

MDP.15/PKC/UMP

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA



Diare

Jangan Anggap Remeh Bisa Berakibat Fatal Bahkan Kematian !!

PUSKESMAS KECAMATAN CILINCING
Jl. Sungai Landak No. 26 Cilincing
Jakarta Utara

Apakah Diare itu?

Diare adalah buang air besar (BAB) encer lebih sering dari biasanya (lebih dari 3 kali) dalam sehari.

Bagaimana cara penularannya?

Seseorang dapat terkena diare bila makan makanan & minum minuman yang tercemar

Apakah bahaya diare?

Penderita akan kekurangan cairan/lemas Bila tidak segera ditolong, akan berakibat kematian.

Cara Mengatasi Diare di rumah

1. Segera beri banyak minum, dengan : ORALIT

Setiap kali anak buang air besar (BAB), beri oralit :

- Umur kurang 1 tahun (1/4 - 1/2 gelas)
- Umur 1 - 4 tahun (1/4 - 1 gelas)
- Umur diatas 5 tahun (1 - 1 1/2 gelas)

ORALIT
cairan terbaik untuk mengganti cairan yang hilang

Cara Menyiapkan Oralit



Cuci tangan pakai sabun lalu bilas dengan air sampai bersih



Sediakan 1 gelas air minum (200cc)



Masukan 1 bungkus Oralit ke dalam air minum



Aduk cairan Oralit sampai larut

Bila Oralit tidak tersedia beri cairan yang tersedia di rumah tangga seperti : kuah sayur, kuah sup, air tajin, sari buah, air teh, air matang

2. Segera ke Puskesmas untuk mendapatkan obat Zinc

- Obat Zinc diberikan pada penderita diare Balita
 - Mempercepat penyembuhan
- Diharapkan dapat melindungi anak dari diare 2-3 bulan kedepan
- Menambah nafsu makan

Cara pemberian obat Zinc

- Anak usia < 6 bulan = 10 mg (1/2 tablet) sehari selama 10 hari berturut-turut
- Anak usia > 6 bulan = 20 mg (1 tablet) sehari selama 10 hari berturut-turut

Obat Zinc harus dihabiskan meskipun Diare sudah berhenti

3. Teruskan pemberian makanan

- Pada bayi yang masih mendapatkan ASI, teruskan pemberian ASI dan lebih sering
- Pada anak yang mendapatkan makanan, teruskan pemberian makanan lebih sering dari biasanya untuk mencegah anak kurang gizi
- Jika diare sudah berhenti maka balita sebaiknya diberi makanan tambahan sampai 2 minggu

Tanda bahaya diare

- Buang air besar terus menerus
- Muntah berulang
- Rasa haus yang nyata
- Makan minum sedikit
- Demam
- Ada darah dalam tinja
- Tidak membaik dalam 3 hari

Bila terdapat satu tanda bahaya segera kembali ke Puskesmas

Cegah Diare dengan cara

- Gunakan air bersih yang cukup
- Cuci tangan pakai sabun sebelum makan dan sehabis buang air besar (BAB)
- Semua anggota keluarga buang air besar (BAB) di jamban
- Buanglah tinja bayi dan anak di jamban
- Beri ASI eksklusif pada bayi sampai usia 6 bulan
- Berikan makanan pendamping ASI
- Berikan Imunisasi campak



KEMENTERIAN KESEHATAN RI
Subdit Hepatitis & Penyakit Infeksi Saluran Pencernaan
Direktorat P2PML - Ditjen P2P
Jl. Percetakan Negara No. 29, Jakarta Pusat 10560
Email: subdithisp@gmail.com
Telp. 021-42870659
Tahun 2018

