



KASIHILAH
SEORANG
AKAN
YANG
LAIN

 RedaksiWartaTheodorus@gmail.com

 Warta Theodorus

Warta Theodorus

Media Komunikasi Umat Paroki Santo Theodorus

vol
31
Oktober
2024

Penanggung Jawab & Pembimbing
Pst. Clemens Tribawa Saksana, OSC

Pemimpin Redaksi
Rosiany T Chandra

Redaktur Pelaksana
Maria Sugianti
Anita Karjo

Kontributor
Wiwit
Diana Irianti
Maria Dewi S

Fotografer
Teddy Suhardja
Billyanto Hendrik

Layout & Artistik
Vindhi

Distributor
Sekretariat Paroki St Theodorus

Sampul Muka



Paus Fransiskus

Diterbitkan oleh
KOMSOS Paroki St Theodorus
Sekretariat Paroki St Theodorus
Jl Unpar II No 15 Bandung

✉ email
RedaksiWartaTheodorus@gmail.com

📘 facebook page
Warta Theodorus

Editorial	1
Telaah Isi	2
Gembala Menyapa - <i>Kasihilah Seorang Akan Yang Lain</i>	3
What's On - <i>Penerimaan Sakramen Komuni Pertama</i>	6
- <i>Jangan Tinggalkan Aku Di Masa Tuaku</i>	8
- <i>Darah Memberi Hidup Dan Sukacita</i>	10
- <i>Kebyar Nusantara</i>	12
- <i>Bulan Kitab Suci Nasional 2024</i>	14
- <i>Misa Bersama Paus Fransiskus Di GBK</i>	16
- <i>Family Gathering Dan BKS</i>	21
Komunitas - <i>Doa Rosario Dan Novena</i>	23
- <i>Napak Tilas Peringatan 100 Tahun WKRI</i>	25
- <i>Aksi Panggilan Putra Altar Dan Putri Sakristi</i>	27
- <i>Pisah Sambut Pembina BIR</i>	29
- <i>Misa Ulang Tahun Ke-18</i>	32
Warna Sari - <i>Time to Act on Dementia</i>	34

Jadwal Misa Paroki St Theodorus

MISA HARI MINGGU
PK 07:00 & PK 09:30

MISA HARIAN DIADAKAN SETIAP HARI
PK 06:00

MISA JUMAT PERTAMA PK 11:30

MISA AKAN DISIARKAN LANGSUNG SECARA DARING MELALUI YOUTUBE CHANNEL
KOMSOS PAROKI ST THEODORUS SETIAP HARI MINGGU PK 09:30

Time to Act on Dementia!

Oleh Dedeh Supantini, dr., SpS., M.Pd.Ked

Seorang teman dengan nada sedih bercerita bahwa ibundanya yang berusia 75 tahun setiap hari bertanya: "Kamu sudah menikah, nak? Sudah punya anak belum?" Padahal sang ibu tinggal bersama dia, istri, dan kedua anaknya. Bahkan istrinya lah yang memasak untuk sang ibu, dan anak-anaknya lah yang bergantian menemani nenek berjemur di pagi hari. Istrinya kadang menghibur: "Ya sudah pak, maklumlah nenek sudah tua".

Sahabat Theodorus, memang seiring dengan bertambahnya usia, kita semua mengalami proses penuaan, termasuk proses penuaan otak yang ditandai dengan penurunan memori (daya ingat). Namun, gangguan memori yang masih dalam batas wajar adalah penurunan kemampuan untuk mengingat hal-hal yang baru terjadi. Jika seseorang lupa dengan keluarga dekatnya, maka sudah di luar kewajaran. Apalagi jika disertai kesulitan melakukan pekerjaan maupun aktivitas sehari-hari seperti berpakaian, memilih busana yang pantas, belanja, lupa cara menggunakan kompor, gangguan komunikasi. Kondisi ini mengindikasikan terjadinya penurunan fungsi intelektual yang abnormal, dan disebut kepikunan atau demensia. Jelaslah bahwa demensia bukan proses penuaan normal, tetapi merupakan suatu penyakit, sehingga

kita diajak untuk mewaspadainya.

Demensia adalah suatu sindrom penurunan fungsi intelektual yang diawali dengan mudah lupa, kemudian diikuti kesulitan mengambil keputusan, kesulitan menggunakan peralatan yang biasa dipakai sehari-hari, kehilangan minat untuk menekuni hobi atau aktivitas sosial (ke Gereja, arisan, pertemuan komunitas), tidak bisa mengatur keuangan. Kondisi ini makin lama makin berat sehingga mengganggu aktivitas hidup keseharian (makan, mandi, berpakaian, ke toilet). Oleh karena itu, WHO menetapkan setiap bulan September sebagai World Dementia Month. Pada tahun 2024, tema bulan Demensia Sedunia adalah "*Time to act on Dementia*". Sejalan dengan tema ini, mari kita bertindak dengan melakukan deteksi dini Demensia atas orang-orang terkasih kita. Caranya yaitu dengan menggunakan kuisiонер terstandar yang disebut AD8. Kuisiонер ini terstandar secara Internasional, dan versi bahasa Indonesia-nya sudah distandarisasi oleh Pehimpunan Dokter Spesialis Neurologi Indonesia). Cara ini cukup mudah untuk dilakukan sendiri, yaitu sebagai berikut:

- Pikirkan satu nama orang terdekat yang ingin anda nilai.
- Jawab 8 pertanyaan/ Pernyataan di halaman berikut:

Dibandingkan dengan tahun-tahun

yang telah lalu, apakah keluarga anda tampak mengalami kesulitan/perubahan dalam hal-hal yang disebutkan di bawah ini? (Jawab “ya” jika ada perubahan, “tidak” bila tidak ada perubahan, jawab “tidak tahu” bila anda tidak memperhatikan hal tersebut):

No.	Pertanyaan	Jawaban		
		Ya	Tidak	Tdk Tahu
1	Kesulitan dalam membuat keputusan? Misalnya tidak mampu memberi saran dengan benar, tidak mampu mengurus keuangan, membeli hadiah yang tidak layak untuk orang lain, bermasalah dengan pemikiran?			
2	Sudah tidak menekuni hobi/ kegiatan yang sebelumnya disenangi? Misalnya merajut, menjahit, berkebun, memasak kue, membaca buku, bermain catur, memainkan alat musik, atau beryanyi?			
3	Mengulang-ulang pertanyaan, cerita atau pernyataan yang sama?			
4	Kesulitan belajar menggunakan perkakas & peralatan seperti TV, radio, komputer, microwave, remote control, kompor, setrika, blender?			
5	Lupa nama bulan atau tahun?			
6	Kesulitan mengatur keuangan? Misalnya membayar rekening air/listrik, periksa buku cek, pajak pendapatan, mengambil uang pensiun di bank?			
7	Apakah keluarga anda mengalami kesulitan mengingat janji terhadap orang lain?			
8	Sehari-harinya mengalami gangguan memori dan pemikiran yang konsisten?. Misalnya lupa meletakkan kaca mata, kunci kendaraan, meletakkan barang tidak sesuai pada tempatnya.			

Setelah mengisi jawaban atas 8 pertanyaan tersebut, kini kita bahas cara menginterpretasikannya. Coba hitung jumlah jawaban “ya” atas seluruh pertanyaan tadi. Jika tidak ada jawaban ya atau hanya satu jawaban ya, artinya masih normal. Jika terdapat dua atau lebih jawaban “ya”, artinya keluarga anda perlu diwaspadai mengalami gangguan yang cenderung mengarah kepada demensia. Untuk memastikannya, segeralah ke dokter untuk diperiksa lebih lanjut dan mendapat advis terbaik. Mari kita bertindak terhadap adanya kemungkinan terkena demensia!

