

Penatalaksanaan Dispepsia dan Infeksi *Helicobacter pylori*

Dengan terbitnya "Konsensus Nasional: Penatalaksanaan Dispepsia dan Infeksi *Helicobacter pylori*" tahun 2014 yang disusun oleh Perkumpulan Gastroenterologi Indonesia (PGI) dan Kelompok Studi *Helicobacter pylori*

Indonesia (KSHPI), redaksi Tabloid MD berkesempatan melakukan wawancara dengan Dr. dr. Ari Fahrial Syam, MMB, Sp.PD-KGEH, FINASIM, FACP selaku Ketua Penyusunan Konsensus tersebut.

T: Dok, sebenarnya apa tujuan utama pembuatan buku konsensus ini? Dan target utamanya ditujukan untuk siapa?

J: Membuat sesuatu konsensus merupakan salah satu tugas

perkumpulan pakar gastrointestinal dengan membahas mengenai berbagai macam penyakit gastrointestinal. Buku Konsensus Nasional yang disusun oleh para pakar gastroenterologi di Indonesia ini dibuat untuk mencapai kesepakatan saat melakukan tindakan



terhadap pasien, karena *guideline* yang sudah ada atau yang dibuat di luar negeri belum tentu sesuai dengan fasilitas dan kasus yang ada di Indonesia. Jadi konsensus ini bisa digunakan sebagai tata laksana terhadap pasien dengan dispepsia dan infeksi *Helicobacter pylori*.

Panduan dalam konsensus ini dibuat untuk pelayanan primer, sekunder dan tersier mengingat pasien dapat langsung berobat ke tiga tingkat pelayanan tersebut. Namun perlu diingat, perlu disesuaikan dengan fasilitas dan alat pemeriksaan yang ada.

T: Apakah selama ini, tata laksana yang telah dilakukan terhadap dispepsia masih kurang tepat?

J: Bukan kurang tepat. Tetapi untuk mencegah ketidaktepatan saat memberikan terapi pada pasien dengan dispepsia, dokter harus mengikuti perkembangan terkini seputar keilmuan dan data-data masalah/penyakit yang nyata terutama di Indonesia, seiring dengan perkembangan penyakit yang berjalan terus, dan perubahan gaya hidup dalam masyarakat. Bila dokter masih menggunakan pola panduan yang lama, maka kemungkinan dapat menimbulkan penanganan yang tidak tepat. Itu sebabnya, Konsensus Nasional 2014 ini dapat menjadi tolok ukur terapi yang dapat digunakan para dokter dalam penanganan penyakit gastrointestinal, terutama dispepsia.

T: Bagaimana epidemiologi dispepsia di Indonesia?

J: Dispepsia biasanya dikaitkan dengan gaya hidup, salah satunya adalah pola makan, misalnya mengonsumsi daging merah berlebihan, tinggi garam, kurangnya asupan ikan yang semuanya menyebabkan akumulasi asam lambung. Belum lagi kehidupan sekarang memiliki kompetisi yang tinggi, yang semuanya dapat memicu timbulnya stres. Saya yakin, kejadian penyakit ini dapat meningkat begitu pula dengan GERD.

REDACID
Bioactive Fraction DLBS2411

Triple Action of Anti - Ulcer Agent

- Proton pump down regulator^{1,2}
- Proton pump inhibitor^{1,2}
- Gastroprotector^{1,2}

Reducing Acid and Giving Gastric Protection

Referensi :

- REDACID. Package insert. PT Dexa Medica
- Tjandrawinata, et al. 2013. Data's on file. DLBS

HANYA UNTUK PROFESI KESEHATAN

Dexamedica
Expertise for the Promotion of Health



T: Kapan pasien dapat diterapi oleh dokter umum atau ke spesialis?

J: Pasien bisa berobat ke layanan primer dan layanan sekunder. Bila sudah ditangani selama dua

minggu dan tidak ada perubahan, disertai dengan tanda alarm misalnya muntah, sulit makan dan buang air besar hitam, menjadi alasan untuk dirujuk. Itu sebabnya *guideline* ini dibuat untuk dokter di Indonesia,

namun perlu disesuaikan dengan situasi dan kondisi pasien.

T: Bagaimana dengan pelayanan endoskopi di Indonesia?

J: Di Indonesia sudah banyak pusat-pusat pemeriksaan yang dilengkapi dengan endoskopi. Namun masalahnya adalah pemerataannya masih kurang. Tidak semua kabupaten memiliki endoskopi. Di Papua, contohnya, hanya ada satu, dibandingkan dengan di Jakarta yang hampir semuanya sudah memiliki endoskopi. Dalam konsensus ini, dirancang kesepakatan tanpa mengurangi standar diagnosis yang disesuaikan dengan situasi kondisi.

T: Dalam konsensus disinggung tentang strategi 'test and treat'. Seperti apakah itu?

J: Mengingat prevalensi infeksi Hp yang tinggi, maka strategi "Test and treat" ini dilakukan pada pasien dispepsia (tanpa komplikasi),

pasien dengan riwayat ulkus gaster, pasien dengan terapi OAINS dan anemia defisiensi besi, karena bila tidak ditangani dengan tepat, infeksi ini dapat memicu timbulnya kanker lambung. Strategi ini juga merupakan upaya memastikan/menegakkan diagnosa dan ada prosedur tertentu sebelum dilakukan endoskopi/terapi.

T: Dalam konsensus, tercantum obat baru yaitu DLBS, bisa dijelaskan?

J: DLBS ini merupakan obat yang baru dengan cara kerjanya telah dibuktikan dengan penelitian in vivo dan in vitro. Obat ini memiliki efek anti asam yang cukup kuat sehingga dapat menghambat pompa proton penghasil asam. Obat ini sudah diujicoba pada orang-orang normal di RSCM dan terbukti efektif meningkatkan pH. Efek samping dikatakan sangat minimal dan dianggap tidak signifikan dibandingkan dengan plasebo.

T: Obat ini nantinya akan termasuk ke dalam OTC atau *ethical*, mengingat didapat dari ekstrak kayumanis/cinnamon?

J: Tetap *ethical* atau harus dengan resep dokter.

T: Bagaimana masa depan obat baru ini?

J: Masa depan obat ini bagus, dilihat dari uji yang sudah dilakukan di RSCM pada kasus asam lambung. Dengan meningkatkan pH lambung maka obat ini nantinya dapat digunakan pada ulkus peptikum, GERD, dan penyakit maag yang lain. Jangan lupa, pola hidup sekarang ini cenderung dapat meningkatkan prevalensi penyakit ini. Jadi obat ini memiliki harapan yang baik pada penyakit gastrointestinal. Dan kami sedang mempersiapkan penelitian obat ini pada orang sakit dan sekali lagi, kami harapkan, hasilnya juga efektif. HA

Hidup Sehat untuk Si Super Sibuk

Istirahat yang cukup, pilih makanan yang sehat dan seimbang, rajin-rajinalah berolahraga, dan jaga pikiran yang damai sejahtera. Itu adalah nasihat-nasihat yang sering kita berikan kepada pasien-pasien kita, namun seringkali kitalah juga yang melanggarnya. Jadwal super sibuk, pasien banyak dan rumit, serta segudang alasan lain sering menjadi penghambat dalam melakukan hal di atas. Jangan khawatir, perkembangan teknologi telepon pintar (*smartphone*) bisa membantu kita menerapkan nasihat-nasihat tersebut dan pada edisi ini tabloid MD akan mengulasnya untuk seawat.

Istirahat cukup



Istirahat berkualitas adalah dambaan para petugas kesehatan di dunia modern ini, jadwal padat, rotasi jaga malam dan *on-call* membuat tidur cukup semakin langka. *Sleepbot* (Android, iOS) dapat membantu menganalisa pola tidur dan membantu anda untuk merencanakan kualitas tidur yang lebih baik, mulai dari saran mengenai makanan sampai ke olahraga yang bermanfaat.

Makanan sehat dan seimbang



Waktu dan jenis makanan yang baik sulit untuk didapatkan bagi para petugas kesehatan saat ini. Jadwal yang padat dan tidak adanya dukungan dari instansi kesehatan tempat kita bekerja membuat sulit bagi kita untuk "menjaga" makan. *Weight Watchers Mobile* (Android, iOS) dapat membantu anda untuk melacak konsumsi kalori dengan gudang data makanannya yang luas. Anda bahkan dapat memindai *barcode* dan memeriksa menu

makanan di rumah makan favorit anda untuk mendapatkan info lengkap mengenai kandungan nutrisi setiap porsi yang anda pilih.

Rajin berolahraga



Serupa dengan dua hal di atas, para petugas kesehatan seringkali sulit untuk melakukan olahraga rutin, meskipun kita sendirilah yang sebenarnya paling membutuhkan manfaat darinya. Stress, pola makan yang buruk, istirahat yang kurang sedikit banyak dapat diseimbangkan dengan olahraga yang berkualitas. *Hot5* (Android, iOS) merupakan pilihan tepat bagi si super sibuk, aplikasi ini menyediakan pilihan latihan singkat 5 menit mulai dari yoga, fleksibilitas sampai latihan beban yang mudah untuk diikuti karena hanya terdiri dari 5 gerakan. Tidak ada alasan lagi untuk tidak berolahraga bukan.

Pikiran yang damai



Menjaga pola pikir yang damai dan bebas kerumitan, di tengah segala persoalan klinis, merupakan hal yang cukup menantang untuk dilakukan.

Namun demikian, studi-studi yang ada telah menunjukkan bahwa pikiran yang damai dapat membantu meningkatkan efisiensi dan kreativitas kita dalam mengatasi masalah. *Daily yoga* (Android, iOS) memberikan panduan lengkap mulai dari meditasi, latihan pernapasan, yoga untuk kelenturan, sampai membentuk badan anda. Semua dapat dilakukan melalui panduan video yang mudah dan menarik, sehingga setiap hari anda dapat mengawali dan mengakhiri hari dengan kedamaian. ss

