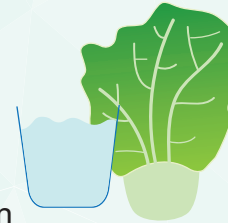


Saran Pengobatan

- Segera konsultasikan dengan dokter jika Anda mengalami reaksi alergi seperti ruam kulit, wajah atau tangan membengkak dan kesulitan bernafas.
- Penggunaan pencahar jangka panjang dapat berujung pada ketergantungan dan penurunan fungsi usus.
- Jangan minum obat antimotilitas sembarangan. Untuk diare yang disebabkan oleh infeksi usus, obat antimotilitas dapat menghalangi evakuasi bakteri berbahaya di usus dan memperburuk keadaan.
- Beritahukan dokter jika Anda sedang hamil, berencana untuk hamil atau sedang menyusui.
- Beritahukan dokter atau apoteker tentang obat-obatan yang Anda minum, termasuk obat beresep, obat bebas dan vitamin.

Saran gaya hidup

- Minum cairan yang cukup.
- Untuk sembelit, tingkatkan asupan serat dengan makan sayur-sayuran, buah-buahan atau bijirin.
- Untuk diare, jaga asupan nutrisi yang cukup dan hindari makanan berlemak.
- Olahraga secara teratur.
- Kembangkan kebiasaan aktivitas usus yang baik; jangan abaikan rasa ingin buang air besar.
- Jaga kebersihan pribadi untuk mencegah infeksi gastrointestinal.



Selebaran informasi ini hanya berupa rujukan.

Obat-obatan harus digunakan sesuai arahan dokter dan apoteker.

Untuk bertanya, silahkan hubungi dokter, staf apoteker atau petugas Kesehatan lainnya.

Jangan berbagi obat-obatan dengan orang lain.

Pengetahuan Umum Mengenai Pencahar & Obat-obatan untuk Diare



Drug Office
Department of Health



Sembelit dan Diare

Kebiasaan aktivitas usus dapat bervariasi pada setiap orang. Hal ini umumnya dianggap normal selama ada pola pergerakan usus secara teratur dan feses lembek serta mudah dikeluarkan. Sembelit mengacu pada pergerakan usus yang jarang, sulit dikeluarkan, atau tampak tidak selesai dengan sempurna. Di sisi lain, diare mengacu pada pergerakan usus yang terlalu aktif dengan feses yang lebih lembek atau berair dalam waktu 24 jam.



Gejala yang perlu diawasi

Konsultasikan dengan dokter jika Anda mengalami gejala-gejala berikut ini:

- Sembelit atau diare berkepanjangan
- Feses berlendir atau berdarah
- Demam
- Nyeri perut yang sangat parah
- Penurunan berat badan tanpa alasan

Pencakar

Pencakar Pembentuk Massa

(Psyllium)

Obat ini meningkatkan massa feses. Pengaruh pencakar pembentuk massa akan dimulai dalam waktu 24 hingga 72 jam. Untuk pencakar pembentuk massa dalam bentuk granula, larutkan atau campur granula dengan air sebelum meminumnya. Efek samping umumnya meliputi nyeri perut, kembung dan keram perut.



Pencakar Stimulan

(Bisacodyl, senna, glycerin suppositories)



Obat ini menstimulasi kontraksi otot usus. Efek formulasi oral dimulai sejak 6 hingga 12 jam sementara untuk formulasi dubur 15 hingga 60 menit. Formulasi oral biasanya diminum pada malam hari. Efek samping umumnya meliputi nyeri perut dan mual.

Pencakar Osmosis

(Lactulose)

Obat ini menarik air ke dalam usus. Efek pencakar osmotik dimulai sejak 2 hingga 3 hari. Efek samping umumnya meliputi nyeri perut, kembung, mual dan muntah.

Obat-obatan diare

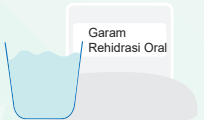
Obat Antimotilitas

(Loperamide)

Obat ini menghambat pergerakan usus dan meredakan gejala diare. Pasien tidak boleh minum lebih dari dosis yang diinstruksikan. Obat ini harus dihindari untuk diare berdarah atau demam. Efek samping umumnya meliputi sembelit, mual dan nyeri perut.

Garam Rehidrasi Oral

Obat ini adalah kombinasi elektrolit dan glukosa untuk memulihkan kehilangan cairan dan elektrolit akibat diare. Garam rehidrasi oral harus dilarutkan dalam air minum bersih sesuai arahan dan diminum sedikit-sedikit secara sering.



Penyimpanan

Simpan obat-obatan di tempat sejuk dan kering serta jauh dari panas dan cahaya langsung. Umumnya, tidak perlu menyimpan di lemari pendingin kecuali disebutkan demikian pada label obat.

Simpan obat-obatan di luar jangkauan anak-anak.