

KONTROL DIABETES ANDA

Penyakit Ginjal kronik dan Diabetes Melitus (DM) adalah penyakit yang banyak ditemui dimasyarakat. Deteksi dan penanganan dini adalah langkah kunci untuk mengurangi risiko ataupun memperlambat perjalanan penyakit.

Kejadian nefropati (gangguan ginjal) pada penderita DM sangat tinggi. Sebesar 57 % untuk DM tipe I dan 48 % untuk DM tipe II. " Di INDONESIA, PGK yang disebabkan oleh nefropati DM sudah mulai meningkat dengan pesat." Ungkap Prof. Dr. Slamet Suyono, SpPD-KEMD dari diabetes and Lipid Center FKUI.

Sangat penting melakukan pemeriksaan urin rutin per tahun untuk melihat adanya mikroalbuminuria. Terutama pada tipe pasien DM tipe I yang sudah menderita DM, minimal lima tahun dan pada semua pasien DM tipe II sejak saat didiagnosis, selama kehamilan (pada pasien wanita), serta pemeriksaan serum kreatinin terlepas dari tingkat pengeluaran albumin (diurin) pada seluruh pasien dewasa dengan DM.

Mengenai penanganan, direkomendasikan untuk mengontrol glukosa secara optimal dan tekanan darah sedini mungkin.

Obat anti Diabetes (OAD) ataupun insulin dapat digunakan untuk mengontrol kadar glukosa. Pilihlah OAD yang memiliki efek samping seminimal mungkin disesuaikan dengan masing-masing kondisi pasien. Untuk mengontrol tekanan darah, khususnya pasien dengan PGK yang utama adalah menggunakan dua golongan obat. Namun terkadang ada pasien yang harus menggunakan kombinasi empaty obat sekaligus hanya untuk mengatasi hipetensinya.

Prof. Slamet berpesan bahwa dalam penggunaan sekelompok obat harus melihat tingkat keparahan dari PGK, disesuaikan

dengan tahap I-V. Juga sangat penting memperhatikan asupan nutrisi, mengontrol kadar lemak, mempertahankan berat badan yang sehat dan melakukan olahraga secara teratur. Selain itu pasien dengan nefropati DM harus menghindari penggunaan agen kontras yang mengandung iodin (bila digunakan pada beberapa pemeriksaan radiologi) dan obat-obatan NSAID seperti ibuprofen dan naproxen karena dapat melukai ginjal yang sudah lemah. Pelayanan multidisiplin ilmu, termasuk kerjasama tim antara dokter, perawat, ahli farmasi, ahli nutrisi dan pekerja sosial, akan memberikan sistem yang optimal untuk memaksimalkan pelayanan untuk permasalahan yang kompleks dari pasien DM dan PGK, ujar Prof. Slamet menutup penjelasannya.

Sumber : Dwi Yanti Anggraini, *Tabloid Yagina*.