

Kenali Gejala Awal Stroke



Oleh: dr. Evita Jodjana

(Dokter Magang Saraf di RSUD Prof DR. W. Z Johannes)

Kupang, [Mwartapedia.com](https://www.mwartapedia.com) – Stroke merupakan penyebab kematian kedua dan penyebab disabilitas ketiga di dunia. Stroke terjadi apabila pembuluh darah otak mengalami penyumbatan atau pecah yang mengakibatkan sebagian otak tidak mendapatkan pasokan darah yang membawa oksigen yang diperlukan sehingga mengalami kematian sel/jaringan.

Beban akibat stroke terutama disebabkan kecacatan permanen yang tentunya akan mempengaruhi produktivitas penderitanya sehingga berdampak terhadap ekonomi dan sosialnya. Selain itu juga dapat menambah beban biaya pembiayaan kesehatan. Jumlah pasien stroke meningkat setiap tahunnya, terbukti dari data Riskesdas tahun 2018 menunjukkan adanya peningkatan dibandingkan tahun 2013 yaitu dari 7% menjadi 10,9% kasus.

Dampak buruk penyakit stroke dapat diminimalisir jika serangan stroke dikenali dan mendapatkan penanganan tepat sesegera mungkin dalam jangka waktu antara 3 hingga 4,5 jam dari gejala

awal diharapkan dapat mengurangi risiko kematian dan cacat permanen. Ada tips mudah untuk mengenali gejala atau tanda stroke, yaitu cukup mengingat slogan “ Se-Ge-Ra-Ke-R-S “.

Sumber: P2PTM Kemenkes RI,2019



Beberapa studi terbaru, menunjukkan penderita COVID-19 dengan penyakit penyerta salah satunya stroke/riwayat stroke akan memiliki resiko kematian yang lebih tinggi dibandingkan dengan penderita COVID-19 tanpa riwayat penyakit penyerta. Oleh karena itu pencegahan terhadap terjadinya kasus stroke sangat penting dilakukan selama pandemi COVID-19 ini. Pencegahan bisa dengan pengendalian faktor risiko yaitu dengan mengubah pola hidup seperti berhenti merokok dan minum alkohol, rajin berolahraga serta mengatur pola makan yang sehat (tidak mengonsumsi makan-makanan yang manis ataupun berlemak secara berlebihan), istirahat yang cukup, kelola stress dan yang paling penting cek kesehatan secara berkala. Cek kesehatan secara berkala di tempat fasilitas kesehatan dan konsumsi obat secara teratur sangat penting terutama yang sudah memiliki hipertensi, diabetes mellitus, penyakit jantung ataupun kadar lemak yang tinggi.

Selama pandemi COVID-19 ini banyak yang tidak melakukan cek kesehatan secara berkala dikarenakan keengganan pasien untuk datang ke fasilitas kesehatan karena takut terkena virus SARS-CoV-2 . Penting diketahui setiap fasilitas kesehatan sudah mengambil tindakan pencegahan untuk memastikan pasien dan tenaga medis terlindungi dan fasilitas kesehatan tetap menjadi

tempat terbaik untuk memberikan perawatan yang tepat, mengingat penanganan stroke dapat efektif jika stroke diketahui dan didiagnosis dalam periode emas yaitu 4,5 jam setelah gejala pertama muncul. Bila sudah lebih dari 4,5 jam maka stroke akan bertambah parah dan bahkan berisiko kematian atau kecacatan permanen. Oleh karena itu, penting bagi pasien stroke untuk segera dibawa ke rumah sakit meskipun gejala yang timbulkan hanya ringan. (ML)

Bupati Sikka Pantau Lokasi Abrasi Pantai Rogationis di Kelurahan Wailiti



Maunere, Mwartapedia.com – Bupati Sikka, Fransiskus Roberto Diogo, S. Sos, M. Si mengunjungi lokasi abrasi pantai di belakang Biara Rogationis, RT. 027/RW 002, Kelurahan Wailiti, Alok Barat Kabupaten Sikka, Rabu (20/1/2020).

Bupati Sikka, yang akrab disapa Robi Idong dalam kesempatan peninjauan mengatakan abrasi pantai hampir setiap tahun terjadi, maka langkah yang dilakukan adalah bangunan pemecah gelombang Break Wave Water seperti yang sudah dikerjakan di

lokaria, Desa Habi, Kecamatan Kangae, sepanjang 1 km, 60 meter.

Untuk di tempat ini (belakang biara Rogationis) bisa ditangani dengan beberapa cara diantaranya penanaman Bakau dan pemasangan batu untuk beberapa titik.

“Kita akan bekerja bergotong-royong untuk tanam bakau dan pemasangan batu di beberapa titik untuk pengamanan biara dan rumah warga sekitarnya. Mudah-mudahan bisa mengurangi abrasi, ”ujarnya Ketua DPC PDIP Kabupaten Sikka ini.



Sementara itu, Pimpinan Biara Rogationis yang diwakili oleh P. Ferdinandus, RCJ dihadapan Bupati Sikka dan rombongan, ia menjelaskan bahwa abrasi yang terjadi kurang lebih 2 tahun terakhir air laut

yang sudah masuk ke darat mencapai 30 sampai 40 sehingga 1 unit pondok tempat istirahat dan lapangan olahraga bagi para frater biara Rogationis, sudah tergenang air laut.

“Kami juga sudah beberapa kali tanam bakau tapi tidak berhasil karena dihantam gelombang, ” Ujarnya.

Turut hadir dalam kesempatan itu, Ketua TP PKK Kabupaten Sikka, Ny. Maria Cahyani Idong, Kalak BPBD kabupaten Sikka, Drs. Daeng Bachir, Kepala Dinas PUPR Kabupaten Sikka, Tommy Lameng, ST, Kadis Nakertras, Yohanes Audax, SH. M. Si, Kepala Dinas PMD Kabupaten Sikka, Fitrinita Kristiani, S.STP, M.Si, Kadis Ketahan Pangan, Ir. Hengky Sali, Kepala Bagian Pembangunan Setda Kabupaten Sikka, Boy Satrio ST, Kabag Protokol dan Komunikasi Pimpinan Setda Kabupaten Sikka, Very

Awales dan pejabat lainnya. (Kabag Humas Kabupaten Sikka/Verry Awales)