



Pembukaan Hari Perduli Gagal jantung oleh dr. I Nyoman Wiryawan, Sp.JP, FIHA



Antusias pasien-pasien penunggu mengikuti kegiatan penyuluhan



Penyerahan bingkisan kepada para pasien Jantung yang mengikuti penyuluhan



Kegiatan senam pagi dalam Hand Hygiene Day 2019



Hand Hygiene Day 2019 "Clean Care For All It's In Your Hand"



Edisi Mei 2019 / III /

### Hari Peduli Gagal Jantung Indonesia dan Hari Kebersihan Tangan sebagai Promosi Kesehatan RSUP Sanglah Di Bulan Mei

RSUP Sanglah sebagai salah satu institusi pelayanan kesehatan yang menyelenggarakan pelayanan kesehatan perorangan secara paripurna, berkewajiban menyelenggarakan pelayanan preventif, kuratif dan rehabilitatif. Pelayanan preventif salah satu implementasinya adalah penyelenggaraan promosi kesehatan. Kegiatan penyuluhan kelompok telah secara rutin dan terjadwal dilakukan oleh RSUP Sanglah, di ruang-ruang perawatan atau rawat jalan oleh dokter, perawat, apoteker, ahli gizi dan lain-lain. Pelaporan dikoordinasikan ke Instalasi PKRS sebagai penyelenggaraan Promosi Kesehatan Rumah Sakit di RSUP Sanglah Denpasar.

Kegiatan promosi kesehatan yang dilakukan RSUP Sanglah pada bulan Mei yaitu peringatan Hari Peduli Gagal Jantung Indonesia/ Heart Failure Awareness Day pada tanggal 3 Mei 2019 dan Hari Kebersihan Tangan/ World Hand Hygiene Day. Peringatan hari kesehatan seperti ini akan mengingatkan masyarakat, mulai dari pegawai rumah sakit sendiri kemudian ke masyarakat sekitar untuk ikut serta menjaga kesehatan. Pada peringatan Hari Peduli Gagal Jantung Indonesia, pasien-pasien yang berobat ke gedung Pelayanan Jantung Terpadu (PJT) RSUP Sanglah diberikan penyuluhan kesehatan berjudul "Jangan Biarkan Angina Membatasi Anda" dan "Gagal Jantung Bukan Akhir Kehidupan" oleh dokter spesialis penyakit jantung RSUP Sanglah Denpasar yaitu dr. I Made Putra Swi Antara, Sp.JP(K), FIHA dan dr. I Nyoman Wiryawan, Sp.JP, FIHA. Kegiatan bertujuan untuk membangkitkan kepedulian yang lebih baik dalam segala hal yang berhubungan dengan penyakit gagal jantung mulai dari mengenali gejala dan tanda hingga ke tata laksana secara farmakologi/obat-obatan maupun non farmakologi. "Kegiatan penyuluhan dilakukan secara serentak di seluruh Fasilitas kesehatan yang memiliki dokter spesialis jantung atau anggota Perhimpunan Dokter Spesialis Kardiovaskular Indonesia (PERKI)," kata Wiryawan. Penyuluhan berisi himbauan agar tenaga kesehatan dan masyarakat awam lebih peduli terhadap Penyakit Gagal Jantung mengingat memang tingkat kematian lebih tinggi dari kanker.

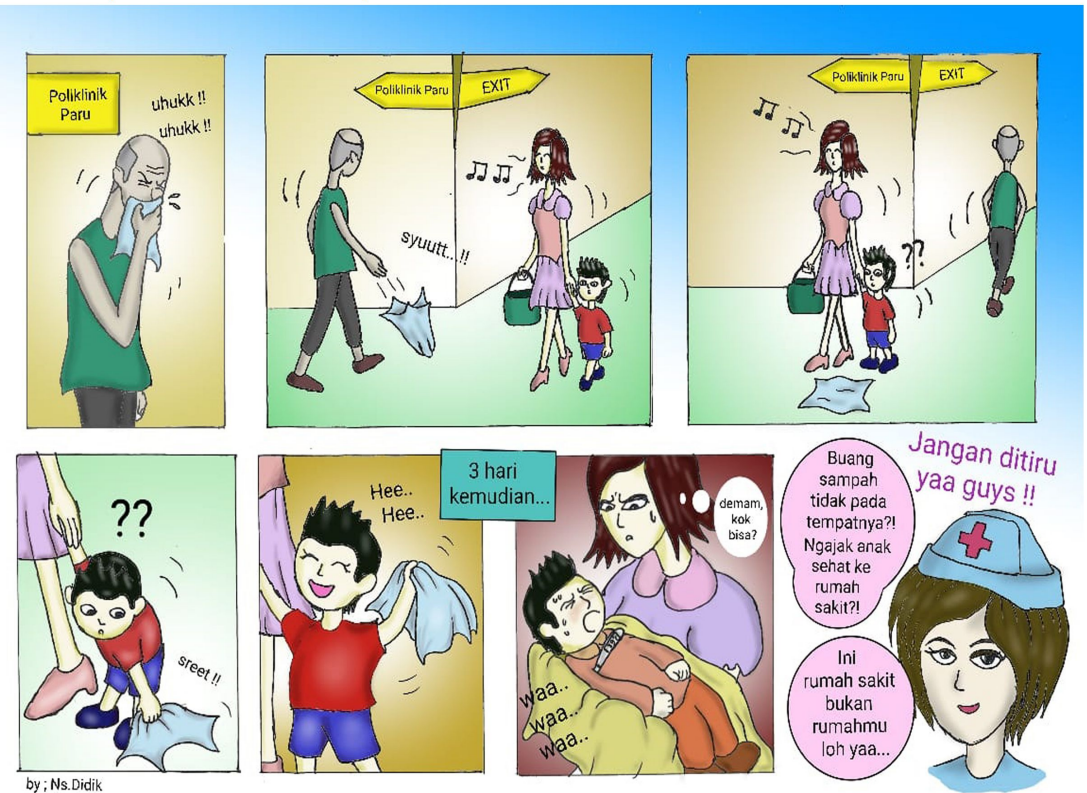
#### Redaksi

Pelindung :Direktur Utama  
 Penasehat :Direktur Medik & Keperawatan  
                   Direktur Keuangan  
                   Direktur SDM & Pendidikan  
 Penanggung :Direktur Umum & Operasional  
 jawab  
 Redaktur :Kepala Instalasi PKRS  
                   Komite Medik  
 Editor :Dini Yulia  
                   Ni Kadek Sadnyani  
 Grafis & Layout: Nym Iwan Paramartha  
 Fotografer : 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](http://www.sanglahhospitalbali.com)  
 (info kesehatan)

Acara penyuluhan ini tidak saja menarik minat pasien tetapi juga para pengunjung yang mengantarkan pasien bahkan pegawai rumah sakit karena diberikan langsung oleh ahlinya. Pada akhir acara, diberikan kesempatan diskusi dengan pemateri sehingga pasien di klinik jantung merasakan bahwa ketika berobat ke RSUP Sanglah, tidak hanya berobat tetapi juga bisa sambil mendapatkan ilmu. "Senang sekali ada acara seperti ini apalagi yang memberikan langsung dokter spesialis," demikian ujarnya. Peringatan World Hand Hygiene Day tanggal 10 Mei 2019 yang dimotori oleh Komite PPI diisi dengan acara senam pagi, kemudian demonstrasi cuci tangan 6 langkah, lalu dilanjutkan dengan penyematan pin sebagai tanda telah teredukasi. Tahun ini bertepatan "Clean Care For All It's In Your Hands". Acara dibuka oleh Direktur Medik dan Keperawatan Dr.dr. I Ketut Sudartana, Sp.B-KBD mengatakan kebersihan tangan merupakan hal sederhana namun sangat penting dalam pencegahan dan pengendalian infeksi. "Cuci tangan itu hal sederhana dan minim biaya. Mari kita biasakan untuk menghindari dan mencegah infeksi atau penyakit menular lainnya. Maka dari itu mari bersama-sama budayakan cuci tangan 6 langkah dan jangan lupa sebarkan kebiasaan ini untuk mencapai Indonesia yang lebih sehat" ujar Sudartana.

### DUAL (Edukasi Visual)





# HATI-HATI SAKIT JANTUNG AKIBAT INFEKSI TENGGOROKAN!



Penyakit Jantung Rematik adalah kerusakan permanen dari katup jantung yang disebabkan oleh demam rematik. Kerusakan katup ini merupakan proses perjalanan penyakit yang umumnya dimulai dari infeksi tenggorokan oleh bakteri yang disebabkan oleh Streptokokus, dan secara cepat dapat menyebabkan demam rematik. Penyebab demam rematik nampaknya merupakan reaksi hipersensitif dimana terbentuk antibodi untuk melawan bakteri streptokokus dan menyebabkan kerusakan pada khas dan spesifik pada jaringan tubuh.

Seseorang yang mengalami demam rematik apabila tidak ditangani secara adekuat, maka sangat mungkin sekali mengalami serangan penyakit jantung rematik. Infeksi oleh kuman Streptococcus Beta Hemolyticus group A yang menyebabkan seseorang mengalami demam rematik dimana diawali terjadinya peradangan pada saluran tenggorokan, dikarenakan penatalaksanaan dan pengobatannya yang kurang terarah menyebabkan racun/toxin dari kuman ini menyebar melalui sirkulasi darah dan mengakibatkan peradangan katup jantung. Akibatnya daun-daun katup mengalami perlengketan sehingga menyempit, atau menebal dan mengkerut sehingga kalau menutup tidak sempurna lagi dan terjadi kebocoran.

Tanda dan gejala Penyakit Jantung Rematik penderita umumnya mengalami sesak nafas yang disebabkan jantungnya sudah mengalami gangguan, nyeri sendi yang berpindah-pindah, bercak kemerahan di kulit yang terbatas, gerakan tangan yang tak beraturan dan tak terkendali (korea), atau benjolan kecil-kecil dibawah kulit. Selain itu tanda yang juga turut menyertainya adalah nyeri perut, kehilangan berat badan, cepat lelah dan tentu saja demam.

Bagaimana mengobatinya? Pengobatan terbaik dari penyakit jantung rematik adalah pencegahan. Pemberian antibiotika biasanya dapat menyembuhkan infeksi tenggorokan (infeksi bakteri Streptokokus) dan menghentikan berkembangnya demam rematik akut. Terapi Antibiotik telah menurunkan secara drastis angka insiden dan kematian dari demam rematik dan penyakit jantung rematik. Jika telah terjadi kerusakan katup jantung, perbaikan dengan pembedahan

Bagaimana pencegahannya? Jika telah terjadi kerusakan jantung oleh karena demam rematik, penderita tersebut harus mendapat terapi antibiotik yang adekuat jika melakukan tindakan pada gigi dan tindakan pembedahan. Hal ini sangat membantu mencegah terjadinya endokarditis bakterial yaitu infeksi yang berbahaya pada lapisan dan katup jantung.

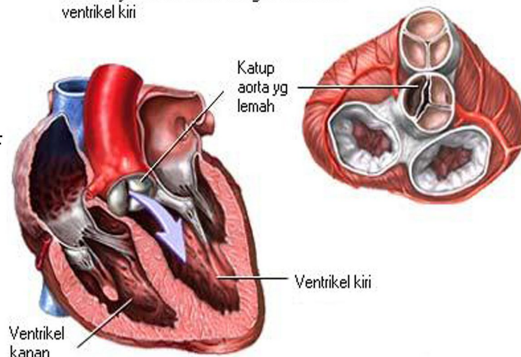
## Pencegahan primer

- Bedakan penyebab bakteri (GAS) atau virus
- Penggunaan antibiotik yang adekuat
- Perbaiki keadaan sosial dan ekonomi

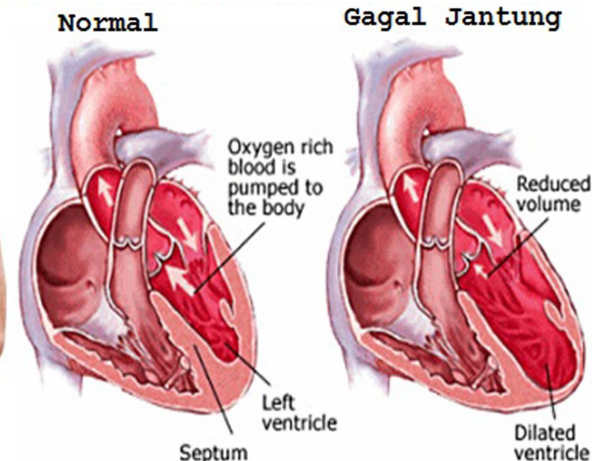
## Pencegahan sekunder

- Penggunaan Benzatin PCN mencegah rekurensi ARF
- Mencegah terjadinya penyakit katup yang kronis
- AHA: < 27 thn : 60000unit> 27 thn: 1200000 unit
- Setiap 2 minggu untuk 2 tahun pertama kemudian setiap 3 minggu
- Durasi minimal 5 tahun setelah serangan terakhir atau sampai berumur 21 tahun

Kegagalan katup aorta untuk menutup dengan kuat menyebabkan darah mengalir kembali ke ventrikel kiri



# GAGAL JANTUNG AKUT



Kita sering mendengar gagal jantung, apakah sebenarnya gagal jantung?. Gagal jantung adalah kondisi saat pompa jantung melemah, sehingga tidak mampu mengalirkan darah yang cukup ke seluruh tubuh. Gejala gagal jantung yaitu sesak napas terutama saat beraktivitas dan berbaring, tidak mampu melakukan aktivitas sehari-hari yang biasa dilakukan, batuk tanpa dahak terutama pada posisi berbaring, tidak nafsu makan karena perasaan penuh dan mual, bengkak pada kaki dan tungkai bawah, nyeri dada dengan beraktivitas, lemah, letih dan lesu.

Dalam menentukan kelainan gagal jantung, sebagai langkah awal, dokter akan menanyakan hal-hal mengenai gejala dan penyakit yang pernah diderita, serta melakukan pemeriksaan. Beberapa tes penunjang juga dapat dilakukan, seperti tes darah, foto Rontgen, pemeriksaan rekam jantung, ekokardiografi, CT scan, dan MRI. Untuk gejala yang terjadi secara tiba-tiba, dokter akan melakukan tindakan penanganan terlebih dahulu untuk menstabilkan kondisi.

Penanganan pasien gagal jantung dilakukan melalui usaha pengobatan dan pencegahan. Terbaik dari penanganan gagal jantung adalah upaya pencegahan gagal jantung itu sendiri. Pengobatan dilakukan untuk meredakan gejala dan meningkatkan kekuatan jantung. Penderita disarankan untuk membatasi aktivitas, menjalani pola hidup sehat, serta akan diberikan obat-obatan yang berfungsi untuk mengurangi beban kerja jantung sesuai kondisi yang diderita. Pencegahan utama gagal jantung adalah menjalani gaya hidup sehat. Tindakan ini dapat dilakukan dengan mengonsumsi makanan bergizi seimbang, membatasi konsumsi garam dan gula, menjaga berat badan ideal, berolahraga secara rutin, berhenti merokok, dan membatasi konsumsi minuman beralkohol.

Pengaturan diet gagal jantung bertujuan untuk

1. Memberikan makanan secukupnya tanpa memberatkan pekerjaan jantung.
2. Menurunkan berat badan bila penderita terlalu gemuk.
3. Mencegah dan menghilangkan penimbunan garam dan air.

Syarat makanan untuk pasien gagal jantung yaitu rendah kalori, protein dan lemak sedang, cukup vitamin dan mineral, rendah garam bila ada tekanan darah tinggi atau oedema (bengkak), mudah dicerna dan tidak menimbulkan gas, porsi kecil dan diberikan sering.

Sayangi Jantung Anda

