

Inspirasi Sehat



Ujian
Semesteran
Inspirasi Sehat

Dapatkan Hadiah Uang Tunai
Untuk 3 Pemenang

Dolan Desa
Di Kulon Progo

APOTEK K24

Raih Kembali
Penghargaan
Franchise Top Of Mind
2017

Panggil **DOKTER
& PERAWAT**
BISA Via Aplikasi

"TULUS"
APOTEKER
DARI KOTA
PAHLAWAN

**APA ITU
KEMOTERAPI
PADA KANKER**

Dokter UI "Temukan Cara
Deteksi Kanker Pakai Balon Karet"





Stay Healthy, F
Spirit U



Fresh N Keep Your
Ap On 2018

APOTEK K-24 RAIH TOP OF MIND 2017



Pemimpin Umum Majalah Franchise Indonesia, Rofian Akbar (kiri) memberikan penghargaan Top Of Mind 2017 kepada Setyadi Ari Wibowo (kanan), selaku Franchise Sales Manager Apotek K-24

Penghargaan yang bergengsi di industri franchise ini telah berhasil dimenangkan oleh Apotek K-24 sejak tahun 2010. Bertempat di XXI Lounge, Mall Kelapa Gading 3, Jakarta, penghargaan tersebut diserahkan langsung oleh Pemimpin Umum Majalah Franchise Indonesia, Rofian Akbar, kepada perwakilan dari PT. K-24 Indonesia, Setyadi Ari Wibowo, selaku Franchise Sales Manager Apotek K-24. Penghargaan Franchise Top of Mind 2017 tentunya tidak dianugerahkan kepada sembarang

brand. Hanya brand-brand franchise terbaik yang dapat meraih predikat tersebut. Penghargaan ini diberikan kepada brand-brand franchise yang mengakar dan paling diingat di pikiran konsumen. Bila sebuah brand mudah diingat oleh masyarakat, bisa dipastikan bahwa kekuatan serta kredibilitas brand tersebut sangat tinggi. Untuk menentukan brand franchise yang menjadi pemenang Franchise Top of Mind 2017, diadakan riset terhadap

Foto : istimewa

“Apotek K-24 lagi-lagi meraih penghargaan Franchise Top of Mind 2017 yang diadakan oleh Majalah Franchise Indonesia bersama Assosiasi Franchise Indonesia (AFI)”.



kali oleh konsumen adalah merk yang berhak meraih penghargaan Franchise Top of Mind 2017. Kedekatan Apotek K-24 dengan masyarakat sebagai sobat sehat yang komplit dan selalu buka 24 jam merupakan salah satu unsur yang menjadikan apotek waralaba ini dapat memenangkan penghargaan Franchise Top of Mind 2017. Konsep bisnis Apotek K-24 yang memberikan 5 Jaminan Pasti dalam melayani masyarakat membuat Apotek K-24 menjadi solusi dan tujuan utama saat masyarakat membutuhkan obat. 5 Jaminan Pasti yang diberikan oleh Apotek K-24 adalah Komplit 24 Jam, Pagi Siang Malam Libur Harga Sama, Hanya Menjual Obat Asli, Layanan Konsultasi Apoteker Gratis, dan Layanan Antar. Tak hanya itu, Apotek K-24 juga terus memperluas jangkauan layanan dengan menyediakan Apotek Online K24Klik . Obat yang dipesan di K24Klik akan dikirimkan dari gerai Apotek K-24 sehingga dapat dijamin keasliannya. Sebagai pelopor Apotek Waralaba di Indonesia, Apotek K-24 tentunya terus memunculkan inovasi bisnis yang dapat memperkuat branding. Dengan begitu, sebagai merk asli Indonesia, Apotek K-24 dapat terus memperoleh kepercayaan dari masyarakat untuk menjadi sobat sehat yang komplit dan selalu buka 24 jam. (gwp)

450 peminat atau calon investor bisnis franchise yang tersebar di berbagai kota besar, seperti Jakarta, Bandung, Medan, Banjarmasin, Denpasar, Surabaya, Semarang, Makassar, Palembang dan Samarinda. Riset tersebut diadakan oleh Majalah Franchise Indonesia dan AFI, bekerjasama dengan lembaga riset independen Dinamic Marketing Research. Ada dua komponen yang menjadi pengukur, yaitu konsumen mampu mengingat brand (brand recall), serta konsumen mampu mengenali brand (brand recognition). Merk bisnis yang disebutkan pertama

TIM REDAKSI

PEMIMPIN REDAKSI
Burhan Bariton

REDAKTUR AHLI
Ani Kristiyani M.Clin.Pharm.,Apt

EDITOR IN CHIEF
Burhan Bariton

PENULIS & REPORTER
Andyan Dhauta Dhira (Add)
Gilang Wening Pertiwi (Gwp)

KONSEP LAYOUT & GRAFIS
Andyan Dhauta Dhira

FOTOGRAFER
Burhan Bariton

PARTNER

Ergia Klinik
Hi-Lab
K24Klik.Com
SMK Pelita Bangsa
PT. KDE
PT. PNG
Odixa Pharma Laboratoris
Klinik Mata Sehati
Agatha Photo Studio

Majalah Inspirasi Sehat adalah media komunitas dan informasi tentang kesehatan bagi pelanggan setia Apotek K-24 sekaligus seluruh masyarakat Indonesia.

 k24sobatsehatkitakita

 sobatsehatkita

 dokter24

 sobatsehatkita



Diawal tahun 2018 ini Majalah Inspirasi Sehat kembali hadir dengan membawa semangat baru yang lebih segar dengan berbagai rubrik yang menarik. Salah satunya pembahasan mengenai penyakit kanker dan penanganannya dimana bulan Februari merupakan hari kanker dunia. Selain itu Majalah Inspirasi Sehat juga menghadirkan rubrik informasi unggulan seperti Pharmapedia, Dokter 24, K24klik, Tips&Trick. Salah satu rubrik yang ditunggu-tunggu adalah Unika Indonesia. Unika Indonesia merupakan rubrik yang berisikan cerita keunikan kekayaan budaya Indonesia yang beraneka ragam.

Kali ini Unika Indonesia berkunjung ke Kabupaten Kulon Progo, Inspirasi sehat mengajak sobat sehat untuk hadir dalam lingkungan asri di Boro, Kulon Progo, tepatnya di Dolan Ndeso. Sobat sehat juga dapat mengikuti informasi konsultasi obat bersama Apoteker Apotek K-24 pada rubrik Halo Apoteker.

Kantor Yogyakarta :

Jl. Magelang, Karangwaru kidul PR 24
Yogyakarta 55241

0274-542 024, 542 025

Kantor Jakarta :

Jl. Salemba Raya, No. 20, Jakarta Pusat
021-3190 2214

Kantor Surabaya :

Jl. Rungkut Madya, No. 85, Rungkut
Kidul, Surabaya 60293
031 - 87853644

Kantor Semarang :

Jl. Ngaliyan, No. 100, Semarang Barat
024 - 7622286



FOTO : Freepik.com

Kemoterapi bukanlah hal yang asing bagi penderita kanker. Untuk jenis penyakit yang satu ini, penderitanya harus melalui kemoterapi untuk menghancurkan sel-sel kanker yang tumbuh di dalam tubuh.



KONSEP COVER :

Senam salah satu olahraga yang bisa dilakukan dirumah, menjaga kesehatan adalah prioritas.

Model :
Ira Maturbongs

Studio :
Agatha Photo

D.O.P :
Burhan Bariton

Desain Grafis :
Andyan Dhauta Dhira





Selamat Tahun B

2011

Shio Anjing (1958, 1970, 1982, 1994)

Anjing adalah shio yang paling suka beraturan. Ibaratnya Anjing adalah shio yang suka beraturan. Sementara unsur tanah menjadikan Anjing sebagai shio yang kerap memberi nasihat dan teguran. Kekuatan sebagai pemikir yang logis menjadikan Anjing sebagai pemikir yang beraturan-aturan mayoritas dan tidak mudah terpengaruh oleh arus tersebut. Walau unsur tanah menjadikan Anjing sebagai shio Anjing penuh rahasia. Hal tersebut menjadikan Anjing sebagai suatu pandangan hidup yang penuh misteri.



aru Imlek

18

(1994, 2006)

dupel dan disenangi oleh shio lain.
ng selalu cocok dengan shio lain.
kan Anjing adalah sebagai shio
n adil. Tanah juga memberinya
uhur dan akan patuh dengan
ak pernah berkhianat pada aturan
memberinya energi kebaikan namun
sebut tidak pernah pudar
o.

CONTENT

16

INFO UTAMA

LAWAN SEL KANKER DENGAN KEMOTERAPI

30

UNIKA INDONESIA

DOLAN NDESO DI BORO,
KULON PROGO

20-21

INFO UTAMA

PEROKOK PASIF RESIKO KANKER PARU AKUT

34

APOTEKER STORY

KETULUSAN APOTEKER KOTA
PAHLAWAN

22-25

ADVETORIAL

PANGGIL DOKTER & PERAWAT VIA APLIKASI !



38

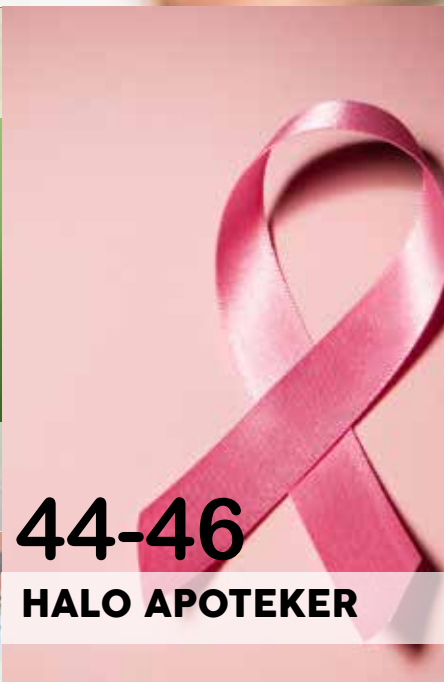
K24KLIK

STADIUM AWAL KANKER ANAK DAN KESEMBUHANNYA



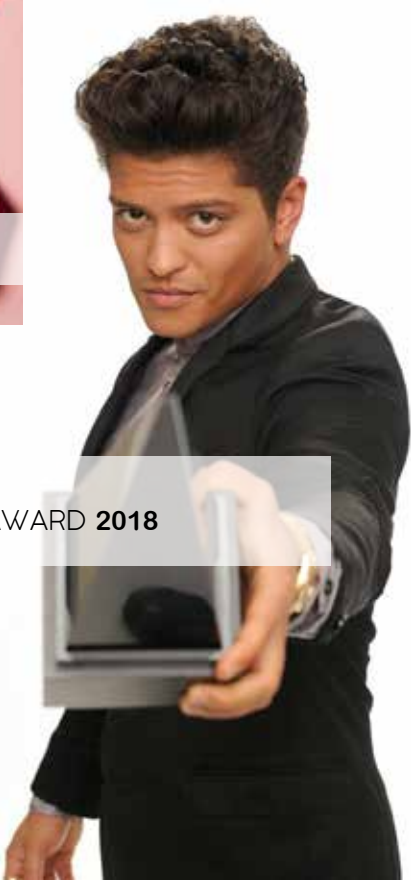
66

KICK OFF GATHERING 2018



44-46

HALO APOTEKER



56-57

INTERNASIONAL

THE BRUNO ON GRAMMY AWARD 2018

Mengapa memilih usaha WARALABA ?

- Meminimalkan resiko gagal usaha
- Lebih menghemat waktu, biaya dan tenaga
- Dukungan promosi bersama (nasional)
- Mendapatkan dukungan (support) & panduan dari Pewaralaba

Mengapa memilih usaha APOTEK ?

- Apotek selalu dibutuhkan untuk kesehatan
- Obat termasuk kebutuhan primer setelah pangan
- Bisnis apotek tidak tergantung gaya hidup/mode/tren
- Apotek adalah bisnis yang penuh semangat melayani sesama

Mengapa memilih APOTEK K-24 ?

1. Sistem Franchise UNGGUL !

- Brand kuat & sudah dikenal
- Royalty fee ringan
- Dukungan terpadu untuk : Pendirian gerai, rekrutmen & pelatihan staf, IT software online 24 jam, strategi pemasaran, hingga operasional.
- Mendorong kewirausahaan
- Bisnis sekaligus ibadah, menjadi berkat dan manfaat dengan memberikan akses obat yang mudah dan terjangkau bagi masyarakat Indonesia.

BISNIS
BAGUS
TAHAN
KRISIS

PELOPOR
WARALABA
APOTEK

DUKUNGAN
BISNIS
TERPADU

MENDORONG
KEWIRA
USAHAAN

MENOLONG
SESAMA

2. Dukungan SDM UNGGUL !

K-24 Academy : Pusat Pelatihan dan pengembangan SDM

3. Sistem Bisnis UNGGUL !

- 5 Jaminan Pasti Apotek K-24
- Dukungan OK-SOFT (Online K-24 Software) yang canggih



K24 Akademi:
Pusat pelatihan dan
pengembangan SDM
terpadu

Apotek K-24 hanya menjual
Obat ASU dari distributor resmi

Apotek K-24
Komplit Obatnya,
24 Jam Bukanya



LEBIH DARI
14 REKOR
MURI
INDONESIA



REKOR MURI yang telah diraih diantaranya:

- ✓ Apotek jaringan PERTAMA di INDONESIA yang buka 24 jam non stop setiap hari
- ✓ Apotek ASU Indonesia yang PERTAMA kali diwaralabakan

K-24
Usaha
berjiwa
pengusaha
sama.

Bagaimana saya bisa...
Telpon HOTLINE kami
www.apotek-k24.com dan
3190 2214, Kantor Yogyakarta
kami dengan senang hati akan

4. Aplikasi Apotek Online K24Klik

www.k24klik.com Merupakan layanan pesan dan transaksi obat via aplikasi yang akan dikirim melalui jaringan Apotek K-24 terdekat.

K24Klik Apotek Online



K24Klik memperoleh penghargaan Rekor MURI sebagai Apotek online pertama yang melayani konsultasi, pesanan & pengiriman obat 24 Jam Nonstop

Penyaluran bantuan logistik oleh Tim Baksos Apotek K-24 untuk korban bencana alam

Bedah Rumah Apotek K-24 bersama Bupati & Wakil Bupati Kabupaten Kulon Progo



Tanya Waralaba Apotek K-24

Sesuai dengan Visinya, jaringan Waralaba Apotek K-24 telah terbukti menjadi berkat & manfaat bagi masyarakat, associates (karyawan) & pemilik usaha, melalui jaringan apotek waralaba yang membuat akses hidup sehat menjadi mudah & murah bagi masyarakat Indonesia.

Profil seperti apa yang cocok untuk jadi pengusaha Apotek K-24?

Ini cocok bagi Anda yang punya minat di bidang kesehatan, sosial untuk melayani sesama dan punya semangat menjadi mau terlibat dalam supervisi operasional usaha, bukan investor

Bagaimana mendapatkan Waralaba Apotek K-24?

Anda bisa menghubungi kami sekarang di 08-1212-01-2424 atau kunjungi website kami di www.k24klik.com dan isi Enquiry Form, bisa juga ke telepon Kantor Jakarta (021) 501 5073/72 atau Surabaya (031) 501 5073/72, kami akan memberikan presentasi bisnis Apotek K-24 untuk Anda.

Berapa investasi yang dibutuhkan untuk membuka satu gerai Apotek K-24, serta untuk apa sajakah biaya yang dikeluarkan tersebut?

± Rp 970 jutaan dengan luasan 40 s/d 60m2. Paket Investasi ini meliputi stok obat awal, papan nama gerai, eksterior, interior, mebel, sistem dan software IT, modal kerja 3 bulan, inventaris gerai, biaya pelatihan awal dan masih banyak lagi.

Apa saja yang harus dibayarkan oleh penerima waralaba kepada PT K-24 Indonesia sebagai pewaralaba?

- Biaya awal (biaya awal waralaba dan jasa manajemen pra operasional) sebesar Rp 100 Juta, untuk masa waralaba 6 tahun,
- Biaya Bulanan (Royalty Fee) sebesar 1,5% dari omset /bulan.

Berapa lama usaha Apotek K-24 ini akan balik modal?

Jika target penjualan tahunan dan target margin tercapai, serta biaya operasional dapat dikendalikan, maka berdasarkan pengalaman kami, balik modal akan terjadi dalam ± 3,5 tahun. Ada juga apotek yang balik modal lebih cepat karena pertumbuhan yang sangat baik.

Berapa lama waktu yang dibutuhkan untuk membuka satu gerai Apotek K-24?

Rata-rata membutuhkan waktu ± 4 bulan setelah lokasi dipastikan.

Bagaimana tahapan untuk mengambil waralaba Apotek K-24?

- Mengisi Enquiry Form (formulir aplikasi)
- Mengikuti presentasi waralaba Apotek K-24
- Menandatangani MOU
- Menentukan lokasi gerai
- Menandatangani perjanjian waralaba
- Memulai langkah pra-operasional (akan dipandu oleh PT K-24 Indonesia sebagai pewaralaba)
- Mengikuti pelatihan awal
- Pembukaan gerai

Adakah penambahan stok obat setelah beroperasi?

Perlu adanya penambahan stok obat setelah beroperasi, menyesuaikan kebutuhan pasar setempat.

Berapakah jumlah karyawan yang dibutuhkan untuk menjalankan 1 unit gerai?

Dibutuhkan 9 karyawan di setiap apotek, bisa bertambah sejalan dengan pertumbuhan bisnis.



Apotek K-24 Resmi Terdaftar
di Kementerian Perdagangan
Republik Indonesia sebagai
Waralaba Indonesia
No. WI-0000005-920



Prestasi Apotek K-24

Apotek K-24 telah memperoleh lebih dari 70 penghargaan diantaranya adalah Franchise Top of Mind TOP Brand, WOW Brand, Corporae Image Award, dll.



Kantor Yogyakarta
Jl. Magelang, Karangwaru Kidul,
PR 24, Yogyakarta
☎ 0274-542024, 542025

Kantor Jakarta
Jl. Raya Matraman, No. 34-36, Jakarta Timur
☎ 021-8590 2729

Kantor Surabaya
Jl. Rungkut Madya No. 85,
Rungkut Kidul, Rungkut, Surabaya
☎ 031-8785 3644

Kantor Semarang
Jl. Ngaliyan, No. 100, Semarang Barat
☎ 024-762 2286

HOTLINE WARALABA

08 1212 01 2424
www.franchisek24.com

Kami hadir di Medan
25 Februari 2018

Ikuti Presentasi Bisnis
Waralaba APOTEK K-24

GRATIS

Sesi I : 10.00 - 12.00 WIB Sesi II : 14.00 - 16.00 WIB

di **HOTEL CORDELA MEDAN**

Rsvp : **0821-3655-9898** (Setyadi)



Waralaba APOTEK terbaik di Indonesia

Hotline : 08-1212-01-2424

LAWAN SEL KANKER DENGAN KEMOTERAPI

Kemoterapi bukanlah hal yang asing bagi penderita kanker. Untuk jenis penyakit yang satu ini, penderitanya harus melalui kemoterapi untuk menghancurkan sel-sel kanker yang tumbuh di dalam tubuh. Saat menjalani kemoterapi, pasien harus bersiap menghadapi beberapa efek samping yang menyakitkan, seperti pusing, nyeri otot, mual, rasa terbakar di jari tangan dan kaki, hingga rasa sakit karena gangguan pada sistem syaraf. Bagi beberapa orang, rasa sakit tersebut tidak bisa segera hilang. Padahal kemoterapi tidak bisa hanya dilakukan satu kali saja. Oleh karena itu, penting bagi pasien yang menjalani kemoterapi untuk selalu merasa nyaman dan sesehat mungkin.

Tips Agar Tetap Nyaman Selama Kemoterapi

Atasi Sariawan

Salah satu efek kemoterapi yang pasti dialami adalah munculnya sariawan. Tentu rasanya tidak nyaman karena sariawan yang muncul pun tak hanya satu atau dua. Untuk mengatasinya sebaiknya hindari makanan yang pedas dan panas. Pastikan mulut tetap lembab dengan banyak minum. Berkumur dengan air garam mungkin akan membantu mengurangi rasa tidak nyamannya.

Tetap Terhidrasi

Kemoterapi akan membuat pasien mengalami diare dan muntah sekaligus kekurangan cairan atau dehidrasi. Minum banyak air akan sangat membantu untuk terhindar dari dehidrasi. Pastikan mulut tetap lembab dengan banyak minum. Berkumur dengan air garam mungkin akan membantu mengurangi rasa tidak nyamannya.

Mengurangi Porsi Makan

Saat menjalani kemoterapi, sangat disarankan untuk makan dalam porsi kecil karena lebih bisa ditolerir tubuh dibanding makan dalam porsi besar. Lebih disarankan untuk makan dengan porsi kecil namun berkali-kali sehingga tidak terlalu mual.



Kontrol Rasa Mual

Rasa mual akibat kemoterapi juga bisa diatasi dengan memakan makanan yang dingin. Memakan permen rasa mint atau meminum teh jahe sangat direkomendasikan untuk mengurangi rasa mual.

Tips Agar Tetap Sehat saat Kemoterapi

Hindari Minum Alkohol

Memberi kesempatan bagi hati untuk membantu proses metabolisme dengan menyaring semua jenis racun di dalam saluran darah adalah hal yang penting. Meminum alkohol akan semakin mempersulit hati untuk menjalankan tugasnya. Selain itu, alkohol juga bisa memicu rasa mual. Karena itu, penting bagi pasien yang menjalani kemoterapi untuk selalu menghindari alkohol.

Pilih Suplemen Kanker yang Tepat

Kemoterapi terkadang menghilangkan nafsu makan pasien. Oleh karena itu, akan lebih baik untuk mengonsumsi

suplemen yang bisa membantu tubuh tetap ternutrisi. Suplemen tersebut sebaiknya mengandung protein, lemak, karbohidrat, vitamin, mineral, serat dan omega 3. saluran darah adalah hal yang penting.

Kurangi Teh Hijau

Pasien yang sedang menjalani kemoterapi sebaiknya mengurangi konsumsi teh hijau. Teh hijau mengandung antioksidan jenis fitokemikal yang tinggi sehingga bisa mengganggu efek yang diharapkan dari kemoterapi.



Nutrisi Khusus Untuk Penderita Kanker



Menghambat pertumbuhan Sel Kanker



Tersedia Di :



PEROKOK PASIF RESIKO KANKER PARU

“Sekitar 20% dari pasien yang meninggal akibat kanker paru-paru adalah perokok pasif. Para ahli telah meneliti penyebab kenapa perokok pasif bisa terkena kanker paru”.

Banyak studi membuktikan bahwa merokok menjadi penyebab utama dari kanker paru-paru. Kanker paru-paru ternyata juga berisiko terhadap perokok pasif alias hanya menghirup asap rokoknya saja. Sekitar 20% dari pasien yang meninggal akibat kanker paru-paru adalah perokok pasif. Para ahli telah meneliti penyebab kenapa perokok pasif bisa terkena kanker paru. Berikut dilansir dari Health, beberapa hal pemicu kanker paru pada perokok pasif :

GAS RADON

Gas ini merupakan penyebab utama kanker paru pada perokok pasif. Radon adalah salah satu jenis gas radioaktif yang dihasilkan dari pembusukan normal unsur

ranium, thorium dan radium dalam batuan dan tanah. Gas ini tidak terlihat dan tidak berbau yang dapat berdifusi ke udara. Bagi yang sering menghirup gas ini, mempunyai risiko tinggi terkena kanker paru.

MENJADI PEROKOK PASIF

Mulai sekarang hindari asap rokok dari orang sekitar, baik di tempat umum atau tempat kerja. Asap rokok terbukti berefek berbahaya seperti batang rokok. Menghindari produk tembakau lain seperti cerutu juga diperlukan.



KONTAMINAN DI TEMPAT KERJA

Kontaminan adalah zat yang dapat membahayakan kesehatan. Jika Anda berada di lingkungan yang dekat dengan zat seperti asbes atau bahan bakar diesel, Anda juga dapat berisiko terkena kanker paru.

MUTASI GEN

Studi penelitian menghasilkan bahwa perbedaan gen pada masing-masing orang adalah salah satu penyebab kanker. Karena itu para perokok pasif bisa menderita kanker walaupun mereka belum pernah merokok. Perubahan gen pada diri

sendiri lebih banyak jadi pemicu kanker daripada perubahan gen karena diwariskan oleh anggota keluarga. Selain itu ada beberapa dampak lain karena asap rokok diantaranya :

- Penyakit Paru-paru
- Penyakit Jantung Koroner
- Impotensi
- Kanker mulut , Kerongkongan
- Merusak Otak
- Penyakit Katarak
- Gangguan Kehamilan
- Ginjal
- Darah
- Nikotin penyebab ketergantungan. (add)

DOKTER, PERAWAT KE RUMAH LEWAT APLIKASI



Masyarakat Yogyakarta kini tak perlu khawatir lagi dengan akses kesehatan. Pasalnya, Sabtu (27/01) lalu, aplikasi Medi-Call baru saja meluncurkan layanannya di kota ini. Medi-Call adalah sebuah aplikasi layanan kesehatan yang memungkinkan penggunanya untuk memanggil dokter atau perawat homecare ke rumah dan mendapatkan pelayanan homecare dengan biaya yang cukup terjangkau. Tentu saja kehadiran aplikasi ini akan sangat memudahkan masyarakat untuk mendapatkan layanan kesehatan yang bersifat non-emergency.

“Jika dulu ingin mengundang dokter datang ke rumah itu cukup sulit, kini tidak terjadi lagi. Jadi, Medi-Call ini bisa mempermudah masyarakat dalam mengakses layanan kesehatan,” ungkap dr. Gideon. Sebelumnya, Medi-Call telah menyediakan layanannya di Jabodetabek dan Bali, serta telah bekerjasama dengan

256 dokter, 115 perawat, 270 apotek, dan 15 klinik. Dengan diluncurkannya aplikasi Medi-Call di Yogyakarta, dr. Gideon berharap dokter-dari dari Ikatan Dokter Indonesia (IDI) di DIY juga segera bergabung agar masyarakat Yogyakarta dapat merasakan langsung kemudahan dalam mengakses layanan kesehatan. Menurut CEO Medi-Call, dr. M. Candra Wijanadi, selama setahun lebih, Medi-Call telah melayani lebih dari 1500 pasien. Dengan akses yang mudah melalui smartphone, Medi-Call yang telah bekerjasama dengan Apotek K-24 untuk pengiriman obat resep tentunya akan menjawab berbagai permasalahan kesehatan di masyarakat.



Acara Peluncuran dan Press Conference Medi-Call pada hari itu juga dihadiri oleh dokter perwakilan IDI, seperti DR. dr. Wikan Indrarto, SpA

“Setelah sukses di dua kota Bali dan Jakarta, kini aplikasi Mediacall rilis di Kota Gudeg Yogyakarta”.

Salah satu dokter yang telah menjadi partner Medi-Call, dr. Cahya, mengaku bahwa aplikasi tersebut mudah digunakan dan membantu beliau untuk memberikan pelayanan langsung di rumah pasien. Untuk setiap layanan dokter yang diberikan, pasien akan dikenakan biaya atau fee sebesar Rp. 100.000,00 serta ditambahkan biaya jarak dari lokasi dokter ke lokasi pasien.

Acara Peluncuran dan Press Conference Medi-Call pada hari itu juga dihadiri oleh dokter perwakilan IDI, seperti DR. dr. Wikan Indrarto, SpA dan dr. Joko Hastaryo, M. Kes., perawat dari berbagai rumah sakit, rekan media, dan juga blogger. Acara juga dimeriahkan dengan pembagian voucher bagi tamu yang mengunggah foto kegiatan hari itu dengan tagar #dokterkerumah. Penyerahan tas medical kit dari Medi-Call untuk perwakilan dokter pun menandai harapan kerjasama di masa depan. (gwp)

MEDI+CALL
Dokter ke Rumah Anda





Foto : burha

Mediacall

Mediacall

Mediacall

Mediacall

Mediacall

Mediacall

Mediacall

Mediacall

Mediacall

Mediacall

Mediacall

Mediacall

Mediacall

Mediacall

Mediacall

Mediacall

Mediacall

Mediacall

Mediacall

Mediacall

Mediacall

Mediacall

Mediacall

Mediacall

Mediacall

Mediacall

Mediacall

Mediacall

Mediacall

Mediacall

Mediacall

Mediacall

Mediacall

Mediacall

Mediacall

Mediacall

Mediacall

Mediacall

Mediacall

Mediacall

Mediacall

Mediacall

Mediacall

Mediacall

Mediacall

Mediacall

Mediacall

Mediacall

Mediacall

Mediacall

Mediacall

Mediacall

Mediacall

Mediacall

Mediacall

Mediacall

Mediacall

Mediacall

Mediacall

Mediacall

Mediacall

Mediacall

Mediacall

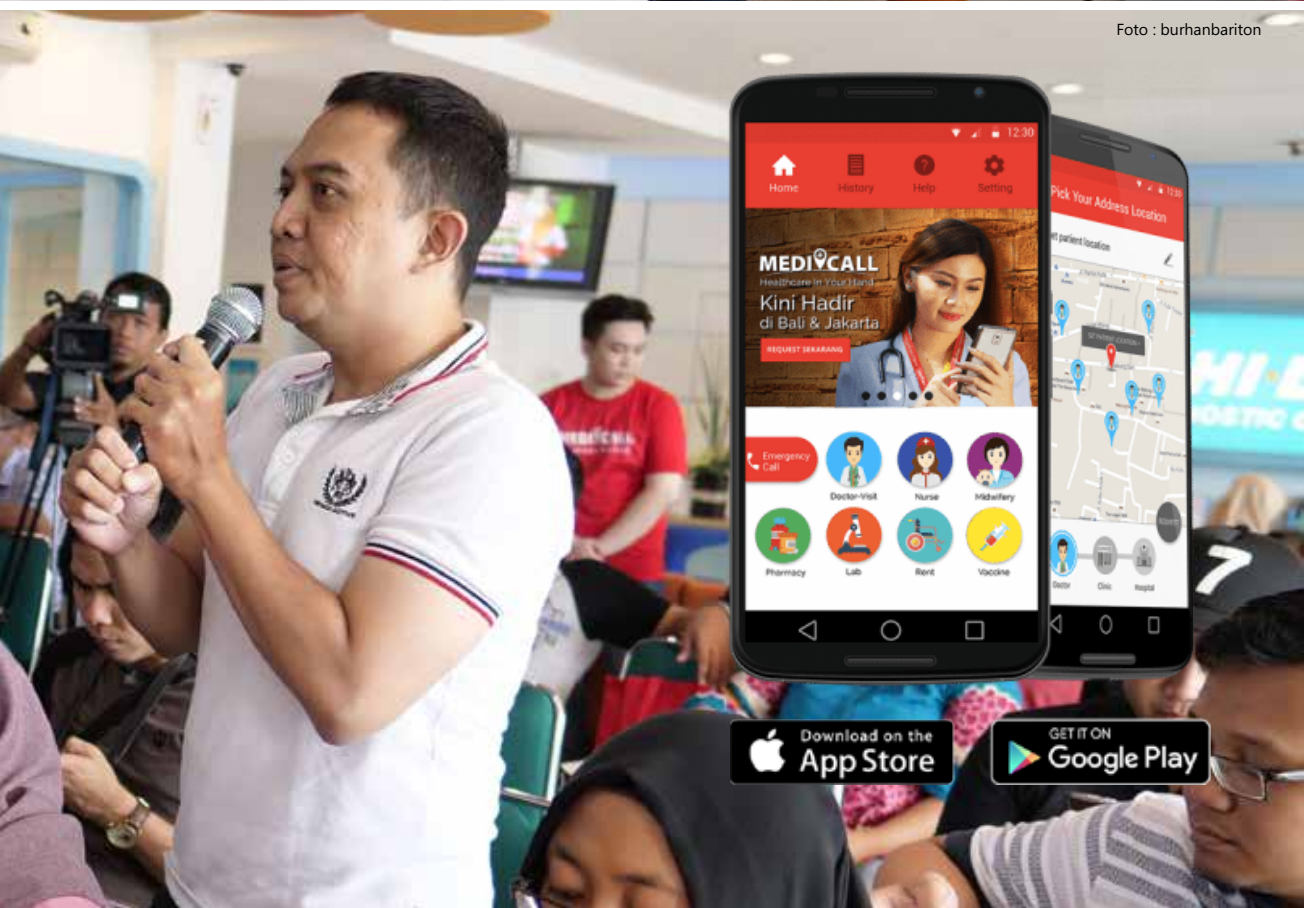
Salah satu blogger mengajukan pertanyaan dalam diskusi tentang Aplikasi Mediacall, pada acara Launching Mediacall Di Yogyakarta di Hi-Lab Yogyakarta.





CEO Aplikasi Mediacall dr. M. Candra Wijanadi (kiri), bersama 2 Dokter Mediacall Yogyakarta dan Co-Founder Mediacall dr. Gideon Hartono meresmikan Aplikasi Mediacall di Yogyakarta, setelah sukses di Bali dan Jakarta.

Foto : burhanbariton



Terampil & IT banget !

Jangan sampai Anda menyesal karena salah pilih kompetensi, SMK Kesehatan Pelita Bangsa dengan jurusan farmasi yang sesuai kebutuhan kompetensi di dunia kerja akan menjawab kebutuhan tenaga Asisten Apoteker di Indonesia yang terus meningkat.

SMK Kesehatan Pelita Bangsa menerima siswa baru tahun ajaran 2018/2019
Program Keahlian Farmasi

Info & Pendaftaran

PENDAFTARAN

- Sekarang s/d Juli 2018 atau sampai kuota penuh
- Senin - Jumat (pukul : 08.00 - 14.00 WIB)
- Sabtu (pukul : 08.00 - 12.00 WIB)

TES TERTULIS

- Setiap Jumat (pukul : 13.00 WIB)
- Setiap Sabtu (pukul : 08.00 WIB)

TES KESEHATAN & WAWANCARA

Dilakukan setelah lulus tes tertulis

INFORMASI

Telp : 0274 - 556724, 548724 (ext. 113)
Hotline : 0856 4391 3224 (Bp. Ahmad)
Email : info@smkpelitabangsa.com
Website : www.smkpelitabangsa.com

Syarat Pendaftaran

1. Mengisi formulir pendaftaran
2. Fotokopi Raport kelas VII, VIII, IX
3. Foto terbaru Uk. 3x4 (4 lbr berwarna)
4. Fotokopi Akta Kelahiran & Kartu Keluarga
5. Fotokopi Ijasah Legalisir (menyusul setelah lulus)
6. Fotokopi SKHUN Legalisir (menyusul setelah lulus)
7. Semua berkas dimasukkan dalam stopmap warna merah



Fasilitas

- ♦ Ruang kelas berAC+LCD
- ♦ Akses internet gratis
- ♦ Alat praktik berteknologi tinggi
- ♦ Perpustakaan multimedia
- ♦ Laboratorium Komputer



Ekstrakurikuler

- ♦ Pramuka
- ♦ Seni Tari
- ♦ Bulu Tangkis
- ♦ Basket
- ♦ Pencak Silat
- ♦ Paduan Suara



Prestasi

- ♦ Juara harapan 1 Debat Bahasa Indonesia se Kab. Bantul (2017)
- ♦ Juara II Olimpiade Sains Terapan Biologi se Kab. Bantul (2016)
- ♦ Juara III Dramatisasi Cerita Rakyat (2016)
- ♦ Juara I LKS Farmasi se Kab. Bantul (2015)
- ♦ Juara III LCC ke Farmasian SMK Kesehatan se-DIY (2015)
- ♦ Juara II LKS Farmasi se-DIY (2015)
- ♦ Juara II Olimpiade Sains Terapan Biologi se Kab. Bantul (2015)
- ♦ Juara III Tari Tradisional se-DIY (2015)
- ♦ Juara III Olimpiade Sains Terapan Biologi se-DIY (2015)
- ♦ Juara III Olimpiade Sains Terapan Biologi se Kab. Bantul (2014)
- ♦ Juara Harapan II LKS Farmasi se-DIY (2014)



1. Juara III Lomba Tari Kreasi Baru Di Stikes Aisyiah Yogyakarta



2. Finalis Lomba Kartini Se-Bantul



3. Juara II lomba kopetensi siswa farmasi 2015 (se-DIY)



4. Lomba Cerdas Cermat Kefarmasian se-DIY di UGM 2015

DENAH LOKASI



Kampus SMK Kesehatan Pelita Bangsa Yogyakarta

Jl. Tambak Kav. 24 Ngestiharjo Kasihan Bantul DIY (Utara Mirota Godean)
Telp : (0274) 556 724 (ext.113), Fax : (0274) 548 724, Hotline : 0856 4391 3224
email: info@smkpelitabangsa.com

TESTIMONI

Yoanes Fransiskus Regis (Alumni)



" Saya sekolah di SMK Kesehatan Pelita Bangsa karena satu-satunya SMK di DIY yang berani memberikan jaminan kerja, dan terbukti sekarang setelah lulus saya langsung bekerja di Apotek K-24."

Gunawan Cris.T (Kelas XII Farmasi A)



" Sekolah di SMK Kesehatan Pelita Bangsa sangat nyaman, saya mendapat banyak pengetahuan tentang farmasi dan obat-obatan karena dididik oleh Apoteker dan Praktisi Apotek K-24 yang berpengalaman "

Arita Larasati (Alumni)



" Selama tiga tahun saya belajar di SMK Kesehatan Pelita Bangsa Yogyakarta, saya mendapatkan pelajaran teori dan praktik yang seimbang karena memang sudah disiapkan untuk langsung bekerja, dan akhirnya alhamdulillah setelah lulus saya langsung mendapatkan penempatan kerja disalah satu Apotek K-24 Yogyakarta "

Lisha Suryani (Kelas X Farmasi A)



" Sekolah di SMK Kesehatan Pelita Bangsa, saya ambil jurusan Farmasi, karena saya menyukai bidang kesehatan dan di SMK Kesehatan Pelita Bangsa didukung dengan Laboratorium yang modern, apalagi masa depan terjamin, lulus langsung kerja di Apotek K-24 "

www.smkpelitabangsa.com

Didukung
sepenuhnya
oleh :



Pengajar, Praktek
dan diterima kerja
di lingkungan Apotek K-24

SMK KESEHATAN PELITA BANGSA YOGYAKARTA



NSS 402040103005
NPSN 69775329

*" Lulus
dijamin kerja
di Apotek
K-24 "*



Program Studi Farmasi
Terakreditasi A

AYO DOLAN NDESO DI BORO KULON PROGO

Gimana caranya menemukan suasana wisata yang benar-benar memberikan pengalaman realita kehidupan di desa dan terasa alami lingkungannya. Apalagi melepaskan penat aktivitas tiap detiknya berada di kota besar yang penuh persaingan. Ditambah lagi tempat wisata yang jauh dari keramaian dan kebisingan ? pertanyaan ini akan terjawab jika sobat sehat bertandang menuju Desa Wisata Dolan Ndeso Boro, Kalibawang, Kulonprogo.

Wisata Dolan Ndeso akan menyuguhkan suasana kehidupan di desa dan menyenangkan sekaligus mengusung tema back to nature. Anda akan diajak menikmati indahnya menjaga lingkungan, budaya, dan kearifan lokal. Desa wisata ini juga memiliki tujuan mulia yaitu melestarikan lingkungan dan budaya. Selain itu indahny kehidupan harmoni antar masyarakat juga akan tersaji disini didukung oleh alamnya yang masih asri.

Selanjutnya berada di desa Boro, anda akan diajak untuk merasakan asyiknya Arum Jeram dengan menyusuri sungai Elo ata usungai Progo menggunakan prahu karet. Olahraga ini sekaligus memberikan adrenali khusus yang sangat menantang. Tidak hanya memakai perahu karet anda juga bisa menyusir sungai dengan Tubing River yaitu arum jeram menggunakan karet ban dalam sebagai pelampungnya, sungguh asyik bukan. Nuansa segar karena basah terkena derasny arus sungai yang membuat diri kita semaki rileks.

Selain bermain di sungai anda juga bisa menikmati bersepeda berjelajah bukit alias sepeda gunung, jika cuti segeralah berkunjung ke Yogyakarta ya.



GEBLEK BIKIN KANGEN



Setelah bermalam di Boro, tak lupa untuk sempatkan mencicipi makanan khas Kabupaten Kulon Progo yaitu Geblek. Geblek merupakan makanan khas dari Kulon Progo yang terbuat dari tepung kanji atau tepung tapioka. Makanan ini memiliki ciri khas dari bentuknya yang bulat membentuk angka delapan dan teksturnya yang kenyal tapi nikmat. Geblek ini sangat terkenal di Kulon Progo dan sekitarnya, sehingga di jadikan salah satu icon kuliner di sana.

Geblek ini juga sering di duetkan dengan tempe "besengek" atau benguk. Geblek ini sangat cocok bila disajikan selagi hangat. Karena bila lebih dari satu jam akan terasa keras dan sangat alot. Namun apabila disajikan selagi hangat, Geblek ini akan terasa kering dibagian luar dan terasa kenyal di bagian dalam. Rasa dari Geblek ini sangat khas, rasanya yang gurih dipadukan dengan tekturnya, memberikan sensasi dan cita rasa yang khas pada makanan satu ini.



ANGGUK DAN PESONANYA

Salah satu budaya khas Kabupaten Kulon Progo adalah tari Angguk, yang merupakan tarian khas. Tari Angguk yang diyakini sebagai ungkapan rasa syukur kepada Tuhan setelah panen padi. Tari ini mempunyai gerakan menari sambil mengangguk - angguk kepala. Jika bicara mengenai penamaan, Angguk dalam Bahasa Jawa memiliki arti menggerakkan kepala ke atas kemudian ke bawah secara berulang. Gerakan tersebut adalah ciri khas tarian Angguk yang mungkin dipakai oleh para penciptanya sebagai nama dari jenis tarian ini. Kemudian dinamakan Tari Angguk. Yang menarik tak hanya gerakan koreografinya melainkan kostum khusus untuk tarian ini. Busana tari angguk terbagi dalam dua jenis yaitu busana untuk penari dan pemain musiknya. Iringan musik biasanya menggunakan kendang, bedug, krenceng, rebana dan jedor. Sedangkan penarinya sering memakai busana berwarna hitam kemerahan. Tari Angguk sering dimainkan oleh kaum wanita muda. Dengan memakai kostum bercelana pendek dan dihiasi bulu-bulu yang menarik. Antara tahun 1970 hingga 1980 Angguk berkembang pesat sampai pada tahun 1991 muncul lah grup angguk Putri Lestari di Dusun Pripih, desa Hargomulyo, Kokap. Angguk putri memang lebih berkembang dibanding Angguk yang ditarikan oleh pria. Keberadaannya lebih terkenal dibanding Tarian Angguk pria.

Nama :
Irma Putri Lukitasari,
S.Farm., Apt,

APA (Apoteker Pengelola
Apotek) di Apotek K-24
Mulyosari.



KETULUSAN APOTEKER KOTA PAHLAWAN

Berbuat baik selalu muncul dalam berbagai kesempatan. Bagi Irma Putri Lukitasari, S.Farm., Apt, kesempatannya untuk berbuat baik tiba ketika ia memilih mengabdikan diri menjadi apoteker di kota kelahirannya, Surabaya. Irma lahir di Kota Pahlawan tersebut pada tanggal 21 Februari 1988. Tak pernah sekalipun Irma terpikir untuk meninggalkan kota yang membesarkannya tersebut. Kecintaannya terhadap kota tersebut membuatnya memutuskan untuk mengabdikan diri sebagai apoteker di Apotek K-24 Mulyosari. Bagi Irma, profesi apoteker adalah profesi yang ia pilih karena sudah menjadi passion-nya. "Dulu awalnya saya diminta orangtua untuk berseko

lah di SMK Farmasi Surabaya. Tapi, semakin lama saya merasa dunia kefarmasian adalah passion. Per nah sih terpikir untuk mencoba hal lain, tapi makin kesini saya makin merasa kalau bekerja menjadi apoteker itu.. gimana ya..menyenangkan,” ungkap dara yang suka membaca novel tersebut. Lulus dari SMK Farmasi Surabaya, Irma tidak langsung meneruskan pendidikan tingkat lanjut. Ia sempat menjadi Asisten Apoteker sembari meneruskan pendidikannya di Jurusan Farmasi Universitas Widya Mandala, Surabaya.

Setelah profesi Apoteker ia raih, Irma mengawali karir apotekernya di Apotek K-24 sebagai sebagai apoteker pendamping di Apotek K-24 Mulyosari di bulan November 2013. Kala itu, Irma yang mendaftar di Apotek K-24 untuk penempatan Surabaya menjalani masa training selama 3 bulan di Apotek K-24 Magelang. Irma yang baru saja merasakan dunia kerja di layanan 24 jam, cukup terkejut dengan shift malam yang juga merupakan tugasnya. Menurutnya, kala itu ia yang belum terbiasa merasa kewalahan mengatur jam tidurnya saat shift malam. “Kaget rasanya. Ketika sebenarnya belum mengantuk, malah harus tidur. Belum nyenyak tidurnya, sudah dibangunkan lagi. Karena awalnya belum terbiasa, jadi sempat kaget. Tapi, lama-kelamaan jadi enteng karena sudah tahu apa yang harus dilakukan agar shift malam lancar,” ungkap Irma.

Berkat usaha dan kerja kerasnya, Irma kini bertanggung jawab sebagai APA (Apoteker Pengelola Apotek) di Apotek K-24 Mulyosari. Selama menjadi APA, Irma berhasil memimpin timnya dengan baik sehingga Apotek K-24 Mulyosari menjadi salah satu apotek yang dipilih pasien untuk layanan delivery obat. “Setiap briefing saya selalu mengingatkan teman-teman untuk memberikan layanan prima. Prinsipnya adalah kita tidak boleh menolak pasien. Apabila obat yang dicari pasien sedang kosong, maka kita harus aktif tawarkan alternatif pengganti yang kandungannya sama dengan obat yang dicari pasien. Jangan sampai pasien pulang dengan tangan kosong,” tegas Irma. Tak hanya itu, Irma juga rajin memberikan KIE (Komunikasi Informasi, dan Edukasi) kepada pasien sehingga pasien benar-benar paham betul bagaimana mengonsumsi obat yang mereka terima. Irma juga tak segan mengatur delivery obat ke rumah pasien karena menurutnya tujuan utama ia bertugas sebagai apoteker adalah membantu dan memudahkan pasien. Wajar bila Apotek K-24 Mulyosari memiliki banyak pasien loyal yang puas dengan pelayanan prima yang diterapkan oleh Irma. Tentunya semua dapat diraih dengan keyakinan Irma untuk selalu berbuat segala sesuatu dengan tulus dan kesungguhan. (gwp)

TONTON FILMNYA



Ep 1 & 2

KETIK : K24KLI

YA DI YOUTUBE !



Butuh Bukti Bukan Janji

Film Dari :

K24 Klik
Apotek ONLINE paling komplit

K / DOKTER 24

KANKER ANAK STADIUM AWAL DAN HARAPAN UNTUK SEMBUH

“Kanker anak pada stadium awal, memiliki harapan besar untuk disembuhkan. Maka, kenali jenis dan gejala kanker pada anak, lakukan deteksi dini, serta langkah preventif, dengan segera dan saksama! “

Pita kuning terpasang, menceritakan tentang anak-anak yang sedang berjuang. Kita mengenal 15 Februari sebagai Hari Kanker Anak Internasional, namun setiap hari, sepanjang tahun, merupakan waktu berharga bagi anak-anak survivor kanker dan keluarga mereka. Sekuat tenaga, para survivor meletakkan harapan terbaik, di atas fakta bahwa kanker, merupakan penyakit tidak menular (PTM) penyebab kematian utama di seluruh dunia, setelah penyakit kardiovaskular. Pasalnya, berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013 dari Badan Litbangkes Kementerian Kesehatan RI, prevalensi penyakit kanker pada penduduk semua umur di Indonesia sebesar 1,4% atau sekitar 347.792 orang. Sementara itu, prevalensi kanker pada anak-anak usia 0-14 tahun sebesar 0,5% atau sekitar 16.291 orang. Dalam data Union for International Cancer

Control (UICC), di seluruh dunia, setiap tahun ada sekitar 176.000 anak didiagnosis kanker dan di Indonesia terdapat sekitar 11.000 kasus. Maka, Hari Kanker Anak Internasional (15 Februari) maupun Hari Kanker Sedunia (4 Februari), merupakan momentum yang lebih dari sekadar peringatan. Sosialisasi yang bertujuan memperkenalkan dan meningkatkan kesadaran publik terhadap penyakit kanker mutlak diperlukan. Karena, deteksi dini serta tindakan preventif hanya dapat dilakukan jika, faktor dan gejala penyakit telah mampu dikenali. Kegiatan motivasi, hiburan, dan pendampingan juga wajib dilaksanakan demi peningkatan kualitas hidup dan semangat para survivor.

Mengenal Karakteristik, Jenis, dan Gejala Kanker pada Anak

Penggunaan terminologi “kanker anak”, umumnya merujuk pada diagnosis kanker di usia 0-18 tahun. Kendati berbahaya, kanker anak pada stadium awal masih dapat disembuhkan melalui pengobatan dan terapi. Hanya saja, ketidaktahuan, keterbatasan pengetahuan dan biaya, serta takut terhadap diagnosis, menjadi sederet alasan yang membuat banyak orang tua datang ke pelayanan kesehatan saat kanker anak sudah berada pada stadium lanjut. Kondisi semacam ini, kerap terjadi di negara berkembang seperti Indonesia. Akibatnya, prognosis pada anak yang terdiagnosis kanker, menjadi lebih kecil dibandingkan negara

maju yang mencapai 80%. Belum lagi, fasilitas diagnostik yang kurang memadai pada layanan kesehatan primer, juga turut memengaruhi efektivitas pengobatan. Yang harus dicermati, faktor risiko penyakit kanker pada anak, memiliki perbedaan dengan orang dewasa. Penerapan pola hidup sehat yang bisa menjadi upaya pencegahan kanker di usia dewasa, tidak berpengaruh pada kanker anak, karena terjadi akibat faktor genetik, karsinogen kimiawi, paparan radiasi, atau infeksi virus.

Meskipun begitu, para orang tua dapat melakukan pengendalian penyakit kanker pada anak, melalui identifikasi dan deteksi dini. Maka, ketahui terlebih dahulu delapan jenis dan gejala kanker pada anak yang sering terjadi di Indonesia, berikut ini:

Leukimia

Leukimia atau kanker darah, menyerang sumsum tulang belakang, hingga mengakibatkan produksi sel darah putih yang abnormal dan berlebihan. Dalam kondisi tersebut, akan terjadi penumpukan, dan membuat sel-sel darah yang normal terus berkurang. Berdasarkan data dari RSK Dharmais dan OMNI Hospital, leukimia merupakan jenis kanker yang paling banyak terjadi pada anak-anak. Gejala leukimia stadium awal sulit dideteksi karena mirip dengan penyakit lain, seperti muntah-muntah, penurunan berat badan, pucat, dan demam. Namun, Anda harus waspada jika anak sering mengalami pendarahan pada kulit (memar), gusi, dan hidung (mimisan). Jika sel kanker telah menyebar, dapat muncul gejala lain seperti kejang, nyeri sendi dan tulang, perut membesar, dan testis membesar. Pengobatan bisa melalui kemoterapi atau transplantasi sel punca (stem cell).

Limfoma, Jenis Kanker Anak karena Faktor Genetik

Jenis kanker ini menyerang sistem limfatik yang merupakan penghubung kelenjar getah bening di tubuh manusia. Limfoma pada anak bisa disebabkan oleh faktor genetik, virus EBV, atau imunitas tubuh yang lemah. Gejala yang nampak berupa pembengkakan atau pembesaran kelenjar, biasanya pada leher, selangkangan, ketiak, bahkan usus. Jika limfoma telah mengakibatkan sumbatan pada usus, akan terjadi gejala sakit perut, muntah, demam, dan tidak bisa BAB.

Rhabdomyosarcoma (RMS)

RMS biasanya menyerang anak-anak di bawah 10 tahun. Sel kanker RMS tumbuh pada jaringan otot atau jaringan ikat, biasanya di kepala, leher, kandung kemih, prostat, dan vagina. Faktor risiko RMS antara lain pengaruh eksternal (lingkungan) dan genetik. Gejala yang nampak akan bervariasi tergantung bagian tubuh yang terserang kanker, antara lain:

Kejala dan mata: sakit kepala, kelopak mata turun, gerakan mata tidak normal, atau bola mata menonjol. Telinga: rasa nyeri, bahkan keluar darah dari telinga. Hidung dan tenggorokan: saluran napas tersumbat, sulit menelan, radang sinus, atau mimisan. Saluran kemih: gangguan BAK atau air seni mengandung darah. Otot anggota gerak: timbul pembengkakan atau benjolan.

Kanker Otak

Kanker otak merupakan stadium lanjutan (3 dan 4) dari tumor otak yang bersifat ganas dan menyebar hingga syaraf tulang belakang. Tumor ini bisa berupa sel-sel otak yang tumbuh secara tidak wajar, atau bisa juga berasal dari tumor pada bagian tubuh lain yang menyebar hingga ke otak. Jenis kanker ini bisa berakibat buruk terhadap penglihatan, kemampuan motorik, bicara, serta pola pikir selama dan setelah proses pengobatan kanker pada anak. Gejala yang timbul bersifat subyektif, tergantung ukuran dan bagian otak yang terserang. Pada umumnya, akan mengganggu fungsi otak, sakit kepala, hingga kejang-kejang. Selain itu, anak pengidap kanker otak biasanya mudah mengantuk, merasa lelah yang berlebihan, gangguan penglihatan, bicara, mau pun berjalan, serta muntah-muntah.

maju yang mencapai 80%. Belum lagi, fasilitas diagnostik yang kurang memadai pada layanan kesehatan primer, juga turut memengaruhi efektivitas pengobatan. Yang harus dicermati, faktor risiko penyakit kanker pada anak, memiliki perbedaan dengan orang dewasa. Penerapan pola hidup sehat yang bisa menjadi upaya pencegahan kanker di usia dewasa, tidak berpengaruh pada kanker anak, karena terjadi akibat faktor genetik, karsinogen kimiawi, paparan radiasi, atau infeksi virus.

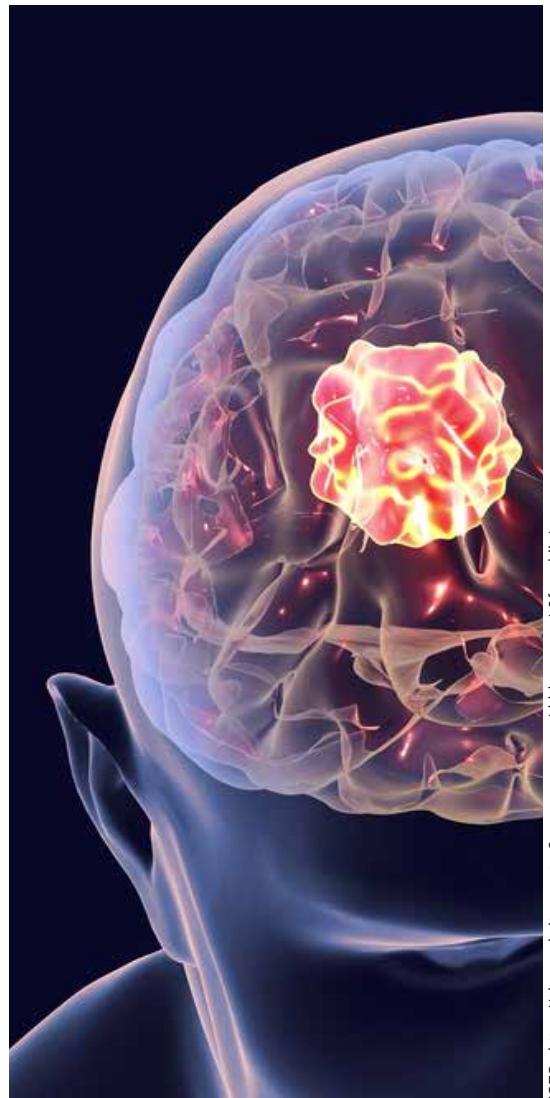


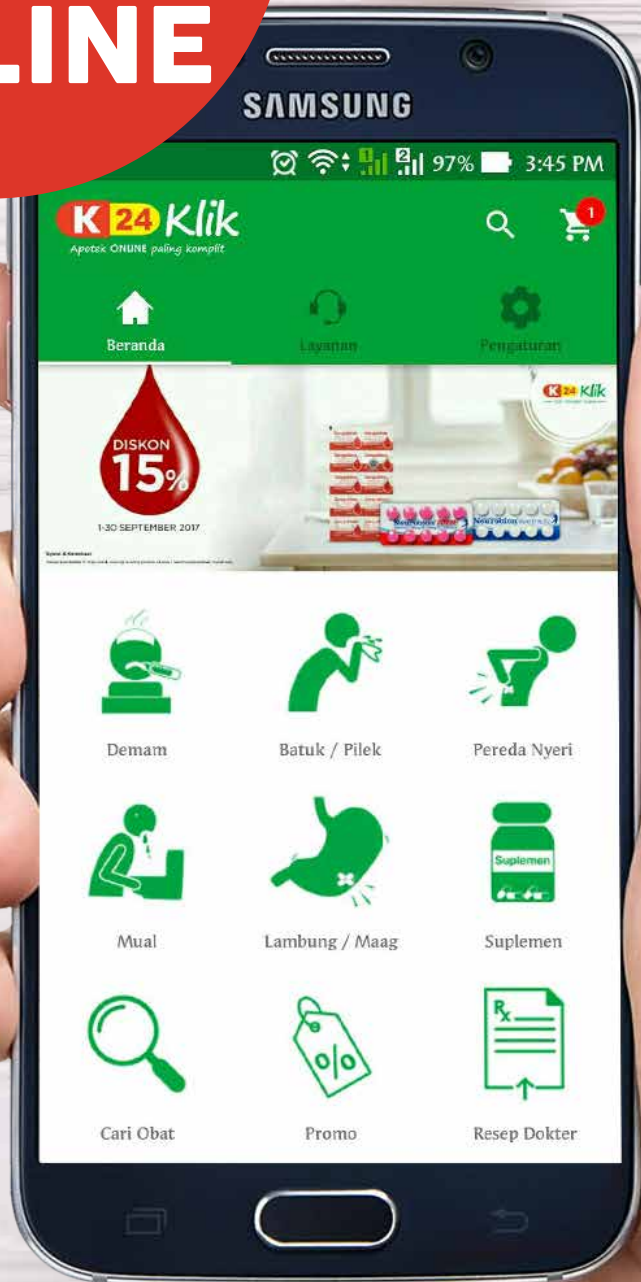
FOTO : https://abm-website-assets.s3.amazonaws.com/dddmag.com/s3fs-public/embedded_image/2017/08/ddd1708_brain_cancer.jpg

CARA DETEKSI DINI KANKER ANAK

Setelah mencermati delapan jenis kanker dan gejala penyakit tersebut, kini Anda telah mengenal dan bisa mengantisipasi gejala kanker pada anak. Namun, pemeriksaan kesehatan rutin tetap diperlukan, sebagai upaya pengendalian terbaik. Berikut ini acuan umum, untuk melakukan deteksi dini kanker pada anak secara mandiri :

- **Mata.** Waspada jika anak mengalami gangguan penglihatan, tampilan mata seperti mata kucing, juling, atau memerah. Anda bisa saja meneteskan obat mata, namun jika tak kunjung sembuh, datangilah fasilitas kesehatan terdekat untuk penelusuran kanker pada anak lebih lanjut.
- **Leher.** Periksa apakah ada benjolan atau pembengkakan. yang seketika muncul, baik nyeri mau pun tidak. Cermati pula kondisi rongga mulut anak untuk mendeteksi terjadinya infeksi. Lakukan konfirmasi di pusat pelayanan kesehatan terdekat untuk mendapatkan diagnosis kanker pada anak yang lebih tepat.
- **Paru-paru.** Tidak ada kasus kanker paru-paru pada anak Namun, jika anak sesak napas dan ditemukan kanker pada paru-parunya, bisa jadi sel-sel kanker tersebut merupakan hasil penyebaran dari jenis kanker lainnya, atau kanker tulang
- **Perut.** Periksa apakah ada benjolan atau perut anak membuncit secara tidak wajar. Jika ada, datangi fasilitas kesehatan untuk pemeriksaan lebih lanjut. Jangan terlalu sering menekan perut anak yang menunjukkan gejala-gejala pembengkakan, karena dapat mempermudah penyebaran kanker.
- **Alat kelamin** (pada anak laki-laki). Anda bisa mengantisipasi kanker pada anak melalui perubahan testis, misalnya benjolan atau pembengkakan. Namun, kanker pada testis, hanya merupakan sebaran dari kanker jenis lain, seperti leukimia. Oleh karena itu, Anda perlu mendatangi pusat layanan kesehatan terdekat, untuk mendapatkan pemeriksaan mendetail dan diagnosis yang lebih meyakinkan.
- **Tangan dan kaki.** Datangi pusat pelayanan kesehatan jika Anda menemukan benjolan atau pembengkakan, terutama jika disertai sakit dan nyeri.
- **Otak.** Kanker otak pada anak memang tak nampak. Namun, Anda bisa melihat dampak dari kanker tersebut. Jika anak mengalami muntah, lumpuh, gangguan keseimbangan, serta tentu saja pusing dan sakit kepala, segeralah menuju puskesmas, klinik, atau rumah sakit.

BELI OBAT BISA ONLINE



Anti Nyeri Untuk Kanker

“Obat penahan sakit dan nyeri untuk kanker yang bagus apa ya?”

Rasa nyeri atau sakit yang timbul pada kanker, bisa disebabkan karena penyakit itu sendiri maupun karena prosedur yang digunakan dalam mendiagnosis atau mengobati kanker (misal tindakan biopsi atau pengambilan sampel jaringan untuk mendiagnosis jenis kanker, dan tindakan pembedahan untuk mengambil jaringan kanker). Tingkat nyeri yang dirasakan pada masing-masing orang bisa berbeda-beda. Oleh karena itu, obat yang diberikan kepada masing-masing pasien tidak selalu sama. Ada sebagian pasien yang cukup diberikan analgetik (pereda nyeri) biasa, namun sebagian yang lain memerlukan analgetik golongan opiat yang lebih spesifik kerjanya. Selain itu, masing-masing pasien juga membutuhkan dosis yang berbeda-beda berdasarkan tingkat nyeri yang dirasakan. Saran kami, konsultasikan kepada dokter mengenai rasa tidak nyaman atau nyeri yang anda rasakan. Agar dokter dapat melakukan pemeriksaan lebih lanjut dan memberikan terapi pengobatan yang tepat atas keluhan yang anda alami. Terima kasih, semoga bermanfaat.

Produk terkait :

Ketesse 25 mg , Flamar 50mg , Mefinal



Mengatasi Lipoma

Biasanya lipoma ini berlokasi di kepala, leher, bahu, badan, punggung, atau lengan. Jenis yang lain adalah lipoma yang letaknya lebih ke dalam kulit seperti dalam otot, saraf, sendi, ataupun tendon. Penyebab lipoma sendiri tidak selalu disebabkan oleh faktor keturunan. Namun, lebih kepada sindrom hereditary multiple lipomatosis, yakni seseorang bisa punya lipoma lebih dari satu di bagian-bagian tubuhnya. Pada dasarnya, tidak perlu dilakukan tindakan apapun terhadap lipoma, kecuali jika lipoma tersebut berkembang menjadi nyeri / ganas dan mengganggu pergerakan tubuh. Sejauh ini, penanganan lipoma secara optimal hanya dengan jalan operasi. Operasi yang dijalani merupakan operasi kecil, yaitu dengan cara menyayat kulit di atasnya dan mengeluarkan lipoma yang ada. Dewasa ini, tengah dikembangkan terapi Ultrasonografi sebagai terapi lipoma. Sedangkan, untuk pengobatan lipoma secara oral tanpa operasi, hingga saat ini belum ada penelitian atau referensi. Untuk menentukan tindakan penanganan yang tepat, saran kami, sebaiknya anda berkonsultasi terlebih dahulu dengan dokter spesialis bedah. Agar dapat dilakukan pemeriksaan lebih lanjut oleh dokter yang berkompeten. Demikian yang dapat kami sampaikan, semoga bermanfaat.

“Selamat malam apotek K24, saya mau tanya apakah sudah ada obat untuk menghilangkan atau mengecilkan benjolan lipoma? Dan berbahaya atau tidak jika tidak langsung diangkat atau dioperasi ?”

Terima kasih atas pertanyaan yang anda ajukan kepada Halo Apoteker. Sebagai informasi, rubrik ini diasuh oleh Apoteker Apotek K-24. Jawaban yang disampaikan hanya bersifat informatif dan tidak dapat menggantikan diagnosa dokter. Lipoma adalah suatu tumor (benjolan) jinak yang berada di bawah kulit yang terdiri dari lemak. Karena lipoma merupakan lemak, maka dapat muncul di bagian tubuh manapun. Jenis lipoma yang paling sering adalah yang berada lebih ke permukaan kulit (superficial).

Infeksi HPV Tipe Kondiloma

“Saya ingin tanya untuk mengobati selain operasi bedah untuk menghilangkan Kutil Kelamin di sekitar rambut Penis, bagaimana ya? Salep apa yang harus saya pakai yang dapat saya beli di APOTEK untuk menghentikan perkembangan virus HPV tipe Kondiloma tersebut?Terimakasih (Al Fatih, Wonosobo)”

Terima kasih atas pertanyaan yang Anda ajukan kepada Halo Apoteker. Sebagai informasi, rubrik ini diasuh oleh Apoteker Apotek K-24. Jawaban yang disampaikan hanya bersifat informatif dan tidak dapat menggantikan diagnosa dokter. HPV atau Human Papilloma Virus merupakan jenis virus yang dapat menyerang manusia, terutama menginfeksi kulit dan jaringan mukosa seperti genital / alat kelamin, mulut, dan tenggorokan. Virus ini dapat ditularkan melalui kontak langsung dengan kulit penderita HPV, hubungan seksual (untuk HPV genital), atau melalui proses persalinan (dari ibu yang menderita HPV kepada janin). Terdapat lebih dari 100 jenis HPV yang dapat menyerang manusia. Diantaranya adalah HPV -16 dan HPV-18 yang memiliki resiko tinggi dan diketahui sebagai penyebab cancer serviks, kanker faring / tenggorokan, dan kanker mulut. Sedangkan untuk HPV-1, HPV-6, HPV-11 dan beberapa HPV lain memiliki resiko rendah dan diketahui menyebabkan timbulnya tumor jinak / kutil di kulit dan kelamin. Hingga saat ini, belum ada pengobatan langsung untuk infeksi HPV. Pengobatan baru dilakukan untuk efek-efek yang ditimbulkannya. Oleh karena itu, perlu dilakukan pemeriksaan lebih lanjut oleh dokter spesialis kulit dan kelamin untuk mendapatkan pengobatan / terapi yang tepat untuk penderita. Demikian informasi yang dapat kami sampaikan. Semoga bermanfaat. Terima kasih.

Lindungi keluarga Anda dengan **Vaksinasi**

Untuk Vaksin Hepatitis B, Difteri

- Minimal transaksi Lab/ Non Lab Rp 300.000,- (tidak termasuk biaya vaksin, payable/harga setelah diskon)

**Hemat
40%**

Untuk Vaksin Kanker Serviks

- Minimal transaksi Lab/ Non Lab Rp 300.000,- (tidak termasuk biaya vaksin, payable/harga setelah diskon)

**Hemat
30%**

All Vaksin

- Tanpa minimal transaksi pemeriksaan Lab/ Non Lab

**Hemat
10%**

**Promo ini berlaku selama
Bulan Februari 2018**

Syarat & Ketentuan :

- *Tidak berlaku untuk layanan Home Service
- *Tidak dapat digabungkan dengan promo lain



FOTO : <https://akcdn.detik.net.id/community/media/visual/2017/09/07/b650adef-b534-49a0-872f-d83b3c16d45e.jpg?w=700&q=90>



FITUR LIST BARU DI FB

Facebook baru saja merilis fitur baru yang dinamai List (daftar). Sesuai dengan namanya, fitur ini memungkinkan pengguna untuk berbagi status tentang daftar resolusi tahun baru yang ingin dilakukan hingga tempat traveling yang ingin dikunjungi dan masih banyak lagi. Pengguna iPhone 7 jadi tak perlu repot-repot lagi membawa dua dongle ke dalam tas perjalanan mereka setiap waktu.

FOTO : https://akcdn.detik.net.id/community/media/visual/2018/01/25/233774dc-5011-4c0d-ba3c-d020ce7c8011_169.jpeg?w=700&q=90



NOKIA LUNCURKAN TEKNOLOGI 5G IRIT ENERGI

Nokia meluncurkan teknologi jaringan Future X 5G yang dilaborasi dengan chip Reefshark agar mampu mengurangi beban biaya operasional dan membuat kinerja jaringan lebih optimal. Jaringan Future X 5G ini katanya ikut dibekali fitur machine learning yang memungkinkan jaringan untuk mengikuti perangkat mobile, memperluas jangkauan seluler, serta menyediakan kapasitas besar di mana pun dibutuhkan.

One home for your photos



FOTO : https://lh3.googleusercontent.com/A380qB7A_qPI4D1NUSu-jNAHuF1r6Bft6UJkGG31LYtEZGTIBJQCIQk38cMvDNJi1wY=h900

GOOGLE PHOTOS, BUAT KADO VALENTINE MAKIN MENARIK

Google baru saja merilis fitur baru di layanan Google Photos, yakni themed movies. Fitur ini menyusun foto-foto menjadi video dengan beragam tema. Salah satu tema yang dimiliki adalah tema Valentine's Day. Namun berdasarkan pengalaman Kompas Tekno, fitur tema Valentine's Day belum tersedia pada perangkat Android bagi pengguna di Indonesia. Meski begitu, tema ini tetap bisa dipilih dari browser web.

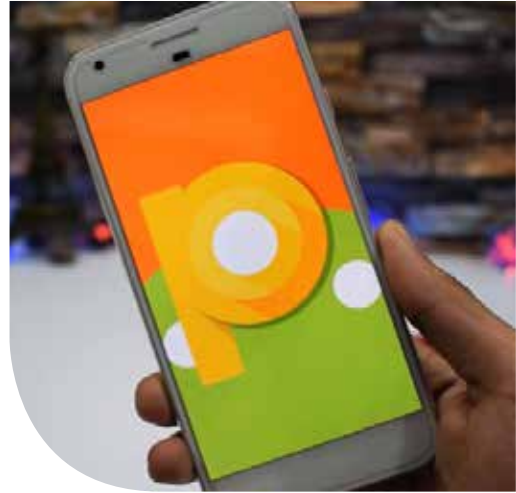


DRIVER UBER HARUS REHAT 6 JAM JIKA TELAH BERKENDARA 12 JAM

Penyedia jasa transportasi Uber di AS memberlakukan peraturan baru untuk para pengemudinya. Peraturan itu memaksa pengemudi untuk istirahat enam jam, setelah mengemudi dalam waktu 12 jam. Waktu mengemudi akan dihitung Uber berdasarkan waktu aktif pengemudi saat berkendara. Setelah sampai batas waktu yang ditentukan, pengemudi akan menerima sebuah notifikasi yang memintanya untuk beristirahat. Selama periode 'istirahat', pengemudi tidak akan bisa mengambil order penumpang.

GARA-GARA BANYAK KOMPLAIN, PRESIDEN JOKOWI BUAT AKUN INSTAGRAM RESMI!

Presiden Indonesia saat ini, Ir. H. Joko Widodo juga nggak ketinggalan membuat akun media sosial yang saat ini sedang digandrungi anak muda, yaitu Instagram. Gara-gara Banyak Komplain, Presiden Jokowi Bikin Akun Instagram Resmi! Media sosial memang cukup besar pengaruhnya, apalagi jika digunakan oleh orang yang penting, seperti kepala negara. Kamu tentu masih ingat kan waktu Presiden SBY bikin akun Twitter dan langsung heboh? Jadi, ternyata nggak cuma orang biasa aja yang butuh media sosial. Orang penting juga. Kayak Pak Jokowi, misalnya.



ANDROID P YANG UNIK DENGAN KACANG ARAB ?

Kebiasaan Google itu memunculkan keasyikan tersendiri bagi pengguna, mereka menebak makanan manis apa lagi yang bakal dipakai Google, termasuk untuk Android berikutnya, yakni Android P. Sebelumnya, banyak yang bertaruh bahwa Google bakal mengadopsi "Pancake" sebagai nama Android P. Namun laporan terbaru menyebutkan tim internal Google memilih nama Pistachio Ice Cream (es krim kacang pistachio).

BUMIL HINDARI PAKAI BAJU KETAT !

Menyiapkan pakaian khusus untuk istri sedang hamil harus dilakukan dan berpengaruh pada kesehatan janin itu sendiri. Apalagi jika pakaian tersebut cenderung ketat dan terlalu ketat, ini akan membahayakan kesehatan si ibu hamil. Banyak mitos yang menceritakan tentang dampak buruknya ibu hamil memakai pakaian ketat, salah satunya membuat bayi susah bergerak dan bisa mengalami keguguran, apa benar sih? Sebenarnya pakaian ketat tak menyebabkan keguguran pada ibu hamil, dan hingga sampai sekarangpun belum ada kasus keguguran diakibatkan pakaian yang sempit. Tetapi ibu hamil perlu waspada juga, dengan efek yang memang tak baik bagi ibu hamil saat memakai pakaian ketat.

Berikut dampak menggunakan pakaian ketat saat hamil:

1. Menyebabkan maag

Sistem pencernaan saat hamil, sistem pencernaan makanan dari ibu akan sedikit melambat. Saat menggunakan pakaian ketat, makanan akan menumpuk di lambung karena susah dicerna. Dampaknya, asam lambung akan naik ke kerongkongan dan menyebabkan maag.

2. Aliran darah terhambat

Saat hamil, volume darah yang dipompa ke seluruh tubuh akan meningkat dengan tajam. Darah yang mengalirkan oksigen juga harus menyuplai kebutuhan bayi sehingga setiap hari terjadi peningkatan aliran darah sebanyak 50%.

3. Nyeri dada, punggung, dan kaki

Aliran darah yang tidak lancar akibat pakaian ketat juga menyebabkan pembengkakan pada beberapa bagian tubuh. Dampaknya, ibu hamil akan kerap mengalami nyeri pada dada sehingga susah bernapas, punggung, dan kaki.

4. Infeksi ragi vagina

Saat hamil, ibu hamil akan memproduksi cairan vagina dengan jumlah lebih banyak. Kalau pakaian yang digunakan sangat ketat seperti celana jeans, sirkulasi udara di dalam celana tidak berjalan lancar. Dampaknya, bakteri dan ragi yang ada di sekitar vagina akan berkembang dengan pesat dan menyebabkan infeksi.



Dokter24

**Bersama :
dr. GM Silvia M., Msc.**

SUBSCRIBE NOW



#SAVE ASMAT KEMENKES BEKERJA KOLABORATIF

“Kami kerja sama dengan TNI, polisi, Kementerian Sosial secara terpadu. Kami membuat program dengan durasi setiap sepuluh hari” - Menkes RI-

Menteri Kesehatan RI Prof. dr. Nila Moeloek, Sp.M(K) memastikan penanganan kasus campak dan gizi buruk berjalan sesuai kebutuhan dan bersifat kolaboratif bersama kementerian serta lembaga terkait lainnya. “Kami kerja sama dengan TNI, polisi, Kementerian Sosial secara terpadu. Kami membuat program dengan durasi setiap sepuluh hari. Sepuluh hari pertama ini sudah (selesai dilakukan), dilakukan beberapa kegiatan sampai tiga kali, sampai satu bulan,” ujar Menkes dalam Forum Merdeka Barat 9 di Aula Serba Guna Kominfo, Senin (29/1). Menkes sendiri telah meninjau langsung kondisi pasien anak-anak di Kabupaten Asmat, Kamis (25/1) lalu. Ia berkunjung ke



RSUD Agats dalam rangka penguatan manajemen rumah sakit didampingi beberapa pejabat eselon I Kemenkes RI, antara lain Dirjen Pelayanan Kesehatan, dr. Bambang Wibowo, Sp.OG(K), MARS; Kepala Badan Pengembangan dan Pemberdayaan SDM Kesehatan, dr. Usman Sumantri, M.Sc; Dirjen Pencegahan dan Penanggulangan Penyakit, dr. H.M. Subuh, MPPM; Dirjen Kefarmasian dan Alat Kesehatan, Dra. Maura Linda Sitanggang, Ph.D;



Menkes menyampaikan pesan lain berkaitan dengan sistem kewaspadaan dini dan respon yang harus diambil oleh tim di daerah. Menkes juga menyampaikan berbagai sarana yang disiapkan oleh Pusat sebagai bentuk kolaborasi penanganan permasalahan kesehatan. Sejak bulan September 2017 hingga 28 Januari 2018 kemarin, tim kesehatan terpadu telah memeriksa 12.841 anak di 23 distrik di Kabupaten Asmat. Seluruhnya mendapat pelayanan kesehatan optimal.

Pemeriksaan kesehatan tersebut menemukan 646 anak terkena Campak, 218 anak berstatus gizi buruk, dan 11 anak mengalami campak dan gizi buruk. Selain itu, ditemukan 25 anak yang dirawat karena diduga memiliki gejala (suspek) Campak. Evakuasi pasien dari distrik dilakukan oleh tim kesehatan terpadu agar untuk perawatan intensif di RSUD Agats maupun di Aula GPI Agats. Data di Posko Induk Penanggulangan KLB Asmat di Agats secara rinci mencatat 37 anak meninggal akibat campak di distrik



Pulau Tiga; 8 kematian akibat campak di distrik Aswi; 4 kematian akibat campak di distrik Akat; 15 anak meninggal (1 gizi buruk dan 14 campak) di Distrik Fayit; dan 7 kematian (4 gizi buruk dan 3 campak) dilaporkan oleh RSUD Agats. Masalah gizi buruk dan campak yang merebak sejak September hingga 28 Januari 2018 mengakibatkan 71 korban meninggal (66 kematian akibat campak dan 5 kematian akibat gizi buruk).

Pada 16 Januari 2018, Kemenkes telah mengirimkan tim Flying Health Care (FHC) gelombang pertama sebanyak 39 tenaga kesehatan, yang terdiri dari 11 orang dokter spesialis, 4 orang dokter umum, 3 perawat, 2 penata anestesi dan 19 tenaga kesehatan yang terdiri

dari ahli gizi, kesehatan lingkungan dan surveilans. Berlanjut pada 26 Januari lalu, Kemenkes sudah menerjunkan FHC gelombang kedua, yakni 36 tenaga kesehatan yang akan bertugas hingga awal Februari mendatang, terdiri dari 11 dokter spesialis, 4 dokter umum, dan 21 tenaga kesehatan lainnya.

Secara keseluruhan akan dipersiapkan sebanyak sembilan gelombang FHC yang akan berlangsung lebih kurang tiga bulan. Timnya berganti secara berkala untuk menjaga stamina tenaga kesehatan. Hingga saat ini sudah 1,2 ton obat didistribusikan untuk pengendalian KLB gizi buruk dan campak di Kabupaten Asmat. Kemenkes RI sendiri telah mengirimkan 142,2 kg obat pada Selasa (16/1). Pengiriman dilakukan bersamaan dengan keberangkatan FHC



gelombang pertama untuk memenuhi pelayanan dan kebutuhan obat bagi penderita gizi buruk dan campak. Obat dikirim melalui Bandara Soekarno Hatta, Tangerang, menuju Agats, Kabupaten Asmat, kemudian didistribusikan ke Distrik Sawa Erma, Kolof Brasa, dan Pulau Tiga pada Kamis (18/1) menggunakan speed boat. Obat-obat tersebut di antaranya berupa amoksisilin, salep anti bakteri, parasetamol, infusion, vitamin, dan obat-obat lainnya yang dikemas dalam bentuk tablet, kapsul, botol, dan boks. Berita ini disiarkan oleh Biro Komunikasi dan Pelayanan Masyarakat, Kementerian Kesehatan RI. Untuk informasi lebih lanjut dapat menghubungi Halo Kemkes melalui nomor hotline 1500-567, SMS 081281562620, faksimili (021) 5223002, 52921669, dan alamat email kontak[at]kemkes[dot]go[dot]id.



**KEMENTERIAN
KESEHATAN
REPUBLIK
INDONESIA**

**Halo Kemkes
nomor hotline
1500-567,
SMS 081281562620,
Faksimili
(021) 5223002, 52921669,**

THE BRUNO AND GRAMMY 2018

Perhelatan penghargaan musik paling bergengsi di dunia telah digelar pada Minggu 28 Januari 2018 di Madison Square Garden, New York, USA. Grammy tahun ini menjadi kejutan paling hebat bagi sosok musisi RnB Bruno Mars. Pasalnya dirinya menyabet lima penghargaan dari dua puluh tujuh nominasi yang dibacakan malam itu. Grammy Award ke-60 juga menyajikan berbagai kejutan dengan munculnya musisi baru yang menyabet penghargaan di ajang ini. Bruno yang dulu kita kenal dengan "Just The Way You Are" ini berhasil mengukuhkan sebagai pemilik album terbaik 2018 pada albumnya yang bertajuk "24K Magic". Single sekaligus dipakai dalam penamaan album ini telah ditonton lebih dari 900 juta pasang mata di Youtube. Berikut 5 penghargaan yang didapat oleh Bruno Mars pada Grammy Awards ke-60 tahun 2018 :

- **RECORD OF THE YEAR** 24K Magic
- **ALBUM OF THE YEAR** 24K Magic
- **SONG OF THE YEAR** That's What I Like
- **BEST R&B PERFORMANCE** That's What I Like
- **BEST R&B SONG** That's What I Like
- **BEST R&B ALBUM** 24K Magic (add)





Ed/AWESOME

Kemunculannya begitu memukau dan menarik perhatian dunia. Single bertajuk "Shape Of You" terus mencuat pada ajang Grammy dari tahun ke-tahun. Kali ini Grammy Awards 2018, Ed Sheeran menyabet Best Pop Solo Performance lewat single lagu "Shape Of You". Sudah sepatutnya single ini akan menang pada Grammy tahun ini, pasalnya telah ditonton lebih dari 3 Milyar manusia di Youtube. Jumlah yang sangat luar biasa. Banyak pengamat musik dunia yang tidak heran dengan kemunculan Ed Sheeran dengan karya-karyanya. Publik dunia juga sangat suka dengan pembawaannya yang sederhana dan tidak terlalu banyak kontroversi. Sempel dan menawan saat di panggung. Pada Grammy tahun ini, Ed berhasil mengalahkan Kelly Clarkson, Kesha, Lady Gaga, dan Pink.

Ed Sheeran yang lahir pada 17 Februari tahun 1991 di Inggris ini memulai debutnya pada 2012 dan berhasil bertahan di ranking 5 pada chart Billboard 200. Karya Ed juga masuk nominasi Song Of The Year for "The A Team" pada Grammy 2012. Karirnya terus menanjak dan memenangkan Grammy ke-58 tahun 2015 dengan lagu "Thinking Out Loud" dalam nominasi Song Of The Year and Best Pop Solo Performance. Kali ini 2018 Ed kembali hadir dengan memenangi pada nominasi Best Pop Solo Performance. (add)



Hingga kini, kanker paru-paru masih menjadi momok bagi masyarakat Indonesia. Tingginya angka perokok di negara ini menjadikan kanker paru-paru sebagai jenis kanker yang paling sering menyerang laki-laki Indonesia (sumber: data WHO). Meskipun demikian, deteksi kanker paru-paru bagi seluruh rakyat Indonesia masih terbilang sulit untuk dilakukan karena kondisi geografis negara Indonesia yang terbagi menjadi berbagai pulau. Terbatasnya akses kesehatan dan transportasi adalah beberapa faktor yang menghambat pendeteksian kanker paru-paru, terutama bagi penduduk yang tinggal di area terpencil. Nampaknya, kini kekhawatiran tersebut tidak terlalu menjadi persoalan semenjak ditemukannya inovasi deteksi

kanker terbaru oleh Doktor Biomedik dari Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia (FKUI), Dr. dr. Achmad Hudoyo, Sp.P(K). dari Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia (FKUI), Dr. dr. Achmad Hudoyo, Sp.P(K). Terinspirasi dari kemampuan anjing pelacak yang dapat mendeteksi kanker paru-paru, beliau meyakini bahwa embusan napas manusia memang dapat digunakan untuk mendeteksi kanker paru-paru. "Anjing pelacak yang dilatih bisa membedakan napas pasien yang menderita kanker paru dan yang tidak, dengan tingkat keakuratan 93%. Hal itu menandakan terdapat zat tertentu yang hanya ada di napas penderita kanker paru-paru," tandasnya.



DOKTOR UI TEMUKAN CARA unik DETEKSI kanker

Cara kerja penemuan tersebut cukup sederhana. Pasien yang diduga menderita kanker paru-paru diminta untuk meniup balon karet secukupnya. Kemudian, balon karet yang sudah berisi hembusan napas tersebut kemudian didinginkan dengan disimpan di lemari es atau direndam dalam air es. Selanjutnya, hembusan napas dalam balon karet tersebut disemprotkan ke kertas khusus yang dapat menyaring dan menyimpan materi genetik DNA. Kertas tersebut kemudian dapat dikirim ke laboratorium biomolekular untuk melihat ada tidaknya proses metilasi. Gen tersebutlah yang akan

dimanfaatkan untuk mendeteksi potensi terjadinya kanker paru. Dengan tingkat keakuratan 70%, cara tersebut cukup membantu untuk mendeteksi pasien kanker di area yang tidak memiliki akses kesehatan yang memadai. Dr. dr. Achmad Hudoyo, Sp.P(K) sendiri meyakini bahwa inovasi sampel napas-hembusan ini dapat dilakukan di mana saja, termasuk di daerah-daerah terpencil. Dokter-dokter yang bertugas di daerah dapat mengumpulkan sampel dengan metode ini, dan kemudian mengirimkan hasilnya ke laboratorium biomolekular melalui pos. Kanker paru-paru yang sebelumnya sulit dideteksi karena minimnya gejala pun sekarang bisa dideteksi dengan cara ini. Diharapkan ke depannya cara ini bisa benar-benar diaplikasikan sehingga angka penderita kanker paru-paru di Indonesia semakin menurun karena dapat dideteksi lebih awal.

PENGOBATAN SISTEMIK PADA JERAWAT

Jerawat adalah masalah kulit yang sangat mengganggu, baik mereka yang masih remaja, maupun sudah dewasa. Meskipun demikian, tidak banyak yang tahu bahwa faktor resiko yang memicu timbulnya jerawat ini berbeda-beda di setiap orang, sehingga penanganannya pun menjadi berbeda pula. Jerawat pada umumnya dapat dipicu oleh kondisi hormonal, penggunaan kosmetik tertentu, kebersihan kulit wajah, stress psikologis, dll. Pada umumnya untuk menangani jerawat Anda mungkin akan diberi obat jerawat dalam bentuk sediaan topikal atau oles. Obat jerawat jenis ini memang lebih praktis, menyembuhkan di area yang terserang jerawat saja, dan

mudah digunakan. Hanya saja pada kasus tertentu obat jerawat oles terkadang kurang efektif menangani keluhan jerawat, dan progres kesembuhan pun sangat lambat. Belum lagi pada kasus tertentu seperti jerawat pada punggung dan dada, sediaan topikal menjadi kurang efektif dan praktis untuk digunakan. Sebagai solusinya, obat jerawat sediaan oral untuk pengobatan sistemik dapat menjadi alternatif pengobatan jerawat yang lebih tepat. Sediaan oral (obat minum) bersifat sistemik, sehingga obat ini dapat memberi efek pada seluruh kulit permukaan tubuh. Biasanya pengobatan oral

diberikan bersamaan dengan pengobatan topikal. Sediaan oral sendiri terdapat beberapa macam jenis dan fungsi. Di antaranya berupa anti bakteri (antibiotik), hormonal, dan kontrol sebum. Berikut ini adalah beberapa jenis obat jerawat yang diminum.

Anti Bakteri (Antibiotik)

Antibiotik oral digunakan untuk melawan infeksi bakteri *Propionibacterium acnes* pada jerawat, sehingga pengobatan ini akan efektif menyembuhkan jerawat yang meradang dan disertai dengan pustul (benjolan). Biasanya penggunaan antibiotik akan lebih maksimal ketika dikombinasi dengan agen komedolitik topikal.

Pengobatan Hormonal

Pengobatan hormonal biasanya menggunakan agen antiandrogen. Beberapa kondisi seperti pubertas, menstruasi, menjelang menopause, penggunaan obat-obat tertentu, dan stress psikologis dapat berdampak terganggunya keseimbangan hormonal. Hal ini mengakibatkan kadar hormon androgen dalam tubuh menjadi lebih tinggi, sehingga merangsang kulit untuk memproduksi lebih banyak sebum. Sehingga risiko munculnya jerawat menjadi lebih tinggi. Dengan pengobatan oral hormonal, diharapkan keseimbangan hormon dalam tubuh dapat dikembalikan ke semula. Sehingga jerawat dapat disembuhkan.

Kontrol Sebum

Kontrol sebum adalah pengobatan yang digunakan untuk mengatasi proses terbentuknya jerawat itu sendiri. Pada dasarnya jerawat terbentuk karena adanya sumbatan pada

folikel, meningkatnya produksi sebum, proliferasi bakteri *P.acnes* dalam sebum, dan inflamasi atau peradangan. Dengan memberikan pengobatan kontrol sebum diharapkan proses terbentuknya jerawat bisa dicegah dan ditangani, sehingga tidak terjadi inflamasi.

Penggunaan obat oral pada penanganan jerawat harus di bawah pengawasan dokter. Untuk memberikan pengobatan oral ini dibutuhkan diagnosis yang tepat. Sehingga dapat diberikan pilihan pengobatan yang tepat, dengan jenis dan dosis sesuai kebutuhan, dan tetap mempertimbangkan adanya kemungkinan efek samping maupun kontra indikasi dari pengobatan oral tersebut. Untuk mendapatkan pengobatan oral yang tepat dan aman, jangan ragu untuk konsultasi dengan dokter di Ergia Klinik Skin Care & Research. Dan akan lebih maksimal dilakukan facial rutin untuk menangani jerawat, Ergia Klinik Skin Care & Research memiliki beberapa produk treatment untuk masalah jerawat.



**Jl. Affandi No.29, Condongcatur,
Kec. Depok, Kabupaten Sleman,
Daerah Istimewa Yogyakarta
55281**

www.ergiaklinik.com

[Instagram: ergiaklinik](https://www.instagram.com/ergiaklinik)



“your beauty solution”



Berkualitas



Teruji



Aman



Buka Setiap Hari 08.00-20.00 WIB



Ergia Klinik skin care and research

Merupakan Klinik kecantikan yang ditangani oleh dokter spesialis kulit. Dengan metode-metode perawatan kecantikan terbaru, Ergia Klinik memberikan solusi terbaik untuk segala permasalahan kecantikan kulit Anda.

Layanan

- Facial
- Mesotherapy
- Laser Pigmentation
- Brightening treatment
- Anti acne treatment
- Anti aging treatment
- Slimming
- Platelet rich plasma (PRP)
- Thread lift
- Liposuction
- Stem Cell therapy
- Hair treatment, dll



Fasilitas

- Konsultasi Dokter Spesialis Kulit
- Peralatan Berteknologi Mutakhir
- Ruang Operasi
- Couple Room
- Treatment Room Sejuk, Bersih & Nyaman
- Free Hotspot Area
- Cafe & Lounge

Harga perawatan mulai dari

Rp. **50.000**



Foto : https://vignette.wikia.nocookie.net/marvelcinematicuniverse/images/3/36/Black_Panther_Poster.jpg/revision/latest?cb=20171207153752

.....

Sutradara : Ryan Coogler
 Produser : Kevin Feige
 Produksi : Marvel Studios
 Distributor : Walt Disney Studios Motion
 Genre Action : Adventure

.....

Setelah di penghujung tahun 2017 merilis The Avengers dan sekuel-sekuel mendebarkan Captain Amerika, kali ini Marvel Studio akan kembali mengguncang layar film dunia di awal tahun 2018. Marvel akan menghadirkan secara perdana karakter Black Panther. Mungkin bagi para penggemar komik Marvel sudah pasti tahu siapa Black Panther. Bagi yang belum tahu siapa Black Panther simak artikel ini hingga selesai ya.

BLACK PANTHER

Diceritakan bahwa tokoh Black Panther atau T'Challa yang diperankan oleh Chadwick Boseman merupakan penerus raja di kerajaan ayahnya Wakanda. T'Challa yang diceritakan harus menerima kematian sang ayah, dan bergejolak dalam hatinya harus meneruskan perjuangan sang ayah. Wakanda yang kala itu mendapat ancaman berbahaya dari musuh terbesarnya. Saat itu T'Challa berubah menjadi sosok yang bernama Black Panther dengan kostum barunya.

Dalam melakukan aksinya Black Panther akan bekerjasama Everett K. Ross (Martin Freeman) anggota CIA dan juga dengan Dora Milaje, pasukan khusus Wakanda. Mereka harus bekerjasama melawan musuh untuk menghindari perang dunia. Tidak hanya masalah eksternal, Black Panther juga akan diuji dengan masalah internal negaranya yaitu munculnya tokoh dalam pada waktu rezim ayahnya terdahulu yang muncul melawannya. Berbagai aksi akan dimunculkan dalam film ini. Marvel sudah menutup rapat latar cerita film ini, demi menjaga penasaran para penonton film dunia. (add)

BENYAMIN BIANG KEROK

Sutradara : Hanung Bramantyo
Produser : Produksi Falcon Pictures

Kangen pastinya melihat aksi kocak Benyamin yang terkenal menjadi biang kerok disetiap aktivitasnya. Tokoh betawi yang lucu nan memberikan banyak pelajaran hidup ini, akan muncul dalam remake Benyamin Biang Kerok yang disutradarai oleh Hanung Bramantyo, dan diperankan oleh aktor nasional yang tak asing lagi yaitu Reza Rahadian. Penasaran bukan seperti apa Reza menjadi Benyamin yang dahulu kala selalu menghiasi layar film Indonesia. (add)



Foto: <http://www.bioskoptoday.com/wp-content/uploads/2017/11/poster-benyamin-biang-kerok-1.jpg>

DANUR 2 MADDAH

Sutradara : Awi Suryadi
Produser : Produksi MD Pictures

Setelah sukses di Danur perdana, kali ini sekuel film horor sukses Indonesia kembali hadir bertajuk Maddah. Seperti apa kengerian film ini, pasti sudah ditunggu-tunggu. Setelah Danur yang pertama menampilkan tokoh hantu boneka yang menyeramkan, kali ini akan seperti apa kejutan mistis yang akan ditampilkan. Bersiaplah untuk menjerit kencang pada Danur 2. (add)



Foto: https://cdn.kling.com/research/644x/n/26869171_809885319136137_965183093914730496_n.jpg

KICK OFF GATHERING 2018



Sabtu (20/01) lalu, PT. K-24 Indonesia mengadakan Kick Off Gathering dengan tema "Break The Limits, to be the Best, to Reach the Top!" yang diikuti oleh seluruh associates PT. K-24 Indonesia. Gathering yang merupakan acara tahunan rutin ini diadakan untuk memacu associates agar lebih bersemangat dalam mencapai target 2018 yang telah dirumuskan bersama. Seluruh associates PT. K-24 Indonesia dari berbagai divisi berkumpul di Borobudur Ballroom, Hotel Grand Tjokro Yogyakarta sejak pukul 07.30 WIB. Pada gathering kali ini, para associates berkesempatan untuk mendapatkan pelatihan motivasi kerja dari Bp, Bebet Darmawan, trainer yang sudah berpengalaman dalam menumbuhkan semangat kerja di berbagai instansi.

Dengan tema "Mind, Body and Soul Awakening - Break the Limits", Bp. Bebet mengajarkan associates untuk membuang semua pikiran negatif dan meyakinkan diri bahwa semua bisa dilakukan. Mengubah mindset dari tidak bisa menjadi bisa merupakan hal yang penting dalam dunia kerja. Ketika seseorang meyakini bahwa ia bisa melakukan sebuah tugas, maka tugas tersebut pun bisa ia selesaikan. Bp. Bebet menggunakan cara yang unik untuk mengubah mindset associates. Mulai dari menancapkan sedotan ke ubi mentah yang keras, hingga memecahkan botol dengan tangan kosong. Meskipun awalnya terasa



tidak mungkin, dengan keyakinan dan pikiran yang positif, banyak associates yang berhasil melakukannya. Tak hanya pelatihan dari Bp. Bebet, direktur utama PT. K-24 Indonesia, dr. Gideon Hartono juga turut memotivasi associates dengan memompa semangat mereka. dr. Gideon juga menyampaikan keinginannya untuk selalu berkontribusi dalam bidang kesehatan. "Saya akan tetap fokus di kesehatan dan pendidikan. Oleh karena itu, saya berharap akan muncul banyak pemimpin-pemimpin yang akan bergerak di bidang kesehatan, baik melalui apotek maupun sarana lainnya." tandasnya. Pada acara gathering tersebut, diberikan juga berbagai penghargaan kepada 11 associates yang telah menjalankan core value perusahaan dengan maksimal. Salah satu

associate yang memperoleh penghargaan sebagai associate inovatif, Ebed Kharistian, mengungkapkan rasa terima kasihnya saat menerima penghargaan. "Terima kasih kepada PT. K-24 Indonesia atas apresiasi yang diberikan. Dengan adanya apresiasi ini ke depannya saya akan berusaha lebih kreatif lagi untuk menciptakan inovasi bagi perusahaan," ucap Ebed yang merupakan Developer Supervisor K24Klik. Tentunya dengan diberikan penghargaan tersebut diharapkan dapat memacu semangat associates lainnya untuk terus memberikan kontribusi yang terbaik bagi perusahaan. Selain penghargaan untuk menjalankan core value, diberikan juga reward berupa tambahan cuti bagi associates yang tidak pernah terlambat. Banyaknya associates yang mendapatkan reward tersebut menunjukkan semangat associates dalam memajukan perusahaan. Para associates pun merasa sangat terbantu dengan diadakannya gathering ini. "Materi dari trainer cukup merefreshkan pikiran, membangun mindset bisa, pasti bisa, harus bisa. Berkat gathering ini, ke depannya saya merasa harus lebih positif dalam bekerja, sehingga dapat menjadi pribadi yg lebih efektif, kreatif dan break the limits to be the best," ungkap Stefany dari divisi Operation, Acara gathering pada hari itu pun kemudian ditutup dengan pemukulan gong oleh dr. Gideon Hartono sebanyak 24 kali untuk menandai dimulainya pencapaian target 2018. (gwp)

KEMOTERAPI & KANKER ?

Oleh : Apoteker Apotek K-24
Ani Kristiyani, M.Clin.Pharm.,Apt

Penyakit kanker merupakan salah satu penyebab kematian utama di seluruh dunia. Pada tahun 2012, dilaporkan sekitar 8.2 juta kematian disebabkan oleh kanker. Kanker paru, hati, perut, kolorektal, dan kanker payudara adalah penyebab terbesar kematian akibat kanker setiap tahunnya. Karena tingginya angka penderita kanker di seluruh dunia, setiap tanggal 4 Februari diperingati sebagai Hari Kanker Sedunia, sedangkan tanggal 15 Februari diperingati sebagai Hari Kanker Anak. Tidak seperti penyakit lainnya, kanker tidak bisa langsung sembuh dengan hanya satu kali pengobatan. Pasien kanker harus melalui kemoterapi

untuk memastikan sel kanker benar-benar hilang dari tubuhnya. kanker benar-benar hilang dari tubuhnya. Kemoterapi adalah salah satu metode pengobatan kanker yang menggunakan senyawa sitotoksik. Senyawa sitotoksik merupakan senyawa yang dapat menghambat pertumbuhan dan menghancurkan sel kanker. Kemoterapi memiliki beberapa karakteristik, yaitu: Bersifat individualized, terdapat perbedaan sifat farmakologi obat kanker yang diberikan, efek samping yang berat, dan keberhasilan pengobatan

tergantung pada kepatuhan pasien. Ada beberapa prinsip pemberian kemoterapi terhadap pasien kanker.

Curable : toleransi pasien bagus, kondisi umum memenuhi syarat, dosis maksimum, stadium awal

Prolong of life : jika toleransi pasien kurang dari dosis moderate.

Palliative : untuk mengatasi simptomatik saja, dosis obat rendah, tujuan meningkatkan kualitas hidup pasien

Efek samping kemoterapi Kemoterapi sudah dikenal memiliki efek samping yang berat. Efek samping tersebut terkadang muncul secara cepat setelah terapi berakhir, terkadang ada yang membutuhkan beberapa hari. Berikut ini adalah efek samping kemoterapi berdasarkan waktunya:

Immediate (cepat): Efek samping yang terjadi dalam waktu beberapa jam sampai beberapa hari setelah kemoterapi. Contoh : mual/muntah, kerusakan sel lokal, peradangan pembuluh vena, asam urat tinggi, ruam kulit, alergi, demam dan menggigil, tekanan darah rendah, dan tekanan darah meningkat.

Delayed (lambat) : Efek samping yang terjadi dalam waktu beberapa minggu sampai beberapa bulan setelah kemoterapi. Contoh : Anemia, Aspermia, kerusakan hati, kulit gosong, fibrosis paru. Kerusakan saraf kronis, kerusakan sel jantung, dan kolestasis.

Early (segera) : Efek samping yang terjadi dalam waktu beberapa hari sampai beberapa minggu setelah kemoterapi.

Contoh : sel darah putih menurun, trombositopenia, rambut rontok dalam jumlah yang banyak, luka/sariawan di rongga mulut, diare, kelebihan kalsium, penurunan kadar magnesium dalam darah, kadar gula meningkat, pendengaran menurun, dan infeksi selaput transparan mata (konjungtivitis).

Late (sangat lambat): Efek samping yang terjadi dalam waktu beberapa bulan sampai beberapa tahun setelah kemoterapi. Contoh : Kemandulan, menopause dini, leukemia akut, limfoma, tumor, Sirosis hati, Osteoporosis, dan katarak.

Respon Terapi

Kemoterapi menunjukkan beberapa respon dari tubuh. Respon yang terjadi saat dilakukan terapi untuk kanker yaitu :
Complete Response (hilangnya semua target lesi)

Partial response (Sedikitnya terdapat penurunan sebanyak 30% dari ukuran tumor diukur dari diameter lesi terpanjang)

Stable disease (pengcilan ukuran tumor bisa sampai pada partial response atau lebih kecil dan tidak ada penambahan lesi baru)

Progressive Disease (Terjadi peningkatan ukuran massa tumor sedikitnya 20% dari ukuran massa tumor yang terpanjang).

TELAT MENS PASTI HAMIL? BELUM TENTU!

Menstruasi adalah kondisi tubuh umum yang normal dialami oleh perempuan. Menstruasi memiliki siklus setiap 21-32 hari sekali. Terkadang, perempuan sudah memiliki acuan tanggal tertentu yang menandai hari datangnya menstruasi mereka. Namun, meskipun telah ditandai, ada kalanya menstruasi datang lebih lambat dari jadwal yang seharusnya. Mungkin perempuan merasa khawatir bila menstruasi datang tidak sesuai jadwal. Hmm, sebenarnya setidaknya ada lima alasan mengapa menstruasi bisa datang terlambat.

Periode Menstruasi yang Tidak Menentu

Sebagian perempuan mungkin telah menandai jadwal menstruasinya. Namun, ada juga perempuan yang siklus menstruasinya tidak menentu. Jika jadwal menstruasi tidak kunjung datang, tidak perlu khawatir berlebihan. Bisa saja tubuh Anda sedang menyelesaikan siklus yang diperlukan sehingga membutuhkan waktu sedikit lebih lama.

Stress

Stress sering mengganggu kesehatan fisik. Begitu juga dengan siklus menstruasi. Bila Anda stress, bisa dipastikan bahwa jadwal ovulasi terganggu. Biasanya jadwal ovulasi menjadi lebih terlambat saat Anda stress. Tubuh cenderung menunggu hingga emosi stabil sebelum melanjutkan proses ovulasi. Oleh karena itu jadwal menstruasi bisa mundur dari seharusnya.

Sakit

Kondisi tubuh yang sedang tidak sehat bisa juga menunda ovulasi. Saat sakit atau terluka, tubuh tidak akan kuat untuk mengalami menstruasi. Oleh karena itu, kemungkinan menstruasi menjadi mundur hingga tubuh benar-benar sehat.

Diet atau Olahraga Terlalu Intens

Saat diet, tubuh menjadi kekurangan asupan makanan. Secara keseluruhan, kesehatan tubuh pun akan terganggu. Tubuh akan berusaha keras untuk menjaga kesehatan sehingga menstruasi dapat datang terlambat.

Mengonsumsi Obat

Terkadang, Anda harus mengonsumsi obat untuk tetap sehat. Ternyata, konsumsi obat-obatan yang tidak biasa diminum juga berpengaruh pada jadwal menstruasi Anda. Bila Anda cukup khawatir terhadap jadwal menstruasi, sebaiknya konsultasi ke dokter agar diketahui masalahnya.



APOTEKER (APT/WEB/II/2018)

Requirements :

- Pria/ Wanita
- Fresh Graduate/ Berpengalaman
- Pendidikan Profesi Apoteker
- Memiliki STRA
- Good Leadership

KEUANGAN (KEU/WEB/II/2018)

Kualifikasi :

1. Pendidikan minimal D3 Akuntansi
2. Jujur, loyal, dan dinamis
3. Mampu mengoperasikan komputer min. Ms. Office

ASISTEN APOTEKER (AA/WEB/II/2018)

Requirements:

- Pendidikan minimal SMK Farmasi / D3 Farmasi
- Freshgraduate atau Pengalaman
- Jujur, Loyal, Dinamis, dan Berjiwa Muda
- Bersedia bekerja dalam sistem shift dan masuk di hari libur umum / nasional
- Penempatan di : Yogyakarta, Jabodetabek, Semarang, Bandung, Surabaya, Gresik, Madura, Bali



MANAGEMENT DEVELOPMENT PROGRAM (MDP/WEB/II/2018)

Kualifikasi:

- Pria / Wanita
- Lulus S1 Segala Jurusan, Lebih disukai S1 Eksak dan Profesi Apoteker, IPK min. 3.00
- Freshgraduate are welcome
- Lebih disukai saat SMA mengambil jurusan IPA
- Menyukai serta berkompeten dengan tugas-tugas hitungan serta menyukai detail/teliti
- Menyukai pekerjaan lapangan, tantangan dan travelling
- Menyukai bekerja di perusahaan retail
- Bersedia ikatan dinas 4 tahun
- Mampu bekerja sama dalam sebuah tim maupun mandiri
- Bersedia penempatan di kota-kota besar di seluruh Indonesia

LEGAL HEAD (LGL/WEB/II/2018)

Kualifikasi :

- Pendidikan min. S1 Hukum
- Diutamakan yang pernah bekerja di Law Firm
- Memiliki pengalaman di bidangnya minimal 5 tahun
- Mempunyai pengalaman dalam memimpin tim
- Mampu bekerja sama dalam sebuah tim maupun mandiri
- Memahami cara-cara penyelesaian sengketa hukum
- Memiliki komunikasi yang baik, mampu bernegosiasi
- Siap melakukan perjalanan dinas
- Penempatan Yogyakarta

IT DEVELOPMENT (PHP) (IT-Dev/II/2018)

Requirements :

- Pendidikan minimal S1 jurusan teknik informatika
- Fresh Graduate / Pengalaman 1 tahun dibidang IT
- Development
- Menguasai Pemrograman PHP (frameworkyii),HTML,JavaScript, Java, data base, Mysql,
- Postgres, MVC & OOC concept
- Mempunyai kemampuan analisa yang kuat
- Penempatan Yogyakarta

FOTO : <https://www.minimal.co.id/>FOTO : <https://www.minimal.co.id/>

KOLEKSI MINIMAL IMLEK 2018

Menyambut tahun baru Imlek 2018, salah satu brand terkenal Minimal ikut memeriahkan dengan merilis koleksi khusus Imlek lewat acara "Minimal & Friends Gathering". Acara yang diadakan di Minimal, Summarecon Mall Serpong menjadi parade koleksi terbaru Minimal.

Acara ini dibawakan langsung oleh designer Minimal yang menampilkan koleksi menawan Imlek yang bertema Oriental Folk. Warna merah dan biru menjadi pilihan khusus tersemat dalam print bertema koleksi Minimal Gold terbaru. Tema ini menampilkan mulai dari peplum dress, sweatshirt, oversized jacket hingga bomber jacket dipadu-padankan menjadi tampilan yang elegan.

FOTO : <https://www.minimal.co.id/>

Sedangkan pada Minimal Everyday menonjolkan berbagai varian warna merah seperti, red velvet, hot red dan dark blush yang romantis. Bahan yang ringan dan tampilan sheer pada koleksi ini sangat cocok untuk dikenakan sehari-hari. "Koleksi Imlek tahun ini kami hadirkan dalam berbagai variasi mulai dari tampilan kasual hingga formal. Desain unggulan kami kali ini adalah Hungarian Folk Dress & Jacket yang menonjolkan tampilan satin dengan detail border bunga yang mewah. Kami berharap customer dapat merasakan spirit tahun baru Imlek pada koleksi ini," ujar Hesty Halim, General Manager dari Minimal.

FOTO : <https://www.minimal.co.id/>

HINDARI HAL INI JIKA MAINKAN GADGET

BRIGHTNESS TERLALU TINGGI



FOTO : <http://mobifone3g.net.vn/wp-content/uploads/2016/07/tiet-kiem-pin-android.jpg>

Hal pertama adalah kamu harus menghindari tingkat kecerahan yang terlalu tinggi di smartphone kamu. Jika kamu selalu memakai tingkat kecerahan paling tinggi, maka mata kamu akan menjadi stres dan kehilangan titik fokusnya. Sebaiknya, gunakan kecerahan otomatis agar smartphone kamu dapat mengatur tingkat kecerahan sesuai dengan cahaya yang ada di sekitarmu.

BERGADGET GELAP-GELAPAN



Smartphone akan memancarkan blue light (sinar biru) yang memiliki gelombang pendek. Paparan langsung sinar tersebut akan menembus sampai ke bagian dalam mata jika kita bermain smartphone di tempat yang gelap. Hal ini akan membuat retina kita melemah yang bisa berdampak menyebabkan mata rabun. Jadi, sebaiknya jangan bermain smartphone di tempat yang gelap ya guys!



FOTO : istimewa

FOTO : [https://www.thenational.ae/image/policy:1.680779:1512227416/wk01-DEC-sleep-pic-1.png?f=16x9&w=1200&sp\\$fw=f77377a](https://www.thenational.ae/image/policy:1.680779:1512227416/wk01-DEC-sleep-pic-1.png?f=16x9&w=1200&sp$fw=f77377a)

SAMBIL TIDURAN !



Jika kamu sering memainkan smartphone sambil tiduran, hal ini akan membuat mata kamu menjadi lelah dan lama-lama akan kehilangan titik fokusnya. Jadi, sebaiknya bermain smartphone dalam keadaan duduk saja agar mata kamu lebih sehat.

TERLALU DEKAT

Jika kamu memainkan smartphone dengan jarak yang tergolong dekat, maka pancaran sinarnya akan semakin dekat menuju retina yang akan membuat mata rabun lebih cepat. Nah, sebaiknya gunakan smartphone dengan jarak cukup jauh ya guys, sekitar 15-30cm dari mata kamu.

JAWABAN KUIS EDISI NOV 2017 - JAN 2018

APOTEKK24
DIABETES
OBAT
APEL
BIDAN
LEMAS
SALEP
DETOKS
PUSING
DEMAM
PIL
SENDI
HERPES

3 PEMENANG YANG BERHADIR

SHEILLA R

PRIYO AN

SINTA CI

PARA PEMENANG AKAN DIHUBUNGI TIM

Jangan Lupa Download



Inspira

MAJALAH

8
UNTUNG

PUTRI FAUZIAH

ANDREAN

TRA PUTRI

JURI UNTUK VERIFIKASI DATA PEMENANG

Bad Aplikasi Majalah

rasi Sehat

ONLINE APOTEK K-24

Ujian Semesteran Inspi

Sumber utama energi bagi tubuh adalah:

- Karbohidrat
- Protein
- lemak

Makanan sehat harus mengikutsertakan daging yang banyak : .

- Benar
- Salah.

Kolesterol dalam telur ayam terdapat di:

- Bagian putih telur
- Bagian kuning telur

Manakah yang mengandung kolesterol?

- Benar.
- Kacang t
- Ayam.

Ikan tidak mengandung kolesterol.

- Benar.
- Salah.

Vitamin mengandung kolesterol.

- Benar
- Salah

Sumber utama energi bagi tubuh adalah:

- Daging
- Susu

Quiz Sehat

yang mengandung

anah.

yang mengandung kolesterol.

yang mengandung kalori:

apa vitamin D adalah:

Kirimkan jawaban sobat sehat via email k24event@k24.co.id

Dipilih 3 pemenang dengan jawaban paling benar ya!

--- Jangan lupa!

- > Sertakan data diri, Nama, Alamat, No HP.
- > Follow Akun IG : [k24sobatsehatkitakita](#)
- > Pemenang akan diumumkan pada edisi Majalah berikutnya.
- > keputusan juri tidak dapat diganggu gugat.
- > Hadiah berupa uang tunai 300rb untuk 3 pemenang.





Waralaba
Apotek K-24
bisnis sehat &
bermanfaat



Bisnis Waralaba APOTEK terbaik di Indonesia