

**Galeri edukasi**



Edukasi berbagai macam Nyeri Kepala Poliklinik Saraf RSUP Sanglah



Time Is Brain, Hubungannya dengan Covid 19 Poliklinik Jantung Terpadu RSUP Sanglah



Edukasi Keselamatan pasien di RSUP SANGLAH



Edukasi bayi tabung Klinik Graha Tunjung di RSUP SANGLAH



Menjaga kesehatan gigi dan mulut pada anak ngulik episode 1



Edukasi penggunaan masker kepada pasien dan penunggu di lingkungan RSUP Sanglah

Edisi September 2020 / 019

**Hari Keselamatan Pasien Sedunia 17 September 2020: "Keselamatan Tenaga Kesehatan, Keselamatan Kita Semua"**



Keselamatan Tenaga Kesehatan Keselamatan Kita Semua

Peringatan Hari Keselamatan Pasien bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan keterlibatan publik, meningkatkan pemahaman global, dan memacu solidaritas dan tindakan global untuk mempromosikan keselamatan pasien. Tema peringatan tahun pertama ini adalah Health Worker Safety: A Priority for Patient Safety (Keselamatan Petugas Kesehatan: Prioritas untuk Keselamatan Pasien. Dengan slogan: Safe health workers, Safe patients, dan seruan untuk aksi: "Speak up for health worker safety!" Kementerian Kesehatan RI mengangkat tema : Keselamatan Tenaga Kesehatan, Keselamatan Kita Semua. Tema ini dipilih sebagai upaya meningkatkan kesadaran global tentang pentingnya keselamatan tenaga kesehatan dalam penanganan Covid-19.



Data PBB yang dikutip dari Media Online Satu Harapan, menunjukkan bahwa setiap tahun di dunia 134 juta orang mengalami akibat sampingan karena perawatan yang tidak aman

terutama di rumah sakit di negara berpenghasilan rendah dan menengah, menyebabkan 2,6 juta kematian setiap tahun. Sebanyak 15% biaya harus dikeluarkan untuk rumah sakit terkait dengan penanganan kegagalan keselamatan pasien di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah. Sebanyak empat dari 10 pasien di dunia dirugikan dalam pengaturan perawatan primer dan rawat jalan, padahal sampai 80% kerugian akibat pengaturan ini dapat dihindari.

Terlebih di masa Pandemi Covid-19, dokter dan perawat harus menjaga keselamatan dirinya sehingga dapat terus memberikan pelayanan kepada pasien yang membutuhkan. Dalam memberikan pelayanan para tenaga Kesehatan memiliki risiko tinggi untuk tertular penyakit sehingga dibutuhkan kesadaran dari para tenaga kesehatan untuk selalu menerapkan protokol kesehatan dimanapun berada, baik saat bertugas maupun ketika berada di masyarakat. Keselamatan tenaga Kesehatan bukan hanya menjadi tanggung jawab pribadi tenaga kesehatan, tetapi juga membutuhkan peran serta masyarakat. Hal yang penting dilakukan saat ini adalah jujur ketika memeriksakan diri ke pelayanan kesehatan tentang riwayat perjalanan, riwayat kontak dengan pasien suspek ataupun konfirmasi positif Covid-19.

Menurut data data dari Tim Mitigasi Pengaruh Besar Ikatan Dokter Indonesia (PB IDI), Perhimpunan Dokter Gigi Indonesia (PDGI) dan Perawatan Nasional Indonesia (PPNI) menyebutkan bahwa 29 September 2020, terdapat 127 dokter, 9 dokter gigi dan 92 perawat telah meninggal dunia (dikutip dari Kompas). Oleh karena itu penting untuk dilakukannya protokol kesehatan oleh seluruh masyarakat disertai dengan kejujuran ketika mencari pelayanan kesehatan, karena keselamatan tenaga kesehatan adalah keselamatan kita semua. (pkrs)

**Redaksi**

- Pelindung :Direktur Utama
- Penasehat :Direktur Pelayanan Medik Perawatan & Penunjang Direktur Keuangan & BMN Direktur SDM Pendidikan & Penelitian
- Penanggung jawab :Direktur Perencanaan Organisasi & Umum
- Redaktur :Kepala Instalasi PKRS Komite Medik
- Editor :Dini Yulia Ni Made Sadnyani
- Grafis & Layout: I Nym Iwan Paramartha
- Photografer :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)

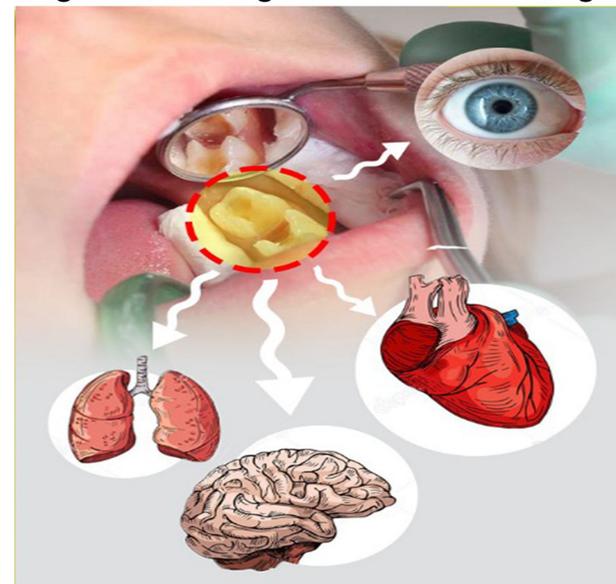


**DUAL (Edukasi Visual)**

Subscribe to our YouTube Channel : PKRS SANGLAH



# Gigi Berlubang dan Sisa Akar Gigi Penyebab Penyakit Sistemik



**R**ongga 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), environmet (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. Environment 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 ingeksi 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, skel-etal, 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.

# STRATEGI MENGELOLA GANGGUAN MOOD PADA MASA COVID-19

Mood adalah suasana perasaan yang pervasif dan menetap yang dihayati secara internal yang mempengaruhi perilaku individu yang bersangkutan serta persepsinya tentang dunia luar. Mood bisa normal, meningkat atau depresi. Orang normal mempunyai rentang pengalaman emosi yang luas dan terkendali. Menurut Julius Falret (1854) mood menggambarkan suatu kondisi yang disebutnya folie circulaire, ditandai oleh perubahan-perubahan emosi berbentuk mania atau depresi secara bergantian.

Gangguan mood merupakan suatu kelompok kondisi klinik yang ditandai oleh hilangnya daya kendali, disertai rasa tertekan yang hebat. Ada 3 episode yang sering dialami antara lain: 1. Gejala mood meningkat ditandai dengan kurangnya kebutuhan tidur, banyak bicara, peningkatan energi, peningkatan seksual, kadang disertai peningkatan bergaul dan banyak bicara berlangsung 2 minggu hingga 4-5 bulan disebut episode mania, 2. Gejala mood menurun ditandai dengan tidak bertenaga, kehilangan minat, ada rasa bersalah, sulit konsentrasi, kehilangan nafsu makan, serta memikirkan tentang kematian atau bunuh diri berlangsung 6 bulan sampai kurang dari satu tahun disebut episode depresi, 3. Bila berlangsung perubahan mood secara cepat mania dan depresi disebut episode campuran. Gejala lainnya mencakup perubahan aktivitas sehari-hari, kemampuan kognitif dan kemampuan berbicara. Gangguan mood seringkali akan menyebabkan gangguan pada relasi interpersonal, sosial dan kemampuan kerja. Gangguan mood masalah utama terjadi pada perubahan emosi yang cepat (mood swing). Banyak hal yang diperkirakan menjadi penyebab gangguan mood, antara lain: 1. Faktor genetik diduga mempunyai peran kuat namun belum sepenuhnya dipahami, 2. Gangguan keseimbangan neurotransmitter tertentu (zat yang berperan pada komunikasi antar saraf) di otak merupakan penyebab penting gangguan mood. 3. Faktor psikososial seperti stres kehidupan dengan tekanan yang berat dan lama saat ini (seperti COVID-19). Adanya ketiga hal tersebut disertai adaptasi yang baru untuk berdamai dengan COVID-19 maka memudahkan munculnya perubahan mood secara cepat. Prevalensi depresi berat dialami oleh perempuan dua kali lebih banyak dari laki-laki (antara lain: hormonal, melahirkan, stresor psikososial yang berbeda antara laki-laki dengan perempuan dan model "learned helplessness" pada perempuan). "Learned helplessness" adalah depresi yang dikaitkan dengan ketidakberdayaan ketika mendapatkan pengalaman yang tidak menyenangkan karena jatuhnya harga diri. Sedangkan episode mania lebih sering dialami laki-laki dan episode depresi lebih sering dialami oleh perempuan. Bila perempuan mengalami episode mania, biasanya lebih sering berbentuk episode campuran dan perempuan juga lebih cenderung mengalami "rapid cycles". Penderita yang mempunyai masalah gangguan mood kemungkinan mengalami kesulitan mengikuti instruksi pemerintah (memakai masker, mencuci tangan, menjaga jarak dan menghindari kerumunan) dan menempatkan diri dalam risiko melanggar berbagai tindakan tanpa pikir panjang bahwa hal tersebut memudahkan penyebaran COVID-19 semakin cepat. Perubahan perilaku, pengambilan risiko pelanggaran, gangguan penilaian negatif terhadap masalah, mudah ceroboh memerlukan bantuan untuk menyelesaikan perubahan mood. Gangguan mood sering terjadi bersamaan (komorbiditas) disertai gangguan psikiatri yang lain, terutama alkoholisme dan gangguan penggunaan zat psikoaktif, gangguan panik, gangguan obsesif kompulsif, dan fobia sosial. Komorbiditas pada laki-laki lebih sering berupa gangguan penggunaan zat psikoaktif, sedangkan pada perempuan lebih sering berupa gangguan cemas dan gangguan makan. Secara umum dibandingkan penderita depresi berat, penderita gangguan mood lebih sering mengalami komorbiditas dengan gangguan penggunaan zat psikoaktif dan gangguan cemas, komorbiditas ini memperburuk prognosis dan meningkatkan risiko bunuh diri.

Strategi mengelola mood agar stabil selama COVID-19:

1. Olah raga rutin di rumah dengan dipandu instruktur olah raga dari YouTube sesuai dengan usia
2. Hindari berlebihan kafein, alkohol, nikotin. Kafein sebagai stimulan namun dapat memperburuk komorbiditas gangguan psikiatri yang lain yaitu kecemasan, panik. Alkohol sebagai depresan memperburuk suasana mood sehingga menimbulkan perubahan perilaku pelanggaran. Nikotin dapat menurunkan imun sehingga memudahkan terserang infeksi saluran pernafasan atas
3. Merubah pola makan sesuai dengan usia dan aktifitas yang dilakukan sehari-hari agar tidak menambah berat badan dikarenakan tinggal di rumah. Perbanyak asupan buah dan sayuran untuk daya tahan tubuh
4. Berpikir positif terima adaptasi baru COVID-19 sehingga kebersamaan dengan keluarga inti semakin erat
5. Membina komunikasi efektif
6. Membuat kreatifitas penyaluran mood dengan cara melukis, membuat puisi, mendengarkan musik, mencoba resep makanan belajar dari youtube, berkebun atau bila mempunyai hewan peliharaan lakukan menepuk-nepuk/ membelai, dan lain-lain
7. Terapi Perilaku untuk memulihkan kemampuan dan rasa percaya diri mampu berdamai dengan COVID-19
8. Istirahat/ tidur yang cukup