

MESKI SEMBUH SEPSIS

Pasien Bisa Komplikasi Jangka Panjang

WHO mengeluarkan Pedoman Penatalaksanaan Klinis Sepsis, 30 Januari 2024. Ditujukan tidak hanya untuk para dokter rumah sakit rujukan, juga keluarga pasien.

Sepsis adalah komplikasi infeksi serius paling umum, memengaruhi banyak orang seluruh dunia. Tapi bebannya jauh lebih besar di negara berpendapatan rendah dan menengah, di mana sumber daya untuk menangani penyakit ini lebih terbatas. Perkiraan pada 2017 menunjukkan 48,9 juta kasus sepsis terjadi setiap tahun, dengan 11 juta kematian. Banyak pasien selamat sepsis, menderita komplikasi jangka panjang sebagai akibatnya.

Perawatan untuk sepsis dapat menyelamatkan nyawa pasien -- meliputi perawatan klinis berkualitas tinggi-- dari faskes primer, sampai ke rumah sakit rujukan. Termasuk area perawatan darurat, kritis, dan operatif. Majelis Kesehatan Dunia ke-70 menyerukan pengembangan panduan mengenai pencegahan dan penatalaksanaan sepsis untuk mendukung semua negara anggota dalam 'Meningkatkan pencegahan, diagnosis, dan penatalaksanaan klinis sepsis.'

Pasien sepsis membutuhkan perawatan berkualitas tinggi sejak pertama mendapatkan layanan medis di layanan primer, hingga mereka pulih sepenuhnya. Karena itu, upaya mengoptimalkan luaran klinis penyakit

Dr dr FX Wikan Indrarto SpA



ini memerlukan pengenalan dini, perawatan darurat, terapi dengan obat antimikroba, pengendalian sumber infeksi, pemantauan intensif, deteksi kerusakan organ secara klinis, dan pencegahan kegagalan organ beserta komplikasinya. Perawatan kritis dan perawatan operatif dini efektif dan efisien, bisa semakin mengurangi angka kematian dan kesakitan.

Pedoman WHO ini menggunakan bukti terbaik untuk membantu keluarga pasien dan petugas layanan kesehatan yang merawat mereka. Pedoman WHO ini digunakan dalam pembuatan rekomendasi untuk pengenalan dini, resusitasi awal, dan pengobatan dini sepsis pada periode di mana pasien paling rentan.

Penyebab Kematian

SEPSIS sering muncul sebagai perburukan klinis sebuah penyakit infeksi umum dan dapat dicegah. Namun demikian, sepsis juga sering disebabkan infeksi yang justru didapat pasien di fasilitas layanan kesehatan, yang merupakan salah satu efek samping paling sering terjadi selama pemberian layanan medis. Kejadian ini memengaruhi ratusan juta pasien di seluruh dunia setiap tahunnya.

Jika terjadi pada ibu selama kehamilan, saat atau setelah melahirkan, atau setelah aborsi, disebut sepsis maternal. Sepsis pada bayi baru lahir disebut sepsis neonatal. Meski sangat dapat dicegah, sepsis pada ibu dan bayi baru lahir masih menjadi penyebab utama kematian ibu

hamil dan bayi baru lahir.

Sepsis merupakan keadaan darurat medis dan memerlukan perhatian segera, untuk mencegah komplikasi lebih lanjut atau kematian pasien. Kadang sepsis dapat menimbulkan tanda dan gejala peringatan dini yang bervariasi, sehingga beberapa di antaranya mungkin menyebabkan kesalahan diagnosis medis dengan kondisi lain.

Infeksi pra sepsis dapat menyebabkan demam, juga bisa sebaliknya menyebabkan suhu tubuh rendah, kulit teraba dingin, dan menggigil. Mungkin timbul kesulitan bernapas atau napas cepat, serta detak jantung meningkat, atau sebaliknya denyut nadi lemah dan tekanan darah rendah. Hal ini dapat menyebabkan produksi urin rendah, kulit berwarna biru atau sianosis, berbintik-bintik kemerahan atau pucat yang tidak normal, yang disertai perubahan kondisi mental.

Penyakit ini dapat menyebabkan rasa sakit atau rasa tidak nyaman yang ekstrem, sehingga sering disalahartikan sebagai influenza atau keracunan makanan. Pada anak, sepsis dapat ditandai dengan pemapasan yang sangat cepat, kejang, kulit pucat, lesu atau kesulitan bangun atau rasa dingin yang tidak normal saat disentuh. Pada anak di bawah 5 tahun dapat menyebabkan kesulitan makan, muntah berulang kali, atau kurang buang air kecil.

Ada dua langkah utama mencegah sepsis. Pertama, pencegahan penularan dan infeksi mikroba. Kedua, pencegahan infeksi yang dapat berkembang menjadi sepsis. Dalam kehidupan masyarakat, pencegahan sepsis dibantu melalui penerapan praktik kebersihan yang efektif, peningkatan kualitas dan ketersediaan sanitasi dan air, penyediaan akses terhadap vaksin, terutama bagi mereka yang berisiko tinggi, serta nutrisi yang tepat, termasuk pemberian ASI eksklusif untuk bayi baru lahir.

Pencegahan di fasilitas layanan kesehatan dilakukan dalam program pencegahan dan pengendalian infeksi, praktik kebersihan yang efektif, dan peralatan medis yang bersih dan berfungsi dengan baik.***

Dr dr FX Wikan Indrarto SpA:
dokter spesialis anak RS Panti Rapih
Yogyakarta. Alumnus S3 UGM.

Demam Berdarah Dengue

Dr J Nugrahaningtyas W Utami MKes

PENYAKIT akibat virus dengue yang menular melalui gigitan nyamuk. Disebarkan nyamuk jenis *aedes aegypti* dan *aedes albopictus*.

Penyakit ini banyak ditemukan di daerah beriklim tropis, termasuk Indonesia. Angka kejadian penyakit ini biasanya meningkat saat musim penghujan.

Di Indonesia, menurut data Kementerian Kesehatan tahun 2023, sekitar 114.720 kasus DBD dengan 894 kematian. Kebanyakan kasus tersebut disebabkan komplikasi yang mengakibatkan kerusakan organ, seperti hati, jantung, dan paru-paru

Ciri khas hidup nyamuk *ades aegypti* biasanya aktif dan menggigit pada pagi dan sore hari. Nyamuk ini hidup di genangan air yang tenang dan dasarnya bersih, seperti genangan air di ban mobil, sampah plastik, atau tempat minum hewan maupun bak mandi. Tidak suka mendiami tempat kotor.

Ciri khas nyamuk *aedes aegypti* secara tampilan cukup mudah dikenali, dengan warna belang hitam-putih dan fisiknya kecil.

Faktor risiko yang membuat seseorang lebih rentan terkena penyakit demam berdarah, antara lain:

- Tinggal atau sedang bepergian ke daerah tropis.
- Memiliki riwayat infeksi virus dengue.
- Anak-anak, lansia, dan orang yang kekurangan sistem kekebalan tubuh.

Berdasarkan tingkat keparahannya, demam berdarah terbagi menjadi tiga jenis, yaitu:

1. Demam dengue (*dengue fever*), yang gejalanya cenderung ringan dan tanpa tanda-tanda perdarahan.
2. Demam berdarah dengue (*dengue hemorrhagic fever* atau DHF), yaitu DBD dengan gejala berat dan tanda-tanda perdarahan, seperti mimisan atau gusi berdarah
3. Sindrom syok akibat dengue (*dengue shock syndrome* atau DSS), yaitu DBD parah dengan tingkat kematian tinggi, yang biasanya ditandai dengan gejala lemas atau tidak sadar, keringat dingin, muntah darah, atau sesak napas.

Gejala umum, fase DBD berbentuk



seperti siklus pelana kuda yang diawali demam mendadak pada hari pertama hingga hari ke-3 fase penyakit ini. Demam bisa mencapai suhu 39-40°C, yang sulit turun walau pasien telah mengonsumsi obat penurun panas.

Demam dapat disertai gejala lain, seperti: sakit kepala hebat, nyeri di bagian belakang mata, sakit otot dan sendi, hilang nafsu makan, lemas, mual dan muntah, serta timbul ruam kulit.

DBD akan berlanjut ke fase kritis, yaitu pada hari ke-4 hingga hari ke-6. Pada fase ini, demam turun tetapi gejala perdarahan, seperti mimisan atau muntah darah, mudah terjadi. Trombosit yang menurun drastis juga bisa terjadi pada fase kritis ini. Jika tertangani cepat dan tepat, penderita DBD akan sembuh dalam waktu 1-2 minggu.

Pencegahan DBD bisa dilakukan dengan kegiatan pemberantasan sarang nyamuk (PSN), yang harus dilakukan secara berkala. Tujuannya menciptakan lingkungan bersih dan terbebas dari nyamuk penyebab DBD.***

dr J Nugrahaningtyas W Utami MKes

Dokter PKBI Yogyakarta, dosen Fakultas Ilmu Kesehatan Unriyo.



ILU: TRASI JUS

KELUARGA

ETI 'SRIKANDI HIJAU'

Memilah Sampah Mengolah Limbah

SEJAK kecil Zanun Prima Etika suka alam dan menjelajah lingkungan. Ke sungai dan hutan lindung. Masuk SMP, ayahnya sering mengajak hiking, sehingga rasa cinta alam semakin dalam. Setelah bersuami orang Yogya, Eti yang lahir di Tegal 23 September 1967, semakin peduli lingkungan. Juga menjadi pekerja sosial masyarakat.

Tahun 2009, Eti mengikuti pelatihan Badan Lingkungan Hidup Kota Yogya. Berkreasi mengolah limbah. Juga mulai aktif di bank sampah. Aktivitas dan kreativitas itu membuat Eti terpilih sebagai SriKandi Hijau pada 2015. Program SriKandi Hijau merupakan proyek *Sustainable Consumption and Production (SCP)* Policy Support Indonesia bersama Kementerian Lingkungan Hidup dan Kehutanan.

Sebar Ilmu

KETERTARIKAN Eti mengelola limbah sudah muncul sejak kecil. Saat SD, diajak ke pasar, Eti melihat ada ibu-ibu membawa tas belanja dari anyaman kemasan pasta gigi yang dipipihkan. Eti terkesan, lalu mencoba membuat tas dari tas kresek yang dipilin dan dianyam. Juga membuat aneka lampion. Hasilnya bagus. Membuat Eti terus berkreasi.

Melihat tetangganya membuat kain popok bayi dan menghiasi dengan renda, Eti lalu mencoba belajar menjahit. "Saat di Kulonprogo, saya melihat anyaman serat agel. Saya berpikir semua ada triknya untuk berkreasi," kata ibu empat anak itu.

Eti tidak pelit menyebar ilmu. Menurutnya, ilmu jika hanya disimpan bikin pusing.

Eti menyebut mendapat inspirasi dari mana saja.



KR- Hanik Afriati

Eti dan tas karyanya.

Bisa saat melihat benda di perjalanan, atau ke toko asesoris. Banyak limbah, ucap Eti, bisa dimanfaatkan. Minyak goreng bekas bisa jadi barang berguna. "Minyak jelantah diolah menjadi sabun batangan. Rasa amis atau bau jelantah bisa dihilangkan dengan direndam pakai arang bakar. Untuk pewangi bisa pakai bahan alami, seperti daun pandan atau sereh, sesuai selera," terang Eti.

Teknologi saat ini, di mata Eti sudah maju dan bisa akses informasi apa saja. Karenanya, sebisa mungkin memanfaatkan barang atau limbah di sekitar. Seiring merebaknya permasalahan sampah, kesadaran para ibu memilah

sampah meningkat. Tiap hari Eti memilah sampah. Usahanya itu bisa menghidupi keluarga dan menyekolahkan anak-anaknya. Suami Eti meninggal terkena stroke, membuatnya harus semangat menghidupi keluarga.

Manfaatkan Biopori

MENENGGOK halaman rumah Eti, tampak beragam tanaman hias dan tanaman obat. Ada kacang amazon yang dikenal baik untuk kesehatan tulang. Pohon jeruk sambal, delima hitam, cherry, hingga asam tamarin yang dikenal manis rasanya. Serta tanaman air mata pengantin yang terlihat banyak bunga.

"Kalau pas siang panas, banyak kupu dan kum-

bang beterbangan mengelilingi bunga, senang sekali melihatnya. Alam jika diresapi banyak sekali keindahannya," ujarnya.

Untuk pupuk komposnya, Eti menunjukkan lubang biopori di halaman. Semua sisa makanan atau sampah organik dimasukkan ke lobang. Sebulan kemudian dipanen dijadikan pupuk penyubur tanaman. Langkah ini mengurangi penumpukan sampah dan membuat lingkungan sehat dan bersih.

Mendaki Gunung

ADA kegiatan yang menunjukkan Eti benar-benar bersahabat alam, yaitu mendaki gunung. Beberapa gunung telah didaki, berdua bersama anaknya. Juga saat menjadi mahasiswi Universitas Ahmad Dahlan Yogya. "Rencananya, sama anak akan mendaki Gunung Kembang samping Sindoro di Wonosobo. Gunung Kembang dikenal bersih, banyak bunga dan anggrek, pemandangannya indah," katanya.

Sering mendaki gunung, menurut Eti sangat bermanfaat untuk kesehatan jiwa raga. Dirinya merasa diberi kesempatan Allah merasakan jiwa muda, karena saat pendakian selalu bertemu anak-anak muda.

Pengalaman berkesan saat mendaki Gunung Prau. Hujan dan badai, petir menyambar. Eti merasa kekuasaan Allah Maha Besar atas alam semesta. Karena itu, sebagai hamba berusaha menjaga alam untuk kemanfaatan bersama. (Fia)-f

LBH APIK Mengupas

Diasuh Lembaga Bantuan hukum 'Asosiasi Perempuan Indonesia Untuk Keadilan' Yogyakarta

Suami Tak Kembali

Tanya:

Saya sudah ditinggal suami selama tiga tahun. Katanya mau kerja di Palembang. Tidak ada kabar beritanya hingga saat ini. Saya ingin status jelas. Maka saya akan gugat cerai suami. Di mana saya akan gugat cerai. Sedangkan alamat suami tidak tahu. Saya menikah di KUA Jawa Tengah. Mohon penjelasan.

Tia, Wates

Jawab:

Bu Tia, Anda bisa mengajukan permohonan cerai pada Pengadilan Agama sesuai daerah lingkungan hukum Anda, yaitu Pengadilan Agama Wates. Dengan cara alamat suami tidak diketahui keberadaannya. Istilahnya gugat cerai goib. Tentunya disertai dokumen-dokumen yang berkait. Demikian penjelasan kami, semoga bermanfaat. □-f

EDUKASI BAGI PEREMPUAN

Berkendara Aman Nyaman

PEREMPUAN pengendara Indonesia memanfaatkan layanan edukasi keselamatan berkendara yang diadakan PT Astra Honda Motor (AHM) bersama 28 jaringan main dealer sepeda motor Honda.

Sekitar 1.500 'Kartini' muda ingin mengendarai sepeda motor dengan aman, nyaman dan *stylish*. Mengusung tema 'Kartini Muda Bangsa Menjadi Generasi #CariAman', AHM mengajak perempuan Indonesia khususnya pengendara sepeda motor menjadikan keselamatan berkendara sebagai prioritas utama.

AHM bersinergi Korlantas Polri dan *influencer* memberikan edukasi keselamatan berkendara, instruktur perempuan *safety riding* Honda, bertepatan peringatan Hari Kartini, 15-29 April 2024. Diikuti mahasiswi, pekerja kantoran, komunitas perempuan, hingga ibu rumah tangga.

Kegiatan ini memotivasi generasi muda Indonesia yang *stylish*, meningkatkan rasa kepercayaan diri, agar menjadi contoh baik berkendara.

General Manager Marketing Planning and Analysis AHM Andy Wijaya mengatakan, kegiatan ini bentuk apresiasi terhadap para 'Kartini' masa kini yang menggunakan sepeda motor. Bukan hanya sebagai partner meraih mimpi, juga bagian gaya hidup.

"Kami mendukung perempuan Indonesia menumbuhkan keber-

cayaan diri menggapai mimpi, sekaligus menjadi inspirasi teladan dalam menyebarkan budaya keselamatan berkendara bagi masyarakat," ujar Andy.

Di Yogyakarta, kegiatan melibatkan Astra Motor Yogyakarta selaku Main Dealer sepeda motor Honda wilayah DIY, Kedu dan Banyumas dengan Ditlantas Polda DIY dan BNNP DIY. Diikuti 52 peserta terdiri perempuan berbagai kalangan: mahasiswi, perwakilan guru SMA/SMK, juga ojek online.

"Aturan berlalu lintas berlaku bagi seluruh pengendara di jalan raya termasuk para pengendara perempuan," ungkap Kasubdit Kamsel Ditlantas Polda DIY AKBP Widyaningrum.

Materi penyebab kecelakaan dan cara mengantisipasi disampaikan Muhammad Ali Iqbal, Community Development & Safety Riding Supervisor Astra Motor Yogyakarta.

AHM memiliki 120 orang instruktur *safety riding*. Sebanyak 14 orang perempuan. (Atiek Widyastuti H)-f



KR-Istimewa

PT Astra Honda Motor mengajak pengendara wanita mengikuti simulasi berkendara aman.