

“Segera ke RS”, Selamat dari Ancaman Stroke
Dedeh Supantini, 2017.

Judul : “Segera ke RS”, Selamat dari Ancaman Stroke
Penulis : Dedeh Supantini
Dipublikasikan melalui : Harian Kompas; Senin 6 November 2017
Rubrik: Griya Ilmu Kompas Klasika.
Penulis tunggal

KLASIKA
JAWA BARAT

SENIN, 6 NOVEMBER 2017

EDISI
JAWA BARAT

13

HOTLINE: (021) 2567 6000 PASANG IKLAN ONLINE: kompas.com/pasang

“Segera ke RS”, Selamat dari Ancaman Stroke

Mengenalinya Dini Tanda-Tanda Stroke Sebelum Berakibat Fatal | oleh Dedeh Supantini

Hari Stroke Sedunia diperingati setiap tanggal 29 Oktober untuk mengingatkan kita akan bahaya penyakit stroke. Pada umumnya masyarakat mengenal istilah “penyakit stroke”, tetapi mengetahui nama penyakit tidak identik dengan mengenali tanda dan gejalanya, serta apa yang harus dilakukan bila terkena stroke. Mengenali stroke secara dini adalah kunci pertama penanganan penyakit stroke agar tidak berakibat fatal.

Stroke adalah penyakit gangguan pembuluh darah otak yang dapat mengancam setiap orang, menyebabkan kelumpuhan, bahkan kematian. Secara global, data dari WHO pada tahun 2011 menunjukkan bahwa stroke merupakan penyebab kematian kedua setelah penyakit jantung. Di Indonesia, berdasarkan data dari Riset Kesehatan Dasar Departemen Kesehatan Republik Indonesia tahun 2013, terdapat sekitar 12 penderita stroke per 1.000 penduduk. Stroke bersama dengan penyakit pembuluh darah lainnya menduduki peringkat pertama penyebab kematian semua umur dan menjadi penyebab disabilitas. Apa yang dapat kita lakukan untuk mengurangi disabilitas dan kematian akibat stroke?

Pertama-tama, marilah kita kenali terlebih dulu, penyakit seperti apakah stroke ini. Sebagian besar orang mengenal stroke sebagai penyakit yang ditandai oleh kelumpuhan separuh tubuh. Namun sebenarnya tanda dan gejala stroke tidak terbatas pada kelumpuhan separuh tubuh saja. Stroke adalah suatu kegawatdaruratan medik, yang ditandai dengan adanya gangguan fungsi otak yang terjadi mendadak, berlangsung lebih dari 24 jam atau meninggal, disebabkan gangguan peredaran darah otak. Gangguan fungsi otak ini bisa bermacam-macam, tergantung bagian otak mana yang teresang stroke. Jika stroke menyerang bagian otak yang mengurus motorik (otot tubuh, tangan, dan tungkai) maka akan terjadi kelumpuhan separuh tubuh, atau mulut mengering, atau bicara pelo. Jika stroke menyerang pusat kemampuan berbahasa di otak kiri, maka kemampuan berbahasa akan terganggu (penderita tampak kesulitan menemukan kata-kata dan/atau kesulitan memahami bahasa). Gejala lain yang bisa terjadi adalah hilang kesadaran mendadak, mati rasa separuh tubuh, gangguan penglihatan, gangguan menelan, gangguan keseimbangan, pusing berputar, atau nyeri kepala hebat tanpa penyebab yang jelas. Ciri khas penyakit stroke adalah kejadiannya mendadak. Sering kali penderita atau keluarganya mengistakan, “Tadi masih biasa seperti biasa, tiba-tiba saja menjadi seperti ini”.

Terdapat dua tipe stroke, yaitu stroke perdarahan otak dan stroke penyumbatan pembuluh darah otak (biasa juga stroke iskemik/infark otak). Stroke perdarahan otak terjadi akibat pecahnya pembuluh darah otak, dan biasanya fatal. Pada keadaan ini darah merembes dari pembuluh darah yang pecah, membentuk gumpalan darah di dalam otak, menyebabkan nyeri kepala hebat dan hilangnya kesadaran. Faktor-faktor yang meningkatkan risiko terkena stroke perdarahan adalah penyakit darah tinggi (hipertensi), gangguan pembekuan darah (misalnya pada penyakit hemofilia), gigitan hewan perbuluh darah otak (*tanarisma*, *malaria* *arterio-venosa*), panyakit gigitan akibat. Stroke iskemik otak terjadi akibat penyempitan/penyumbatan pembuluh darah otak, sehingga sel-sel otak kekurangan pasokan darah dan oksigen, dan akhirnya rusak (mengalami *infark*). Stroke iskemik otak biasanya berkaitan dengan faktor risiko hipertensi, diabetes melitus, penyakit jantung koroner, merokok, kadar kolesterol tinggi, dan asam urat tinggi.

Apakah penderita stroke dapat terulang? Hasil akhir penanganan stroke sangat dipengaruhi oleh seberapa luas kerusakan otak yang diakibatkan stroke, dan seberapa cepat penderitanya mendapat pengobatan di rumah sakit. Konsep utama dalam penanganan stroke adalah memberikan pengobatan secepat mungkin. Idealnya pasien stroke sudah mendapatkan tata laksana dalam waktu tiga jam sejak gejala pertama dikasih. Pada masa tersebut penderita harus sudah dibawa ke rumah sakit untuk mendapatkan bantuan oksigen serta mendapatkan obat-obat penting untuk menyelamatkan sebanyak mungkin sel-sel otak sehingga mengurangi disabilitas yang diakibatkan stroke. Saat ini, sebagian besar penderita stroke terlambat ditangani, dan 83,9 persen dari keterlambatan ini disebabkan keterlambatan pra-rumah sakit (*pre-RS*). Penyebab keterlambatan *pre-RS* terbagi sebagian besar (62,3 persen) disebabkan oleh ketidaktahuan penderita atau keluarganya mengenai tanda-tanda awal stroke. Maka marilah kita kenali tanda dan gejala stroke, dan bantulah orang-orang di sekitar kita untuk mengenalinya.

Bagi masyarakat awam, pengenalan dini tanda dan gejala stroke dapat menggunakan kata kunci “Segera ke RS”, yang merupakan kependekan dari: *Sr* – seruan tidak simetris (mencong ke satu sisi), *terodak*, *isak* menelan air minum, *timbul* tiba-tiba, *gr* – gerakan separuh anggota tubuh melemah tiba-tiba, *su* – bicara pelo, tiba-tiba tidak dapat bicara/tidak mengerti kata-kata atau bicara “tidak nyambung”, *ke* – kebas atau baal, atau kesemutan separuh tubuh, *K* – rabun, pandangan satu mata atau kedua mata kabur, *S* – sakit kepala hebat atau rasa berputar yang muncul tiba-tiba.

Bila salah satu dari tanda “Segera ke RS” ini positif, maka segeralah bawa penderitanya ke fasilitas yang tepat untuk penanganan stroke, yaitu ke rumah sakit. Inilah pertolongan pertama terbaik bagi penderita stroke.

Ditulis oleh
dr. Dedeh Supantini, Sp.S., M.Pd.Ked.
Fakultas Kedokteran
Universitas Kristen Maranatha

PASANG IKLAN VIA WA
 081 2224 2229
 0878 2599 1952
 balai iklan
 ASIAKRKA139 INCP0304

Dipepraktis selintas-mari
 di klasika.kompas.id

Guganya tidak bisa ditidurkan sesuai dan
 buah tidak sedikit yang dibutuhkan. Bisa memulikan
 dan lain-lain. Yang akan, kemudian, dan saat
 agar mungkin ini dan tinggal sedikit ke dalam saat
 membuat sendiri mengolah untuk demu jantik. Anda
 bisa akan jadi (ke Ahingya sudah menghalkikan
 dalam 1 menit atau mentem-uh.

Yoghurt
 Penting buat yang anda inginke dalam bentuk

"Hammam"
 Pengerja silet, lemet, April, bentuk emas, dan
 membuat juga bisa saja jika diteliti di rumah
 saat akan dari rumah. Mahasiswa itu jika diteliti
 semuanya menjadi benar merupakan hal yang baik ya
 ada salafnya mungkin tersebut sebagai "mendukung
 mengolah buah dan sayuran. Memberi menggunakan
 sakan kacang perikanan, minyak sakti, dan kacang
 putih. Mengandung protein dan serat tinggi, hamur
 pun sering kali dimasukkan dalam daftar diet sehat.
 (AD)

GRIYAILMU

"Segera ke RS", Selamat dari Ancaman Stroke

Mengenal Dini Tanda-Tanda Stroke Sebelum Berakibat Fatal | oleh Dedeh Supantini

Hati stroke adalah di-
 penyakit yang mengg-
 27. Akibatnya, orang-orang
 itu bisa saja hanya pusing
 biasa. Tapi penyakit mematikan ini
 digital untuk "pencetak otak" yang
 selang-seling atau pusing, tak dapat
 dengan normal terus dan pusing, ada
 ada yang harus dihindari jika ternyata
 ada. Mengenal awal-awal ini adalah
 bisa mencegah penyakit stroke
 agar tidak kejadihan.

Stroke adalah penyakit gangguan
 pembuluh darah otak yang bisa mem-
 paskan otak yang bisa berakibat
 kelumpuhan, kebingungan, bicara
 ghaib, dan lain-lain. Menurut World Health
 Organization (WHO), stroke adalah
 penyebab kematian kedua terbesar dan
 penyebab cacat permanen terbesar kedua
 di dunia. Menurut WHO, stroke adalah
 penyebab kematian kedua terbesar dan
 penyebab cacat permanen terbesar kedua
 di dunia.

Stroke adalah penyakit gangguan
 pembuluh darah otak yang bisa mem-
 paskan otak yang bisa berakibat
 kelumpuhan, kebingungan, bicara
 ghaib, dan lain-lain. Menurut World Health
 Organization (WHO), stroke adalah
 penyebab kematian kedua terbesar dan
 penyebab cacat permanen terbesar kedua
 di dunia. Menurut WHO, stroke adalah
 penyebab kematian kedua terbesar dan
 penyebab cacat permanen terbesar kedua
 di dunia.

Stroke adalah penyakit gangguan
 pembuluh darah otak yang bisa mem-
 paskan otak yang bisa berakibat
 kelumpuhan, kebingungan, bicara
 ghaib, dan lain-lain. Menurut World Health
 Organization (WHO), stroke adalah
 penyebab kematian kedua terbesar dan
 penyebab cacat permanen terbesar kedua
 di dunia. Menurut WHO, stroke adalah
 penyebab kematian kedua terbesar dan
 penyebab cacat permanen terbesar kedua
 di dunia.

Stroke adalah penyakit gangguan
 pembuluh darah otak yang bisa mem-
 paskan otak yang bisa berakibat
 kelumpuhan, kebingungan, bicara
 ghaib, dan lain-lain. Menurut World Health
 Organization (WHO), stroke adalah
 penyebab kematian kedua terbesar dan
 penyebab cacat permanen terbesar kedua
 di dunia. Menurut WHO, stroke adalah
 penyebab kematian kedua terbesar dan
 penyebab cacat permanen terbesar kedua
 di dunia.

Stroke adalah penyakit gangguan
 pembuluh darah otak yang bisa mem-
 paskan otak yang bisa berakibat
 kelumpuhan, kebingungan, bicara
 ghaib, dan lain-lain. Menurut World Health
 Organization (WHO), stroke adalah
 penyebab kematian kedua terbesar dan
 penyebab cacat permanen terbesar kedua
 di dunia. Menurut WHO, stroke adalah
 penyebab kematian kedua terbesar dan
 penyebab cacat permanen terbesar kedua
 di dunia.

Stroke adalah penyakit gangguan
 pembuluh darah otak yang bisa mem-
 paskan otak yang bisa berakibat
 kelumpuhan, kebingungan, bicara
 ghaib, dan lain-lain. Menurut World Health
 Organization (WHO), stroke adalah
 penyebab kematian kedua terbesar dan
 penyebab cacat permanen terbesar kedua
 di dunia. Menurut WHO, stroke adalah
 penyebab kematian kedua terbesar dan
 penyebab cacat permanen terbesar kedua
 di dunia.

EXPAND YOUR HORIZON

PROGRAM PASCASARJANA (S-2)
Magister Manajemen

• Studi perkuliahan awal (Semester I & II) - Januari 16-31 & 31-03 2018
 • Masa studi total sekitar 18-24 bulan
 • Biaya studi total 12 juta rupiah (termasuk pendaftaran & materi kuliah)

Konsep Studi:
 Professional Human Resources, Corporate Finance & Business M&A | Entrepreneurship Management | Marketing Strategy & Communication

Informasi lengkap & pendaftaran online melalui www.maranatha.edu

Segera ke RS”, Selamat dari Ancaman Stroke

dr. Dedeh Supantini, SpS, MPd.Ked
Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Maranatha

Hari Stroke Sedunia diperingati setiap tanggal 29 Oktober untuk mengingatkan kita akan bahaya penyakit stroke. Pada umumnya masyarakat mengenal istilah “penyakit stroke”, tetapi mengetahui nama penyakit tidak identik dengan mengenali tanda dan gejalanya, serta apa yang harus dilakukan bila terkena stroke. Maka pada Hari Stroke Sedunia ini marilah kita mengenal penyakit stroke lebih baik.

Stroke adalah penyakit gangguan pembuluh darah otak yang dapat mengancam setiap orang, menyebabkan kelumpuhan, bahkan kematian. Secara global, data dari WHO pada tahun 2011 menunjukkan bahwa stroke merupakan penyebab kematian kedua setelah penyakit jantung. Di Indonesia, berdasarkan data dari Riset Kesehatan Dasar Departemen Kesehatan Republik Indonesia tahun 2013, terdapat sekitar 12 penderita stroke per 1000 penduduk. Stroke bersama dengan penyakit pembuluh darah lainnya menduduki peringkat pertama penyebab kematian semua umur dan menjadi penyebab disabilitas. Apa yang dapat kita lakukan untuk mengurangi disabilitas dan kematian akibat stroke?

Pertama-tama, marilah kita kenali terlebih dulu, penyakit seperti apakah stroke ini. Sebagian besar orang mengenal Stroke sebagai penyakit yang ditandai oleh kelumpuhan separuh tubuh. Namun sebenarnya tanda dan gejala stroke tidak terbatas pada kelumpuhan separuh tubuh saja. Stroke adalah suatu kegawatdaruratan medik, yang ditandai dengan adanya gangguan fungsi otak yang terjadi mendadak, berlangsung > 24 jam atau meninggal, disebabkan gangguan peredaran darah otak. Gangguan fungsi otak ini bisa bermacam-macam, tergantung bagian otak mana yang terserang stroke. Jika stroke menyerang bagian otak yang mengurus motorik (otot tubuh, lengan dan tungkai) maka akan terjadi kelumpuhan separuh tubuh, atau mulut mencong, atau bicara pelo. Jika stroke menyerang pusat kemampuan berbahasa di otak kiri, maka kemampuan berbahasa akan terganggu (penderita tampak kesulitan menemukan kata-kata dan/ atau kesulitan memahami bahasa). Gejala lain yang bisa terjadi adalah: hilang kesadaran mendadak, mati rasa separuh tubuh, gangguan penglihatan, gangguan menelan, gangguan keseimbangan, pusing berputar, atau

nyeri kepala hebat tanpa penyebab yang jelas. Ciri khas penyakit stroke adalah kejadiannya mendadak. Seringkali penderita atau keluarganya mengatakan “Tadi masih bicara seperti biasa, tiba-tiba saja menjadi seperti ini”.

Terdapat dua tipe Stroke, yaitu stroke perdarahan otak dan stroke penyumbatan pembuluh darah otak (disebut juga stroke iskemi/ infark otak). Stroke perdarahan otak terjadi akibat pecahnya pembuluh darah otak, dan biasanya fatal. Pada keadaan ini darah merembes dari pembuluh darah yang pecah, membentuk gumpalan darah di dalam otak, menyebabkan nyeri kepala hebat dan hilangnya kesadaran. Faktor-faktor yang meningkatkan risiko terkena stroke perdarahan adalah: penyakit darah tinggi (hipertensi), gangguan pembekuan darah (misalnya pada penyakit hemofilia), kelainan bawaan pembuluh darah otak (aneurisma, malformasi arterio-vena), penyalahgunaan alkohol. Stroke infark otak terjadi akibat penyempitan/ penyumbatan pembuluh darah otak, sehingga sel-sel otak kekurangan pasokan darah dan oksigen, dan akhirnya rusak (mengalami infark). Stroke infark otak biasanya berkaitan dengan faktor risiko hipertensi, diabetes melitus, penyakit jantung koroner, merokok, kadar kolesterol tinggi dan asam urat tinggi.

Apakah penderita stroke dapat tertolong? Hasil akhir penatalaksanaan stroke sangat dipengaruhi oleh seberapa luas kerusakan otak yang diakibatkan stroke, dan seberapa cepat penderitanya mendapat pengobatan di rumah sakit. Konsep utama dalam penanganan stroke adalah memberikan pengobatan sesegera mungkin. Idealnya pasien stroke sudah mendapatkan tata laksana dalam waktu tiga jam sejak gejala pertama dikenali. Pada masa tersebut penderita harus sudah dibawa ke Rumah Sakit untuk mendapatkan bantuan oksigen serta mendapatkan obat-obat penting untuk menyelamatkan sebanyak mungkin sel-sel otak sehingga mengurangi disabilitas yang diakibatkan stroke. Saat ini, sebagian besar penderita stroke terlambat ditangani, dan 83,9% dari keterlambatan ini disebabkan keterlambatan pra-Rumah Sakit (pra-RS). Penyebab keterlambatan pra-RS ternyata sebagian besar (62,3%) disebabkan oleh ketidaktahuan penderita atau keluarganya mengenai tanda-tanda awal Stroke. Maka marilah kita kenali tanda dan gejala stroke, dan bantulah orang-orang di sekitar kita untuk mengenalinya.

Bagi masyarakat awam, pengenalan dini tanda dan gejala stroke dapat menggunakan *kata kunci* **SEGERA KE RS**, yang merupakan kependekan dari:*

SEnyum tidak simetris (mencong ke satu sisi), tersedak, sulit menelan air minum, timbul tiba-tiba

GErakan separuh anggota tubuh melemah tiba-tiba

bica**RA** pelo, tiba-tiba tidak dapat bicara/ tidak mengerti kata-kata/ bicara tidak nyambung.

KEbas atau baal, atau kesemutan separuh tubuh

Rabun, pandangan satu mata kabur

Sakit kepala hebat atau rasa berputar yang muncul tiba-tiba

Bila salah satu dari tanda **SEGERA KE RS*** ini positif, maka segeralah bawa penderitanya ke fasilitas yang tepat untuk penanganan stroke, yaitu ke Rumah Sakit. Inilah pertolongan pertama terbaik bagi penderita stroke.

*sumber:Germas Kemenkes