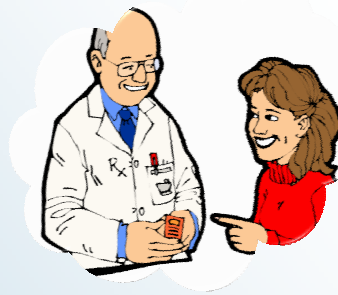


Tanya Apoteker: "Kenali Batuk Anda!"



P :Pak saya menderita batuk selama 2 hari ini ini, bagaimana menurut anda obat batuk yang baik untuk saya?

A :Anda harus mengetahui terlebih dahulu batuk yang anda derita. Batuk yang seperti apa yang anda rasakan, apakah kering atau berdahak?

P : Saya merasakan bahwa batuk yang saya derita adalah batuk berdahak. Apakah berbeda pengobatan antara batuk kering dan berdahak? Saya kurang memahami batuk yang saya alami dan penyebabnya.

A :Saya jelaskan. Batuk merupakan mekanisme perlindungan dan bentuk respon terhadap iritasi saluran pernapasan. Batuk mengganggu dapat merujuk beberapa hal seperti karena sinusitis, flu umum, atau penyakit lainnya. Penyebab batuk antara lain iritan (asap rokok, gas di tempat kerja), mekanik seperti benda asing dalam saluran nafas, penyakit paru seperti asma, dan lain-lain. Batuk dapat menjadi produktif atau tidak produktif. Dimana pada batuk produktif dihasilkan sekresi dari saluran pernapasan berupa dahak sedangkan batuk tidak produktif merupakan batuk kering yang tidak menghasilkan sekresi.

Nah, pada batuk tidak produktif bias digunakan Antitusif. Antitusif adalah obat yang digunakan untuk meredakan batuk yang bertindak sebagai penekan batuk dengan meningkatkan ambang pusat batuk di otak. Sedangkan pada batuk produktif atau batuk berdahak digunakan ekspektoran yang meningkatkan produksi sekret saluran pernapasan yang akan menurunkan kekentalan dari lender atau dahak. Selain itu pada batuk berdahak juga bisa digunakan mukolitik bekerja langsung pada lendir sekresi pernafasan dengan mengurangi kekentalan dahak.

P :Oh jadi begitu ya pak,,saya lebih paham sekarang. Jadi saya bisa menggunakan obat batuk ekspektoran dalam mengobati batuk saya?

A :Ya, anda dapat menggunakan obat batuk ekspektoran. Apabila dahak Anda berwarna kekuningan dan disertai demam dan belum sembuh dalam waktu 3 hari, mungkin batuk Anda disebabkan bakteri, ini dibutuhkan antibiotik dalam penyembuhannya. Silahkan Anda konsultasikan ke dokter, karena obat antibiotik hanya dapat dikonsumsi dengan ajuran dan resep dokter. Saran saya anda minum banyak air putih dan menghindari iritasi seperti asap atau debu untuk mengurangi iritasi tenggorokan. Selain itu beberapa obat batuk dapat mengganggu kemampuan fisik dan mental dalam kegiatan sehari-hari. Sehingga agar lebih berhati-hati saat mengemudi atau melakukan tugas-tugas yang membutuhkan kewaspadaan, koordinasi, atau ketangkasan fisik.

P : Wah begitu ya pak. Saya sangat berterima kaih atas info yang diberikan.

A : Sama-sama, sudah kewajiban saya untuk menginformasikan hal ini. Batuk memang sangat menjengkelkan, harus sabar dalam proses penyembuhannya. Semoga bermanfaat dan lekas sembuh...

Referensi

1. Sweetman, S.C. 2009. *Martindale The Complete Drug Reference Thirty-sixth edition*. Pharmaceutical Press. London.
2. Roach, S. 2007. *Introductory Clinical Pharmacology*. The Point. United States of America.
3. Harvey et al . 2009. *Lippincott's Illustrated Reviews: Pharmacology Ed 4*. The Point. United States of America.



Susunan Kepengurusan: **Pelindung:** Dekan Fakultas MIPA UNLAM, Drs. Heri Budi Santoso, M.Si. **Penanggung jawab:** A.n Ketua Program Studi Farmasi, Khoerul Anwar, S.F., Apt. **Penasehat:** Nashrul Wathan S.Farm., Apt, Valentina Meta S., S.Farm., Apt, Difa Intannia S.Farm., M.Farm-Klin., Apt, Samsul Hadi M.Sc., Apt. **Direktur:** Nani Kartinah, S.Farm., M.Sc., Apt. **Sekretaris Umum:** Muhammad Ikhwan Rizki, S.Farm., Apt. **Ketua:** Hardiyanti **Sekretaris:** Ayu Putri Pertiwi **Bendahara:** Diah Safitra **Div. Pengabdian Masyarakat:** Dewi Wulandari, Indah Cahyani, Yudi Prasetya, Annisa Dwi Cahya **Div. Humas dan Publikasi:** Rosyilianti, Lisda Mustika, Abshar Fariz, Mey Mey Sagianti **Div. Pendidikan dan Pelatihan:** Faturakhim, Dea Dita Kitirami, Adi Fahmi Anshary, Muhammad Iqbal Fadillah

PIO Pusat Informasi Obat Layanan Masyarakat



Jl. A. Yani Km. 35,8 Program Studi Farmasi, Gedung II FMIPA, Lt.3 UNLAM Banjarbaru

TOPIK EDISI INI :

Demam Typhoid

Artikel : Mengenal Lebih Dekat Flu Singapura

Tanya Apoteker : Kenali Batuk Anda!

DEMAM TYPHOID

Demam typhoid merupakan infeksi bakteri pada saluran pencernaan dan aliran darah. Demam typhoid dapat ditularkan dengan mengkonsumsi makanan atau minuman bekas oleh orang yang terinfeksi. Hal ini juga dapat terjadi dengan meminum air yang terkontaminasi. Penyakit ini berkembang dalam satu hingga tiga minggu setelah tertular infeksi. Simptom (gejala) yang terlihat dapat ringan atau parah, antara lain:

- Demam tinggi
- Kecapaian dan kelesuan
- Hilangnya nafsu makan
- Sakit kepala
- Konstipasi atau diare
- Timbul bintik-bintik berwarna merah pada dada.

Setelah pemulihan awal, penyakit ini dapat kambuh dalam beberapa kasus, karena bakteri dapat tetap bertahan dalam kantung empedu dan usus. Kasus yang demikian disebut sebagai carriers dan ini dapat menjadi sumber dari infeksi lebih

lanjut ke orang lain, dan perlu untuk ditangani dengan antibiotik. Tersedia pula vaksin yang melawan typhoid.

Bagaimana menghambat dan melindungi diri dari infeksi?

- Meminum air dari sumber yang aman atau meminum air yang telah direbus.
- Mencuci tangan, baik sebelum dan sesudah mengonsumsi makanan.
- Memakan makanan yang dimasak sebagaimana mestinya.
- Menkonsultasikan kepada dokter untuk vaksinasi yang melawan demam typhoid.
- Apabila muncul simtom (gejala), konsultasikan dengan tenaga kesehatan atau dokter.

Antibiotik merupakan "life-saving" atau penyelamat dalam demam typhoid. Gunakan sesuai dengan dosis yang telah diresepkan dan jumlah hari yang direkomendasikan dokter.

Bantu mencegah terjadinya resistensi terhadap antibiotik!

Sumber :

WHO. 2012. *An Information booklet- Seasonal Communicable Diseases and Prevention of Antibiotic Resistance*. World Health Organization. Regional Office for South-East Asia. India.



MENGENAL LEBIH DEKAT FLU SINGAPURA

By: Difa Intannia S. Farm., M. Farm. Klin., Apt
(Dosen Farmasi UNLAM)



Akhir-akhir ini masyarakat Indonesia cukup diributkan dengan kejadian yang dikenal dengan nama penyakit flu singapura. Mungkin sebagian orang bertanya apakah flu singapura itu? Apakah sama dengan flu biasa? Apakah berbahaya dan mungkin muncul pertanyaan-pertanyaan lain lagi.

Artikel kali ini mengajak pembaca untuk mengenal lebih dekat mengenai flu singapura. Jika dilihat dari sejarahnya, penyakit flu singapura sudah ada sejak tahun 1996. Dinamakan flu singapura karena awalnya berasal dari Singapura. Pada 2000, penyakit ini sempat mewabah di Singapura sehingga menyebabkan pemerintah setempat mengimbau seluruh restoran siap saji, kolam renang, dan tempat bermain anak-anak ditutup untuk sementara dan sekolah diliburkan.

Flu singapura dalam bidang kedokteran dikenal sebagai *hand, foot and mouth disease* (Penyakit tangan, kaki dan mulut/HFMD). Disebut sebagai penyakit tangan, kaki dan mulut karena penyakit ini menyerang ketiga organ tersebut. Penyakit ini disebabkan oleh virus, ada beberapa virus yang berperan yaitu kelompok enterovirus diantaranya *coxsackie viruses* dan *enterovirus 71*. *Coxsackievirus A16* merupakan penyebab umum terjadinya flu singapura. Sedangkan yang disebabkan oleh *enterovirus 71* biasanya dapat menyebabkan komplikasi neurologi seperti *aseptic meningitis* dan *encephalitis*.

Flu Singapura/HFMD biasanya menyerang bayi dan anak-anak dibawah usia 10 tahun, tapi tidak menutup kemungkinan golongan usia lain dapat terinfeksi virus ini.

Gejala-gejala yang biasanya muncul pada penderita HFMD diantaranya adalah:

- Demam
- Sakit tenggorokan
- Hilang nafsu makan
- Lemas
- Satu atau dua hari setelah demam, nyeri pada tenggorokan dan bintik kemerahan akan muncul di bagian dalam mulut sekitar pipi, gusi dan lidah, bintik ini dapat berkembang menjadi luka/*ulcer*. Bintik kemerahan juga kadang dapat muncul di kulit bagian tangan umumnya di bagian telapak tangan, telapak kaki, pantat dan terkadang di lengan. Bintik ini dapat berkembang menjadi bintik kemerahan yang berisi cairan. Namun tidak semua penderita HFMD akan mengalami semua gejala ini, mungkin hanya akan muncul sebagian saja.



Gejala-gejala ini biasanya ringan dan akan sembuh dalam waktu 7-10 hari. Namun, ada kasus-kasus tertentu yang dapat berkembang menjadi parah atau terjadi komplikasi seperti *viral (aseptic) meningitis* dan *encephalitis*. Jika mengalami komplikasi ini sebaiknya penderita dirawat di rumah sakit untuk mendapatkan penanganan lebih baik.

Seperti disebutkan di atas, flu singapura disebabkan oleh virus, oleh karena itu penyakit ini merupakan penyakit menular. Penularan dapat terjadi melalui kontak langsung dengan cairan hidung atau tenggorokan, saliva (air liur), cairan dari bintik kemerahan yang berair atau feces dari penderita yang terinfeksi virus ini. Perpindahan virus, biasanya dapat terjadi ketika penderita yang terinfeksi tidak mencuci tangan kemudian menyentuh orang lain atau menyentuh suatu permukaan. Virus penyebab flu singapura ini dapat bertahan cukup lama di udara terbuka. Masa paling menular dari penderita flu singapura adalah pada minggu pertama penyakit, namun penularan juga masih dapat terjadi beberapa minggu setelah gejala menghilang. Hal penting yang juga harus diperhatikan adalah bahwa seseorang yang tertular virus flu singapura namun tidak menunjukkan gejala juga dapat menularkan virus tersebut.

Jika sudah terinfeksi flu singapura, tidak terdapat terapi yang spesifik untuk menanganinya. Penderita flu singapura akan sembuh dengan sendirinya dalam jangka waktu 7-10 hari. Hal yang dapat dilakukan adalah dengan beristirahat dan minum cukup cairan untuk mencegah terjadinya dehidrasi (hilangnya cairan tubuh). Selain itu dapat diberikan obat-obatan untuk mengatasi gejala seperti obat demam dan nyeri. Terkadang nyeri pada tenggorokan dapat menyebabkan penderita sulit menelan sehingga sulit untuk makan dan minuman, hal ini dapat ditangani dengan memberikan cairan secara intravena (infus).

Hal-hal yang dapat dilakukan untuk mencegah penularan flu singapura adalah dengan cara:

- Mencuci tangan dengan sabun setelah keluar dari toilet, mengganti popok, atau setelah kontak dengan penderita.
- Bersihkan dengan baik permukaan mainan atau permukaan benda-benda lain yang mungkin terkontaminasi virus.
- Penderita yang terinfeksi virus sebaiknya tidak melakukan kegiatan keluar rumah sampai gejala seperti demam atau *ulcer* di mulut telah sembuh.

Referensi:

1. Department of Public Health Division of Communicable Disease Control State of California. Hand, Foot And Mouth Disease. <http://www.cdph.ca.gov/HealthInfo/discond/Documents/HFMD.pdf> .[diakses tanggal 31 Maret 2012].
2. CDC. 2011. Hand, Foot, and Mouth Disease. <http://www.cdc.gov/Features/HandFootMouthDisease/> .[diakses tanggal 31 Maret 2012].
3. Jabatan Kesihatan Negeri Sarawak. 2006. Attention Hand, Foot, and Mouth Disease!!.[http://iknsarawak.moh.gov.my/en/uploads/Poster%20\(English\).pdf](http://iknsarawak.moh.gov.my/en/uploads/Poster%20(English).pdf) [diakses tanggal 31 Maret 2012]
4. Chaniago F, 2012. Flu Singapura dan Penanganannya in Koran Jakarta. <http://koran-jakarta.com/index.php/detail/view01/84484> .[diakses tanggal 19 April 2012].