



KEMENTERIAN
KESEHATAN
REPUBLIK
INDONESIA

Lembar Balik TOSS TB

TOSS

Temukan Obati Sampai Sembuh

TB

Tuberkulosis



GERMAS
Gerakan Masyarakat
Hidup Sehat

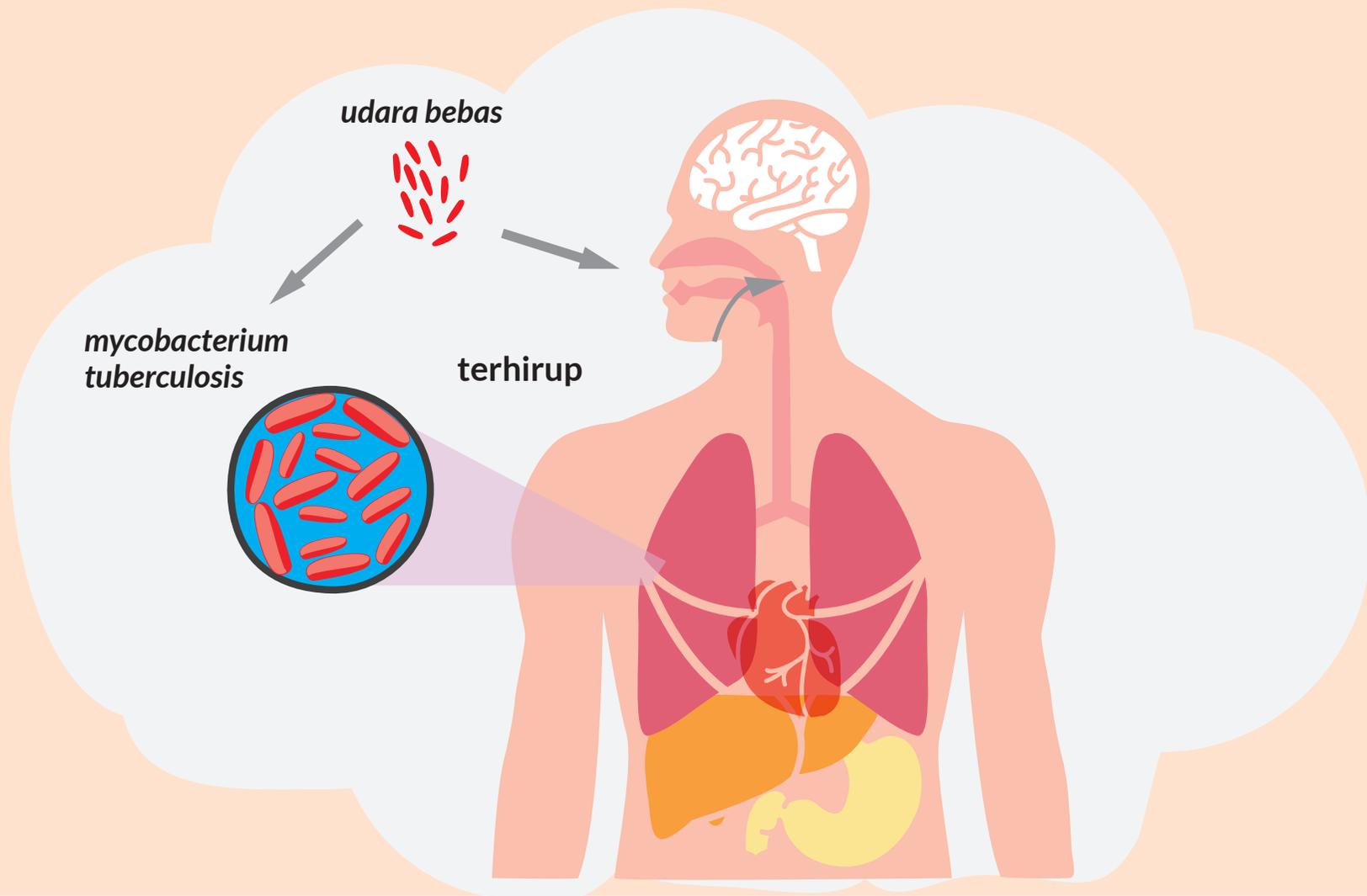


APA ITU TB ?

- TB atau *tuberculosis* adalah penyakit menular yang disebabkan kuman *Mycobacterium tuberculosis*
- TB dikenal orang dengan sebutan TBC, penyakit 3 huruf, paru-paru basah, flek paru dll
- Kuman TB paling sering menyerang paru-paru tetapi juga dapat menyerang organ tubuh lainnya seperti kelenjar getah bening, tulang, otak, kulit dll
- TB bukan penyakit keturunan atau guna-guna



TUBERKULOSIS (TB)



Direktorat Jenderal Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Kementerian Kesehatan RI

TUBERKULOSIS (TB)



GEJALA TB

Gejala Utama :

- Batuk terus - menerus (berdahak maupun tidak berdahak)

Gejala lainnya :

1. Demam meriang berkepanjangan
2. Sesak nafas dan nyeri dada
3. Berat badan menurun
4. Kadang dahak bercampur darah
5. Nafsu makan menurun
6. Berkeringat di malam hari meski tanpa melakukan kegiatan

Bila ada yang mempunyai gejala-gejala tersebut segera periksa ke layanan kesehatan terdekat.





GEJALA TB

Gejala Utama



Batuk Terus Menerus

Gejala lainnya



Demam meriang berkepanjangan



Sesak nafas dan nyeri dada



Berat badan menurun



Kadang dahak bercampur darah



Nafsu makan menurun



Berkeringat di malam hari meski tanpa melakukan kegiatan



PENULARAN TB

- Penularan TB terjadi melalui udara dari percikan dahak pasien TB yang batuk tanpa menutup mulut.
- Jika udara yang mengandung kuman TB tadi terhirup maka terdapat kemungkinan kita terkena infeksi TB namun tidak selalu berarti kita akan sakit TB, bisa jadi kuman TB tersebut 'tidur' (dormant) dalam badan kita. Kuman 'tidur' tidak membuat kita sakit TB dan kita juga tidak dapat menularkan ke orang lain.
- Jika daya tubuh menurun kuman TB yang 'tidur' ini menjadi aktif dan memperbanyak diri, maka kita menjadi sakit TB.

TB tidak menular melalui perlengkapan pribadi si pasien yang sudah dibersihkan seperti peralatan makan, pakaian atau tempat tidur yang digunakan oleh pasien TB.



Catatan : Petugas kesehatan harus menjelaskan jika ada pertanyaan tentang penggunaan perlengkapan pribadi. langkah langkah yang harus dilakukan :

1. Menenangkan pasien agar jangan khawatir.
2. Jelaskan bahwa peralatan makan harus dicuci dengan sabun sampai bersih.
3. Jelaskan bahwa jendela di kamar/rumah harus dibuka setiap pagi agar sinar matahari dapat masuk ke dalam kamar, serta menjemur kasur secara berkala.



PENULARAN TB



PASIEAN TB AKTIF DAPAT MENULARKAN PADA 10-15 ORANG DI SEKELILINGNYA SETIAP TAHUN.



SIAPA YANG PALING BERISIKO SAKIT TB ?

1. Siapa saja dapat tertular TB tetapi belum tentu menjadi sakit
2. Orang dengan imunitas atau daya tahan tubuh rendah yang paling berisiko yaitu
 - Anak
 - Orang dengan HIV/AIDS
 - Orang usia lanjut
 - Penyandang Diabetes Mellitus
 - Perokok
3. Orang kontak erat atau kontak serumah dengan pasien TB





SIAPA YANG PALING BERISIKO SAKIT TB ?

1



Anak-anak

2



Orang HIV/ AIDS

3



Orang usia lanjut

4



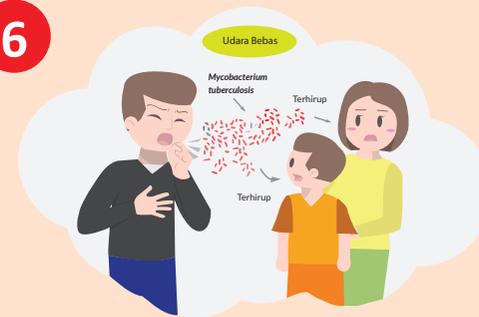
Orang Diabetes Mellitus

5



Perokok

6



Orang kontak erat atau kontak serumah dengan pasien TB



PEMERIKSAAN TB

1. TB dapat diketahui melalui pemeriksaan dahak
2. Kuman TB dilihat dengan mikroskopis atau dengan menggunakan mesin Tes Cepat Molekuler (TCM)
3. Dibutuhkan 2 kali pengambilan dahak pasien yaitu saat datang ke layanan (Sewaktu) dan dahak pagi sesaat setelah bangun tidur (Pagi) atau sebaliknya Pagi dan sewaktu (saat pasien mengantarkan dahak pagi ke layanan)
4. Petugas bisa menambahkan informasi fasilitas pemeriksaan yang ada di layanannya, mikroskop atau TCM



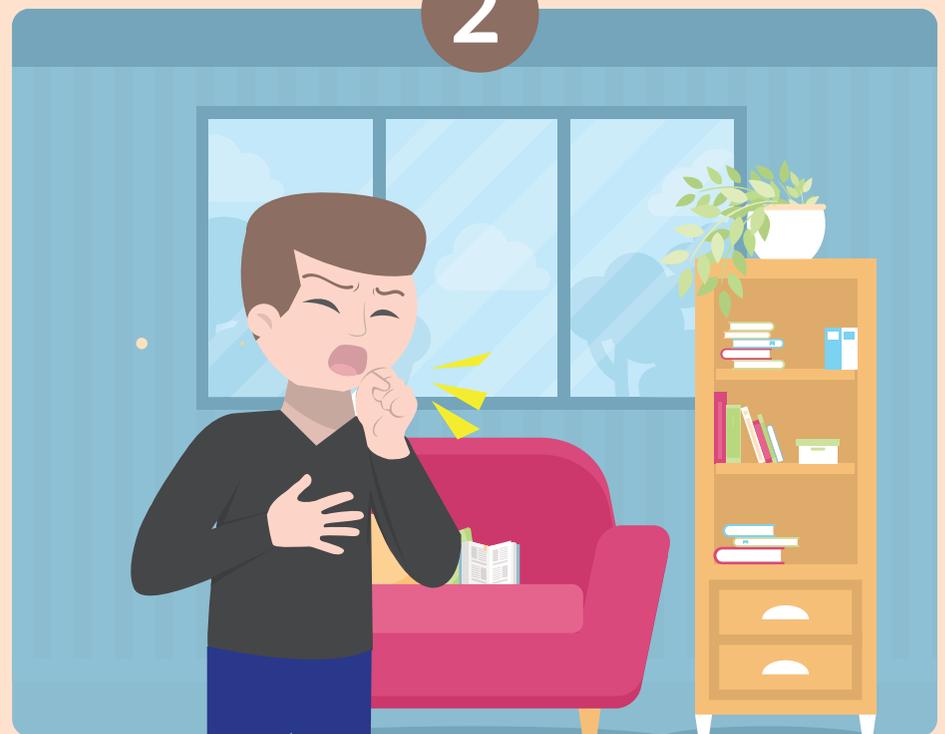
PEMERIKSAAN TB

1



Sewaktu (s)
Hari Pertama

2



Pagi (p)
Hari Kedua



CARA MENGELUARKAN DAHAK YANG BENAR

1. Tarik nafas dalam - dalam sebanyak 3 kali, lalu sentakkan untuk mengeluarkan dahak dari paru-paru
2. Bila sulit dilakukan, dapat dibantu dengan cara:
 - Berkumur - kumur dengan air bersih
 - Lari-lari kecil di tempat
 - Atau minum teh manis hangat

Warna dahak yang benar adalah berwarna putih kekuning - kuningan atau kehijauan dan bentuknya lebih kental dari liur

Kumpulkan dahak di pot dahak yang diberikan oleh petugas.

Jangan lupa cuci tangan dengan sabun dan air mengalir setelahnya.





CARA MENGELUARKAN DAHAK YANG BENAR

Bila sulit mengeluarkan dahak, maka dapat melakukan aktivitas seperti :



Mengeluarkan dahak
berwarna kuning



Lari - lari kecil di tempat



Atau minum teh
manis hangat



MENCEGAH PENULARAN TB

1. Minumlah obat teratur. Setelah 2 minggu minum obat , maka jumlah kuman akan berkurang dan tidak akan menular ke orang lain.
2. Pasien TB harus menutup mulutnya pada waktu batuk atau bersin.
3. Tidak membuang dahak sembarangan. Membuang dahak di tempat khusus dan tertutup seperti ke lubang wc atau wastafel dengan mengalirkan atau menyiram air pada dahak yang telah dibuang. 
4. Rumah tinggal harus mempunyai ventilasi udara yang baik agar sirkulasi udara berjalan lancar dan ruang/kamar mendapatkan cahaya matahari. 



MENCEGAH PENULARAN TB





PENGOBATAN



Pasien diberikan obat selama 6-8 bulan, diminum secara teratur, sesuai dengan dosis yang diberikan dan sebaiknya obat diminum dalam keadaan perut kosong di pagi hari



Tahap pemberian obat:

Tahap awal: 2 bulan atau 3 bulan diminum setiap hari

Tahap lanjutan: 4 bulan atau 5 bulan diminum 3x/minggu



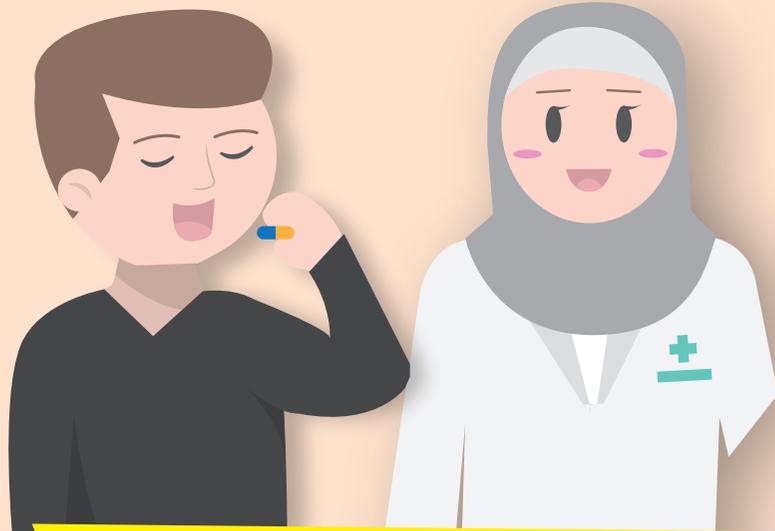
Bila tidak patuh dapat menyebabkan pasien menjadi resistan terhadap Obat Anti TB (OAT) atau yang paling parah menyebabkan kematian



Obat TB gratis disediakan oleh pemerintah, dapat diperoleh di Puskesmas, Fasyankes lainnya (petugas dapat memberikan informasi Fasyankes yang menyediakan obat TB gratis dan berkualitas)



PENGOBATAN



Pasien diberikan
obat selama 6-8 bulan





EFEK SAMPING OBAT



Ada sebagian pasien TB mengalami efek samping ringan setelah minum obat anti TB yaitu :

- Hilang nafsu makan, mual, sakit perut
- Nyeri sendi
- Kesemutan sampai rasa terbakar di kaki
- Warna kemerahan pada air seni (urine), jika ini terjadi tidak apa-apa.



Jika timbul gejala tersebut, jangan berhenti minum obat anti TB tetapi mintalah pertolongan kepada petugas kesehatan atau dokter setempat.



Tetapi jika setelah minum obat anti TB timbul gejala :

- Gatal-gatal dan warna kemerahan pada kulit
- Gangguan keseimbangan tubuh
- Gangguan penglihatan dan gangguan pendengaran
- Kulit kuning tanpa penyebab lainnya,

Segera datang kepada petugas kesehatan atau dokter di Fasyankes setempat.





EFEK SAMPING OBAT



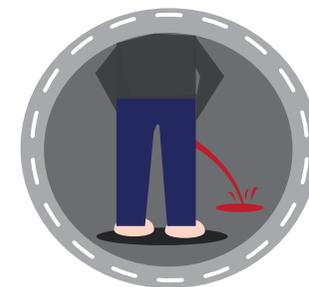
Tidak ada nafsu makan, mual, sakit perut.



Nyeri sendi



Kesemutan sampai rasa terbakar di kaki



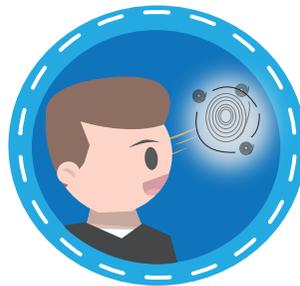
Warna kemerahan pada air seni tetapi hal ini tidak apa-apa



Gatal-gatal dan warna kemerahan di kulit



Gangguan keseimbangan tubuh



Gangguan penglihatan & gangguan pendengaran



Kulit kuning, tanpa penyebab lainnya

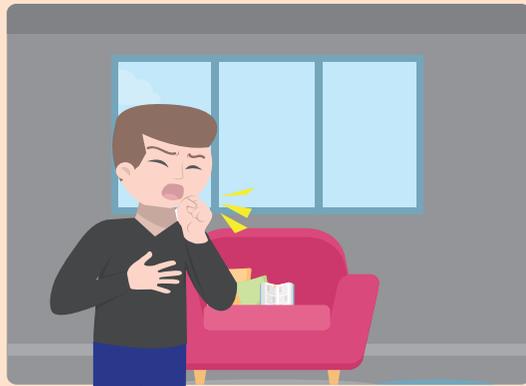


INVESTIGASI KONTAK

- Semua Pasien TB harus dilakukan investigasi kontak untuk mendeteksi secara dini kemungkinan penularan kepada kontak erat (serumah, teman sekolah dll)
- Investigasi kontak juga dilakukan pada pasien TB anak yang ditemukan untuk mencari sumber penularan.



INVESTIGASI KONTAK





ETIKA BATUK

Untuk mencegah penularan bapak/ibu juga harus menjalankan etika batuk:

- Gunakan masker, terutama bila anda sedang berada di keramaian atau bersama orang lain
- Tutup hidung dan mulut dengan menggunakan lengan dalam anda
- Tutup mulut dan hidung dengan tisu
- Jangan lupa membuangnya di tempat sampah
- Cucilah tangan dengan menggunakan air mengalir dan sabun



ETIKA BATUK





GAYA HIDUP SEHAT DAN PENCEGAHAN TB

Secara langsung TB dapat dihindari dengan :

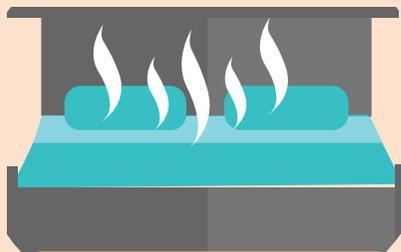
- Menjalankan kehidupan pribadi sehat seperti tidak merokok. 
- Meningkatkan daya tahan tubuh dengan makan makanan yang bergizi seimbang, dll
- Rumah yang cukup mendapatkan sinar matahari dan mempunyai sirkulasi udara yang baik. Agar rumah mendapatkan sinar matahari dan udara yang cukup, bukalah jendela pada pagi hari secara teratur, serta menjemur kasur atau tikar secara teratur agar tidak lembab.

Secara tidak langsung TB dapat dihindari dengan :

- Berolah raga teratur
- Cukup beristirahat
- Tidak tidur larut malam
- Secepatnya membawa bayi berusia di bawah 3 bulan untuk mendapatkan vaksin BCG  



GAYA HIDUP SEHAT DAN PENCEGAHAN TB



Menjemur alas tidur agar tidak lembab



Membuka jendela agar rumah mendapatkan cukup sinar matahari dan udara segar



Olahraga teratur



Imunisasi BCG



Makan makanan bergizi



Tidak merokok

Direktorat Jenderal Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Kementerian Kesehatan RI

Cara Menggunakan Lembar Balik

- Peganglah lembar balik ini di depan. Bagian dengan gambar dihadapkan ke arah peserta, sedangkan bagian dengan penjelasan gambar menghadap anda.
- Mintalah ijin kepada lawan bicara untuk menyampaikan informasi. Buat suasana menjadi nyaman saat menjelaskan lembar balik.
- Anda bisa menggunakan telunjuk untuk menunjuk gambar-gambar yang dijelaskan.
- Pastikan lembar balik ini berada dalam posisi tegak ketika di baca (jangan miring) dan gambar- gambarnya tidak tertutup oleh tangan anda.
- Jangan membawa lembar balik ini berkeliling ruangan karena akan lebih mudah di lihat dalam keadaan diam.
- Pada akhir setiap lembar buka kesempatan untuk diskusi kecil.
- Beri kesempatan peserta untuk bertanya karena diskusi ini amat penting. Lakukan diskusi sampai lembar akhir.
- Bila anda tidak dapat menjawab salah satu pertanyaan dari peserta, tanyakan kepada koordinator anda (yang menyertai anda untuk menjawabnya dihapus) atau catat pertanyaan tersebut untuk disampaikan ke koordinator, sehingga anda bisa menjawabnya di lain kesempatan.
- Baca dulu secara teliti isi lembaran balik ini sebelum melibatkan peserta sehingga akan mempermudah ketika menerangkan isinya.

Tanda Pengingat :

 : Tanyakan apakah pasien ada pertanyaan

 : Cek pemahaman pasien

 : Dengar keluhan pasien

 : Tawarkan bantuan