

<http://swa.co.id/corporate/roche-indonesia-mendukung-program-4-sehat-5-teratur>

## Roche Indonesia Mendukung Program 4 Sehat 5 Teratur

Posted on May 10, 2014 by Nimas Novi Dwi Arini



Kementerian Kesehatan RI telah mengeluarkan data mengenai penderita diabetes di tahun 2013 yang lalu. Menurut data Kementerian Kesehatan ini penduduk Indonesia dengan usia lebih dari 15 tahun yang mengidap diabetes adalah sebanyak 6,9%. Berdasarkan hal inilah Roche Indonesia mendukung program 4 Sehat 5 Teratur.

Selain data yang dikeluarkan oleh Kementerian Kesehatan, Perkumpulan Endokrinologi Indonesia (PERKENI) juga melansir data pada tahun 2011 Indonesia telah memasuki epidemi Diabetes Mellitus tipe 2. Fenomena yang terjadi inilah yang melatarbelakangi Dr. Tri Juli Edi Tarigan, Sp.PD, KEMD (Staff divisi Metabolik Endokrin, Departemen IPD FKUI/RSCM), mengencangkan program 4 Sehat 5 Teratur yang bertujuan untuk menormalkan kembali aktivitas insulin dan kadar glukosa darah.

"Kami mendukung penuh program pemerintah 4 Sehat 5 teratur dengan turut mensosialisasikan pentingnya melakukan monitor gula darah secara rutin sehingga kadar gula darah dapat tetap terkontrol," ujar Jopie Leksmono, *Business Unit Head Diabetes Care* PT Roche Indonesia.

Sementara itu, Dr. Tri Juli Edi Tarigan, Sp.PD, KEMD menyampaikan, saat ini kebiasaan dari mayoritas pengidap diabetes adalah tidak melakukan kontrol secara rutin, karena mereka menganggap asupan terapi obat yang dilakukan sehari-hari akan efektif secara terus menerus. Padahal perkembangan kadar gula darah seseorang secara berkala dapat berubah dalam kurun waktu tertentu, sehingga diperlukan Swa-Monitoring Glukosa Darah (SMGD) terstruktur.

Berdasarkan *International Diabetes Federation (IDF)* pada tahun 2008, Swa-Monitoring Glukosa Darah juga disarankan bagi penderita diabetes tipe II, baik bagi penderita yang menggunakan insulin maupun OAD (*Oral Anti Diabetic*). Tujuan dari Swa-Monitoring Glukosa Darah terstruktur supaya hasilnya bisa dibaca (interpretasi), sehingga bermanfaat untuk penyesuaian dosis obat.

SMBG sebaiknya dilakukan oleh penderita diabetes yang sudah didukasi, SMBG harus dipertimbangkan sejak awal pasien baru terdiagnosa, SMBG harus dipertimbangkan sebagai bagian dari modul edukasi tentang kemampuan pengaturan pemantauan diabetes oleh masing-masing pasien, Pengaturan Jadwal dan frekuensi SMBG disesuaikan dengan kebutuhan masing-masing pasien, Sebelum dilakukan SMBG perlu adanya kesepakatan antara penderita diabetes dengan dokternya mengenai tujuan SMBG, Penggunaan SMBG membutuhkan prosedur yang mudah untuk memantau kinerja dan akurasi alat tes gula darah

Pemeriksaan gula darah secara mandiri dapat dilakukan dengan beberapa jangka waktu ideal yaitu 2 – 3 hari sekali sesuai kebutuhan penderita diabetes, dilakukan pada saat sebelum dan sesudah makan. Tes kombinasi tersebut, merupakan contoh paling sederhana dari SMBG yang dilakukan secara terstruktur. (EVA)