

<http://health.kompas.com/read/2014/05/22/1002250/Komplikasi.Diabetes.Berbahaya.tetapi.Tak.Disadari>

Komplikasi Diabetes, Berbahaya tetapi Tak Disadari

Penulis : Unoviana Kartika | Kamis, 22 Mei 2014 | 10:02 WIB



ilustrasi pengukuran kadar gula darah

shutterstock

KOMPAS.com — Diabetes tipe 2 merupakan penyakit kronis yang tidak terjadi dalam satu malam, tetapi melewati proses yang cukup panjang. Pada kondisi yang belum parah, diabetes sering kali tidak bergejala.

Padaahal, jika tidak dikelola dengan baik, diabetes yang tidak bergejala akan mengakibatkan komplikasi yang membahayakan jiwa. Sayangnya, kebanyakan orang justru tidak menyadarinya.

Menurut data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) Kementerian Kesehatan RI 2007, ada 11 juta penderita diabetes atau 77 persen dari total penderita diabetes tidak menyadari risiko tinggi komplikasi penyakit ini.

Dokter spesialis ilmu penyakit dalam, Tri Juli Edi Tarigan, mengatakan, meski Riskesmas tersebut dibuat pada 2007, data itu masih relevan dengan keadaan saat ini. Bahkan, mungkin angkanya semakin memburuk.

"Berdasarkan data Riskesmas 2007, sebanyak 14 juta orang menderita diabetes. Mungkin saat ini jumlahnya lebih banyak lagi," katanya di sela-sela acara peluncuran Accu-Chek Active di Jakarta, Rabu (21/5/2014).

Komplikasi diabetes meliputi rusaknya pembuluh darah jantung yang meningkatkan risiko serangan jantung, rusaknya pembuluh darah tepi sehingga menyebabkan luka *iskemik* pada kaki, rusaknya pembuluh darah otak sehingga dapat menyebabkan stroke, gagal ginjal, retinopati, dan beberapa risiko lainnya.

Karena tingginya risiko komplikasi dari diabetes, penderita diabetes wajib mengelola penyakitnya dengan baik. Lewat usaha mendapatkan edukasi mengenai diabetes, pengaturan makan, cukup beraktivitas fisik, minum obat atau suntik insulin, dan memonitor gula darah secara teratur, bukan tidak mungkin Anda tetap sehat meski hidup dengan diabetes. Diabetes merupakan penyakit dengan prevalensi tinggi di dunia. Data dari International Diabetes Federation tahun 2013 menyatakan, di dunia ada sekitar 382 juta orang yang hidup dengan diabetes. Di Asia Pasifik prevalensinya bahkan paling tinggi, yaitu mencapai 138 juta.

Editor :

Lusia Kus Anna