MINGGU, 3 SEPTEMBER 2017

Imunisasi Campak dan Rubella

Selama Agustus dan September ini pemerintah menggelar imunisasi campak dan rubella (measles-rubella) bagi anak usia 9 bulan hingga 15 tahun, di sekolah-sekolah, posyandu, puskesmas, dan berbagai pelayanan kesehatan lainnya secara gratis.

> abah yang pernah terjadi dan menyerang bayi serta anak-anak di Indonesia pada 2010-2015, merupakan alasan untuk mencegah penyebaran penyakit tersebut. Sepanjang 2010-2014 terjadi 1.008 wabah campak yang menyerang 83.391 bayi di Indonesia. Pemerintah pun melakukan penelitian laboratorium selama kurun waktu 2010-2015, dan ditemukan 6.309 anak terjangkit rubella, di mana 77%nya berusia di bawah 15 tahun. Karena itu, pemberian vaksin measles-rubella (MR) secara massal, bertujuan untuk mengendalikan kedua penyakit tersebut.

> Apa itu measles dan rubella? Kedua penyakit ini termasuk jenis infeksi menular, di mana penularannya melalui saluran napas yang disebabkan virus. Keduanya memiliki gejala yang mirip, yakni badan panas dan muncul ruam-ruam merah pada sekujur tubuh. Gejala tersebut mirip dengan demam biasa, sehingga terkadang lambat terdeteksi.

"Pada 2011 WHO menyarankan ke seluruh negara untuk mewajibkan imunisasi campak dan rubella pada anak usia minimal 9 bulan. Pada 11 Januari 2016, WHO langsung menginstruksikan kepada Ikatan Komite Penasihat Imunisasi Indonesia (Indonesian Technical Advisory Group on Immunization; ITAGI) supaya memberikan vaksin MR, untuk menurunkan angka rubella dan Congenital Rubella Syndrome (CRS)," jelas dr MMDEAH Hapsari SpA(K), dari RSDK (RSUP dr Kariadi) Semarang.

Ia mengatakan, meski bisa saja menyerang orang dewasa, meisles-rubella banyak diderita anak-anak. "Yang berbahaya, kalau MR menyerang wanita yang sedang hamil, karena bisa menyebabkan kecacatan pada janin yang di kandungnya."



Kecacatan yang bisa terjadi pada janin, bila usia kehamilan di bawah tiga bulan atau kehamilan pada trimester pertama. Tentu saja ini karena sedang dalam proses pembentukan janin.

Kecacatan bawaan atau Congenital Rubella Syndrome (CRS) yang paling banyak yakni kelainan jantung (79,5%), katarak (67,6%), keterbelakangan mental (50%), otak tidak berkembang (48,6%), tuli (31,3%), dan radang otak (9,5 %). Semuanya merupakan kejadian di Indonesia selama rentan waktu 2010-2015. Bila bayi diberikan satu kali vaksin saja, tubuhnya memiliki 'benteng' pertahanan hingga 95%. Dan bila diberikan lebih dari sekali, maka tubuhnya bisa 100% kebal terhadap measles-rubella. Efek Koinsidensi

Setiap pemberian vaksin pasti ada reaksi atau efek sampingnya. Lima hari setelah vaksin, biasanya tubuh sang bayi atau anak akan demam, dan terjadi ruam pada tubuhnya. Demam yang berlangsung biasanya hanya sampai tiga hari. Bila lebih dari tiga hari masih demam, sang buah hati harus diperiksa. Atau apabila anak mengalami efek samping lain setelah diberi vaksin, harus diketahui penyebabnya.

"Yang harus diketahui orang tua, ada efek koinsidensi, yakni kejadian yang bersamaan dengan penyuntikan vaksin, di mana vaksin bukan sebagai penyebabnya. Maksudnya, ketika anak menerima imunisasi, sebenarnya tubuhnya sedang dalam kondisi berjalannya suatu penyakit (masa tunas), yang tidak ada hubungannya dengan vaksin yang diberikan," jelas Hapsari.

Misalnya, sebelum disuntik vaksin sang anak digigit nyamuk Aedes aegypti. Pada saat disuntik vaksin badannya belum panas, karena penyakitnya sedang dalam perjalanan. Setelah imunisasi, maka panasnya tidak turun-turun meski lebih dari tiga hari, karena telah terjangkit demam berdarah. Efek ini masuk dalam jenis Kejadian Ikutan Paska Imunisasi (KIPI). Jadi, berbagai reaksi setelah pemberian vaksin, 'tersangkanya' bukan dari vaksin itu sendiri. Karena itu, orang tua bisa lebih jeli dalam memperhatikan kondisi kesehatan anak-anaknya.

Reaksi lain yang juga perlu Anda ketahui setelah pemberian vaksin adalah alergi. Ada beberapa anak, yang secara genetik memiliki reaksi alergi terhadap obat atau jenis komponen yang terkandung dalam vaksin. Bila sudah diketahui anak memiliki alergi terhadap komponen tertentu, misalnya protein telur dalam vaksin campak, gondong, influenza, dan demam kuning, maka selanjutnya tidak boleh diberikan vaksin yang sama.

Untuk menghindari efek samping di luar reaksi wajar setelah pemberian imunisasi, orang tua harus bisa menyikapi vaksin dengan bijak. Hapsari menerangkan, ada tiga kondisi, di mana anak tidak boleh diberikan vaksin. Yakni ketika sedang demam, flu berat —bukan hanya batuk ringan atau flu serta batuk alergi-dan diare. Orang tua juga harus tahu apakah anaknya memiliki alergi terhadap komponen obat vaksin. (Irma Mutiara Manggia-58)



Mitos dan Fakta Persalinan

KEHAMILAN selalu menjadi momen yang ditunggu-tunggu, terutama bagi pasangan suami istri yang baru menikah. Untuk menyambut buah hati, calon ibu dan ayah biasanya rajin mencari informasi seputar kehamilan dan persalinan. Namun, tidak semua info yang beredar di masyarakat mengandung kebenaran.

Menurut dr Martinus Eddy Wibowo Sp OG, informasi tentang makanan yang layak dikonsumsi ibu hamil misalnya, masih simpang siur. Contoh kasus, perempuan hamil dilarang mengonsumsi durian. Makan durian ditengarai menyebabkan kontraksi rahim. Faktanya, tak masalah memakan durian asalkan yang mengandung rasa manis.

"Durian yang manis itu bagus, karena berkalori tinggi sehingga membantu pertumbuhan janin. Namun, bukan berarti dianjurkan mengonsumsi durian terus-menerus. Ibu hamil perlu memperhitungkan mikronutrien lain, seperti asam folat, asam dokosaheksaenoat (DHA) untuk pertumbuhan otak, dan zat besi untuk mencegah anemia," ung-

Selain mitos durian, dokter spesialis kandungan SMC RS Telogorejo Semarang tersebut juga menyinggung soal konsumsi minyak kelapa. Menurut informasi, meminum minyak kelapa bisa memudahkan persalinan. Nyatanya, info itu sama sekali tidak benar. Jika diminum, minyak kelapa akan masuk saluran pencernaan, bukan ke rahim atau jalan lahir. Dokter yang biasa disapa Eddy ini menjelaskan, konsumsi minyak kelapa menjelang hari perkiraan lahir (HPL) justru menyebabkan diare saat persalinan.

Selain makanan, mitos-mitos seputar persalinan juga sering ditemui. Perempuan hamil berpanggul kecil dinilai tidak bisa melahirkan normal. Eddy memaparkan, ada tiga jenis panggul, yaitu panggul sempit ringan, normal, dan panggul sempit absolut. Sejatinya yang lebih menentukan proses melahirkan adalah ukuran janin.

Perempuan berpanggul sempit absolut diwajibkan melahirkan secara operasi sesar. Perempuan panggul normal ataupun ringan bisa melahirkan normal, dengan catatan ukuran bayi tidak terlalu besar. Jika memang bayi berukuran besar namun ingin melahirkan normal, hal itu bisa diupayakan dengan

pengawasan ketat dari dokter. Pengawasan Dokter

Selain itu yang sering menjadi perbincangan, yaitu setelah satu kali operasi sesar maka persalinan selanjutnya juga harus operasi. Keputusan melahirkan normal atau operasi tergantung pada ada atau tidaknya indikasi mutlak. Maksudnya, mutlak operasi jika pasien berpanggul sempit absolut, cacat panggul atau sakit jantung. Di luar indikasi mutlak, misal operasi karena sungsang, lalu di kehamilan berikutnya tidak sungsang maka bisa diupayakan melahirkan normal.

"Satu kali operasi sesar belum tentu selanjutnya operasi. Tapi dua kali operasi sesar, maka selebihnya harus kembali operasi. Patokan yang aman, sesar hanya dilakukan tiga kali. Lebih dari itu sah-sah saja, tapi harus siap dengan risikonya," kata Eddy.

Kendati ada beberapa mitos yang tidak tepat, ada pula yang terbukti kebenarannya. Contohnya anjuran sujud atau menungging saat hamil tua. Gerakan itu diperlukan, terutama untuk mengubah posisi kepala janin yang belum di bawah (sungsang).

"Sujud atau menungging adalah satusatunya cara memanipulasi posisi janin yang diperbolehkan. Itu disebut cara pasif, dalam artian hanya memanfaatkan gravitasi. Sementara itu, cara aktif ada dua, versi luar berarti memijat dan memutar posisi janin dari luar perut, serta versi dalam dengan memasukkan tangan ke dalam rahim dan memutar posisi janin," tutur Eddy.

Bahkan jika dilakukan dokter, memanipulasi posisi janin dengan cara aktif dilarang. Sebab, ada banyak komplikasi yang ditimbulkan. Antara lain rahim robek karena dipaksa, tali pusat putus atau tertariknya plasenta. Dampak dari komplikasi itu janin bisa meninggal.

Agar tidak salah langkah, Eddy menyarankan proses kehamilan ataupun persalinan harus selalu dalam pengawasan dokter. Selain untuk memperlancar proses menyambut bayi, observasi berkala dengan dokter bisa mengurangi risiko kesehatan yang mungkin timbul.

Untuk informasi lebih lanjut dapat menghubungi call center 24 jam SMC RS Telogorejo di nomor telepon (024) 8646 6000, (024) 8452912, Ph 08112791949 (Dinda). (nn)

www. IKAP STA .com



Pancarkan Pesona berkat

BRIDAL DAN RIAS

Setiap perempuan pasti ingin tampil cantik dan menawan di acara pernikahan. Tak hanya karena mempelai wanita adalah fokus utama yang sudah pasti menjadi perhatian tamu undangan, tapi juga karena upacara pernikahan diharapkan hanya berlangsung satu kali seumur hidup.

> arena itu, calon pengantin perempuan akan sibuk menentukan bridal dan rias terbaik yang mampu memancarkan pesona. Lima vendor bridal and make up di Kota Semarang akan membocorkan kiat memilih bridal dan make up yang tepat agar calon pengantin bak ratu sehari di pesta pernikahan.

> Eva Indriani, pemilik Eva Bridal & Make Up yang berada di Jalan Bugangan Raya 57sejak 2001 ini, menyarankan agar memastikan keselarasan gaun dengan postur calon pengantin. "Pastikan gaun yang akan dikenakan cocok dengan bentuk



Cien Make Up & Bridal

Oleh **Dhaneswari Tiara**

tubuh. Biasanya kami akan menanyakan gaun impian klien seperti apa, lalu kami lihat kecocokan gaun tersebut dengan badan mereka. Jika memang tidak pas, kami akan memberikan saran yang terbaik untuk mereka. Dan jangan lupa untuk booking jika gaun pilihan sudah pasti akan digunakan," ujar Menurutnya, tak hanya detail gaun

pengantin yang harus diperhatikan oleh calon pengantin, tapi juga riasan terutama di bagian mata. "Mata adalah pancaran kecantikan pengantin wanita yang disambut oleh pengantin pria. Bridal kami memberikan pelayanan bagi calon pengantin untuk dapat berdiskusi soal pemilihan gaun dan make up," kata wanita yang ahli dalam teknik rias

Sementara, Gan Cien Hwa, pemilik Cien Make Up & Bridal yang berdiri sejak 2008 di Jalan Medoho Raya 113 Semarang yang menawarkan paket engagement, wedding, presweet and sweet seventeen serta wisuda ini turut membocorkan tips menentukan bridal yang tepat. "Kenali karakter bridal yang akan digunakan, karena setiap bridal memiliki ciri khas masing-masing. Kemudian sesuaikan dengan diri klien," ujar Cien yang melayani pembuatan gaun pesta ini.

Cien Make Up & Bridal yang menawarkan make up pengantin internasional ataupun hijab ini menambahkan untuk tak mengutamakan gengsi semata. "Jangan hanya terbawa hasutan orang lain. Apalagi terbawa gengsi. Terkadang klien terburuburu dalam menentukan pilihan karena terhasut orang lain atau mengikuti tren. Padahal setiap orang mempunyai karakter berbeda," jelas Cien. Tentukan Tema

Menurut Felita Lie, pemilik Felita Lie Bridal Couture yang melayani custom made gaun pengantin dan berada di Jalan Singosari 1 No 12 sejak 2013 ini, calon mempelai perlu melakukan penelitian terlebih dahulu. "Sebaiknya calon pengantin melakukan penelitian terlebih dahulu, sehingga proses desain gaun pengantin akan lebih lancar," ujar Felita yang menawarkan paket wedding gown dan make up berkualitas tinggi dengan harga terjangkau.

Berdiri sejak 1968 di Jalan Mayjen Sutoyo 47 Semarang, membuat Expose Bridal House sangat memahami tahapan memilih bridal yang tepat. Ay Ling Hoo, sang



pemilik membocorkan bagaimana memilih bridal yang mampu memancarkan pesona. "Tentukan tema terlebih dahulu. Kemudian pilihlah gaun yang sesuai dengan postur tubuh untuk menentukan desain model yang serasi dan elegan untuk dikenakan. Perhatikan juga kualitas gaun, jahitan, dan detail gaun. Yang terpenting adalah pilihlah bridal berpengalaman," jelas Ay Ling yang

Dini Bridal,

Salon & Beauty Course

Eva Bridal & Make Up

selalu mengikuti tren bridal dari masa ke

Expose Bridal yang menawarkan gaun pengantin, jas pengantin, gaun prewedding, pesta, birthday, bridesmaid, gaun, dan jas anak dengan paket *make up* ini pun menyatakan selalu mengutamakan pelayanan dan kulitas.

Pada bagian lain, Dini Wahyuningsih, pemilik Dini Bridal, Salon & Beauty Course yang menyediakan gaun, jas, make up, dan airbrush make up untuk wedding, prewedding, birthday party, dan wisuda sejak 2009

di Jalan Tlogosari Raya 1/65D Semarang ini menyarankan untuk memperhatikan hasil rias. "Yang wajib diperhatikan adalah hasil make up dari perias. Apakah bisa membuat klien tampak berbeda/mangklingi atau tidak. Dini Bridal sendiri ahli dalam teknik make up corrective dan airbrush make up. Karena itu, hasil riasan akan lebih merata, tahan lama, tampak halus dan terasa ringan di wajah. Kami juga memberikan fokus di bagian mata dengan menonjolkan kelebihan dan menutupi kekurangan klien," ujar Dini yang juga menerima kursus make up dan sanggul.(58)



Expose Bridal House



Felita Lie Bridal Couture