

- Ikuti petunjuk penyimpanan pada label kemasan obat, biasanya pada label kemasan obat akan tertulis petunjuk antara lain simpan obat dalam wadah tertutup pada suhu kamar, jauh dari panas, kelembaban, dan cahaya langsung, serta jauhkan dari pembekuan.
- Hindari meninggalkan obat di kamar mandi, mobil, atau di tempat yang lembab dan terlalu panas. Menyimpan obat di tempat yang lembab memudahkan tumbuhnya bakteri-bakteri tertentu serta jamur, sedangkan menyimpan obat di tempat yang terlalu panas dapat membuat reaksi kimia pada obat, sehingga obat pun mudah rusak dan tidak berkhasiat lagi.
- Dinginkan obat hanya jika pada label kemasan obat tersebut tertulis demikian. Bentuk obat-obat tertentu, seperti supositoria memang harus disimpan dalam lemari pendingin, karena jika ditaruh pada suhu kamar akan meleleh atau mencair.
- Pastikan semua obat yang disimpan aman dari jangkauan anak untuk menghindari kesalahan penggunaan obat tertentu oleh anak dan menghindari kasus keracunan obat pada anak. Kasus keracunan obat pada anak, meliputi:
- Jika menggunakan pil organizer, pastikan semua obat dapat mudah diidentifikasi. Pil organizer, atau pil kontainer, atau kotak khusus pil digunakan untuk menyimpan obat sesuai dengan dosis yang dijadwalkan untuk seseorang.
- Simpan obat dalam wadah asli dengan tutup yang tertutup rapat. Bagaimana pun juga wadah asli dari obat yang berasal dari pabrik sudah didesain sedemikian rupa sehingga dapat menyimpan obat dengan baik.
- Buanglah obat yang sudah kadaluwarsa atau obat yang sudah tidak diperlukan lagi.

Sumber:

<http://www.agis.com/Document/28/tips-for-safe-medication-use-and-storage.aspx>

(Assist Guide Information Services)



## CARA MENYIMPAN OBAT YANG BENAR

Buletin Kesehatan

**PIO** Pusat InfOrmasi  
bat

Layanan Masyarakat



Edisi Januari 2011

## PIO-LM NEWS



Minggu 14 November 2011, bertepatan dengan Hari Kesehatan Nasional, diadakan Launching PIO-LM. Acara ini bertujuan untuk memperkenalkan PIO-LM kepada masyarakat. Peresmian PIO dibuka secara simbolis yaitu pemotongan pita oleh Wakil Walikota Banjarbaru. Diisi dengan pembukaan stand pelayanan konsultasi obat oleh apoteker yang merupakan dosen dari program studi Farmasi UNLAM. Kemudian dibarengi dengan pembagian brosur dan informasi kesehatan mengenai cuci tangan yang benar oleh pengurus PIO-LM. Sebagian besar masyarakat cukup antusias dengan hadirnya PIO-LM yang dapat memberikan informasi tentang obat oleh apoteker melalui media komunikasi seperti internet dan telepon. Dengan di bentuknya PIO-LM ini diharapkan dapat memberikan manfaat kepada masyarakat terutama dalam pemberian informasi obat yang benar.

**Punya pertanyaan tentang obat? Apoteker kami akan menjawab.**

**Our address :** Jl. A. Yani Km. 35,8 PS Farmasi, Gedung II FMIPA, Lt. 3 UNLAM Banjarbaru

**05117654543**

**piofarmasiunlam@yahoo.com**

**PIO-LM Farmasi Unlam**

**Pelayananmasyarakat.wordpress.com**

Susunan Kepengurusan: **Pelindung:** Dekan Fakultas MIPA UNLAM, Heri Budi Santoso, S.Si., M.Si.

**Penanggung jawab:** A.n Ketua Program Studi Farmasi, Khoerul Anwar, S.F., Apt. **Penasehat:** Nashrul Wathan S.Farm., Apt, Valentina Meta 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 Ikhwani Rizki, S.Farm., Apt. **Koord. Mahasiswa:** Hardiyantini **Sekretaris:** Ayu Putri Pertiwi **Bendahara:** Diah Safitra **Div. Pengabdian Masyarakat:** Dewi Wulandari, Indah Cahyani, Yudi Prasetya, Annisa Dwi Cahya **Div. Humas dan Publikasi:** Rosylianti, Lisda Mustika, Abshar Fariz, Mey Mey Sagiarti **Div. Pendidikan dan Pelatihan:** Faturakhim, Dea Dita Kitirami, Adi Fahmi Anshary, Muhammad Iqbal Fadillah

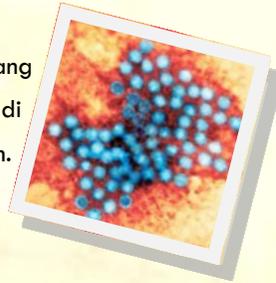
# Hepatitis A

By: Muhammad Ikhsan Rizki S.Farm., Apt.

Hepatitis A merupakan peradangan yang terjadi pada organ hati yang disebabkan oleh infeksi hepatovirus. Hepatitis A dapat menyebabkan pembengkakan hati, tetapi jarang menyebabkan kerusakan permanen. Angka kejadian Hepatitis A pada tahun 2004 di Amerika Serikat terjadi pada 1,9 kasus dalam 100.000 orang. Hepatitis A bersifat endemik atau menyebar secara cepat di suatu wilayah dan banyak terjadi di negara-negara berkembang. Tingkat kebersihan suatu daerah sangat mempengaruhi angka kejadian Hepatitis A. Penderita hepatitis A akan menjadi kebal terhadap penyakit tersebut. Berbeda dengan hepatitis B dan C, infeksi hepatitis A tidak akan berlanjut menjadi kronik.

## Penyebab

Virus yang menjadi penyebab Hepatitis A yaitu Hepatovirus yang merupakan famili dari Picornavirus. Virus ini dapat hidup pada suhu di bawah 85 °C dan bertahan selama 2-4 minggu di dalam tubuh. Ditemukan di dalam tinja pasien yang mengalami Hepatitis A.



## Penularan

Penularan dari Hepatovirus yaitu melalui jalur *fecal-oral*. Hepatovirus terdapat pada tinja orang yang sedang mengalami hepatitis A. Penularan dapat terjadi jika air yang digunakan tercemar tinja yang mengandung Hepatovirus. Pada umumnya air tersebut digunakan untuk mencuci piring atau gelas. Apabila piring atau gelas yang terkontaminasi Hepatovirus digunakan maka orang yang menggunakannya dapat mengalami penyakit Hepatitis A. Penularan juga dapat terjadi melalui es batu, buah-buahan, dan sayuran yang tidak dimasak secara sempurna yang sudah terkontaminasi Hepatovirus.

Penularan juga dapat terjadi pada saat berhubungan seksual secara anal atau oral dengan seseorang yang terinfeksi virus hepatitis A. Mencuci tangan tidak bersih setelah mengganti popok bayi juga beresiko terjadi penularan hepatitis A apabila bayi tersebut sedang mengalami infeksi virus hepatitis A

## Gejala dan Tanda

Infeksi hepatitis A pada anak-anak jarang menimbulkan gejala, sedangkan pada orang dewasa menyebabkan gejala dan tanda yaitu:  
Gejala mirip flu seperti rasa lemas, mual, nafsu makan menurun, dan rasa tidak enak badan  
Gejala lain diantaranya demam, diare, nyeri perut, mata kuning (*jaundice*).

## Penanganan

Pada umumnya Hepatitis A dapat sembuh sendirinya dengan peningkatan sistem imun tubuh (*self-limiting*). Meskipun demikian, apabila terjadi penurunan sistem imun secara drastis dan keadaan semakin memburuk maka pasien yang mengalami Hepatitis A tetap harus dirawat di rumah sakit. Perawatan di rumah sakit dimaksudkan untuk mempercepat proses penyembuhan dan memantau kondisi pasien agar tidak terjadi komplikasi penyakit lain. Pada umumnya terapi yang diberikan dapat berupa terapi tanpa obat (*non farmakologi*) dan terapi dengan obat (*farmakologi*).

Terapi tanpa obat yang dapat diberikan, antara lain:

- ◆ Makan makanan yang teratur
- ◆ Perbanyak makan sayur dan buah-buahan

Terapi menggunakan obat pada pasien hepatitis A umumnya hanya untuk menangani gejala yang dirasakan pasien, diantaranya:

- ◆ Terapi cairan dengan infus NaCl berfungsi untuk mencegah keadaan dehidrasi
- ◆ Parasetamol berfungsi untuk menangani keluhan demam
- ◆ Metokloperamid berfungsi untuk menangani keluhan mual
- ◆ Multivitamin berfungsi untuk meningkatkan daya tahan tubuh

## Pencegahan

Hepatitis A dapat dicegah dengan berbagai cara, diantaranya:

- ◆ Membiasakan mencuci tangan sebelum atau sesudah makan dan sesudah buang air besar menggunakan sabun cuci tangan dengan teknik cuci tangan yang benar
- ◆ Tidak membeli makanan dan minuman disembarang tempat
- ◆ Penggunaan vaksin hepatitis A direkomendasikan tertuma pada wisatawan dan dapat melindungi dari kejadian hepatitis A selama 5 sampai 8 tahun
- ◆ Gunakan air yang direbus secara sempurna sampai benar-benar matang
- ◆ Konsumsi makanan yang dimasak secara matang
- ◆ Kupas buah sebelum dimakan dan cuci bersih

## Sumber

<http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs328/en/index.html> (diakses Januari 2012)

<http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/hepatitisa.html> (diakses Januari 2012)

<http://www.medscape.com> (diakses Januari 2012)

Thomas, L, and The Hepatitis A Guidelines Group, 2009, *Guidance for the Prevention and Control of Hepatitis A Infection*, Health Protection Agency, London.

Dipiro et al., 2008, *Pharmacotherapy: A Pathophysiologic Approach*, Seventh edition, McGraw Hill Medical Publishing, New York.

DepKes, 2007, *Pharmaceutical Care Untuk Penyakit Hati*, Direktorat Bina Farmasi Komunitas dan Klinik Departemen Kesehatan Republik Indonesia, Jakarta.

DepKes, 2007, *Pedoman Dasar Di Puskesmas*, Departemen Kesehatan Republik Indonesia, Jakarta.

Siapa yang selama hidupnya gak pernah demam? Apa sih demam itu? Bagaimana penanganan yang benar? Mari mari kita pelajari.

Demam adalah dimana suhu tubuh melampaui suhu  $37^{\circ}\text{C}$ . Para ahli bersepakat bahwa demam adalah suatu reaksi tangkis yang berguna dari tubuh terhadap infeksi. Pada suhu di atas  $37^{\circ}\text{C}$ , trombosit akan aktif melawan infeksi. Artinya demam menunjukkan suatu gejala yang bukan merupakan penyakit.

Penanganan demam:

1. Kompres ketiak dengan kapas atau tissue basah, karena kulit pada ketiak lebih tipis dibanding pada bagian tubuh lain.
2. Minum air putih yang cukup, karena pada saat demam metabolisme tubuh akan meningkat.
3. Jangan berselimut, biarkan tubuh menyesuaikan diri dengan suhu lingkungan.
4. *Take a rest.*
5. Jika keempat point di atas telah dilakukan, namun demam tak kunjung turun. Tangan dengan penurun panas seperti paracetamol, ibuprofen, dan aspirin.
6. Jika demam tidak turun selama 3 hari, hubungi dokter.