun tergantung pada intensitas dan frekuensi suasana asam terjadi.

Kesehatan gigi dan mulut dapat berpengaruh terhadap kesehatan umum secara menyeluruh tergantung pada tingkat keseriusan masalahnya, durasi dan banyaknya gigi yang bermasalah. Banyak yang beranggapan bahwa efek merusak dari penyakit gigi hanya terbatas pada sekitar lingkungan rongga mulut, yaitu gusi dan gigi. Jika tidak mendapat penanganan dengan cepat dan tepat, dapat berkontribusi terhadap penyakit lain yang lebih berbahaya atau bisa disebut dengan penyakit sistemik yang mempengaruhi kualitas hidup dan memperpendek usia harapan hidup. Dari kasus yang terdapat di Poliklinik Gigi dan Mulut dari bulan Januari – Juli 2019 terdapat rujukan mencari fokal infeksi yang berasal dari gigi sebanyak 372 kasus dari berbagai poliklinik seperti THT, Jantung, Kulit dan Kelamin, Anak, Orthopedi, dan Interna. Fokal infeksi yang berasal dari gigi yaitu gigi berlubang besar (pulpitis irreversible) maupun yang sudah nekrosis (nekrosis pulpa), dan sisa akar (gangren radiks). Fokal infeksi merupakan suatu infeksi lokal yang biasanya dalam jangka waktu cukup lama (kronis) yang hanya melibatkan bagian kecil dari tubuh. Fokal infeksi disebabkan oleh infeksi kronis di suatu tempat (dalam hal ini gigi), bakteri sisa-sisa kotoran maupun mikoba penginfeksi dari gigi dan seiring waktu infeksi bakteri terus berkembang, mengekspos sistem peredaran darah sehingga dapat membawa bakteri dan racun ke bagian lain dari tubuh, seperti jantung, ginjal, mata, kulit, sistem sirkulasi, skeletal, dan sistem saraf.

Penanganan yang dilakukan jika sudah terdapat fokal infeksi yang menyebar ke bagian lain dari tubuh yaitu dengan mengeliminasi gigi yang sudah nekrosis maupun gangren radiks, yaitu dengan tindakan pencabutan gigi. Untuk menjaga kebersihan gigi dan mulut agar tidak sampai terjadi gigi berlubang dapat dilakukan dengan cara menyikat gigi secara teratur yaitu pagi setelah sarapan dan malam sebelum tidur, menyikat gigi dengan menggunakan pasta gigi berflouride dan sikat gigi dengan bulu yang lembut, segera berkumur setelah makan, menggunakan benang gigi untuk mengeluarkan sisa makanan yang menempel di sela-sela gigi, membatasi makanan yang mengandung gula, tidak merokok, memeriksa gigi secara rutin 6 bulan sekali ke dokter gigi.