

HARIAN UMUM INDEPENDEN | MEMBINA HARGA DIRI UNTUK KESEJAHTERAAN NUSA DAN BANGSA

SINGGALANG MINGGU

SINGGALANG

Pemimpin Umum: H. Basril Djabar **Wakil Pemimpin Umum:** H. ME Djabar, Robby Irwanto **Penasehat Hukum:** H. Amiruddin, SH
Pemimpin Redaksi/Penanggung Jawab: Khairul Jasmi **Pemimpin Perusahaan:** Hj. Rilianty **Dewan Redaksi:** H. Basril Djabar, Khairul Jasmi, Widya Navies, Sawir Pribadi **Redaktur Pelaksana:** Widya Navies, Sawir Pribadi **Asisten Redaktur Pelaksana:** Edwardi, **Korlip:** Gusnaldi Saman, Soesilo Abadi Piliang **Koordinator Mingguan:** A.R. Rizal **Redaktur:** Syafrizal, Hartono, Metrizal, Adi Hazwar, Lenggogeni, Eriandi, Effendi, Yuniar, **Sidang Redaksi:** Khairul Jasmi, Widya Navies, Sawir Pribadi, Soesilo Abadi Piliang, Hartono, Syafrizal, Metrizal, A.R. Rizal, Lenggogeni, Eriandi, Edwardi, Gusnaldi Saman, Yuniar, Adi Hazwar **Reporter Padang:** Syawaladi, Guspayendri, Dede Amri, Hendri Nova, Bambang Sulistio, Yoserizal, Aci Indrawadi, Deri Oktazulmi, Yunisma. **Reporter Jakarta:** Eri Satria Dharma, Yusman Mahyuddin, **Koordinator Daerah Pasaman:** Chandra Firman (Korda), Ibnu Hayat, **Pasaman Barat:** Nefran, **Tanah Datar:** Musriadi Musanif (Korda). **Budgetting:** Asrial Gindo (Korda), Martiapri Yanti **Padang Panjang:** Jasruman (Korda), **Pesisir Selatan:** Marlison (Korda), **Sijunjung:** Nasrul Rasyad (Korda), **Kota Solok:** Wannedi Saman (Korda) **Kabupaten Solok:** Rusmel Dt. Sati (Korda), **Sawahlunto:** Armadison (Korda), Subandi **Pariaman:** Darmansyah (Korda), Tommy Syamsuar, **Damanhuri, Agam:** Mursyidi (Korda), **Payakumbuh:** Jefri Ricardo Magno (Korda), **Limapuluh Kota:** Muhammad Bayu Vesky (Korda) **Solok Selatan:** Hendrison (Korda) **Dharmasraya:** Yasrizal (Korda) **Sekretaris Redaksi:** Putri Juita **Pracetak:** Altria Effendi **Kabag Percetakan:** Dasnil. M **Kabag Iklan:** Rika Yosmeri **Kabag Personalia:** Lin Iriani **Kabag Pemasaran:** Hj. Iva Tureyza Idroes (Daerah), Osmarwan (Padang) **Kabag Keuangan, Akutansi dan Pajak:** Dessi Yanti **Kabag Umum:** Jurnal **Sekretaris Pemimpin Umum:** Rosnelly **Kepala Perwakilan Usaha Jakarta:** Soeparto Har.
Alamat Redaksi/Perusahaan: Jl.Veteran No.17, Padang, 25116 **Telepon:** (0751) 25001, 36923, 38338, 37306 **Fax:** (0751) 33572 **e-mail:** hariansinggalang @Yahoo.co.id **Website:** www.singgalang.redaksi@gmail.com **Alamat Perwakilan Jakarta:** Maya Indah Building, Jalan Kramat Raya No. 3-G, Senen, Jakarta, 10450 **Telepon Iklan dan Sirkulasi:** (021) 3904751, 3904752, 3903112, 3929631 **Facs:** (021) 3929630 **Harga langganan:** (termasuk Edisi Minggu): Rp90.000 **Luar Kota Padang / Luar Provinsi Sumatra Barat:** tambah ongkos kirim **Harga eceran:** Rp.4000/eksemplar **Tarif Iklan:** Halaman satu **Black and white** @ Rp32.000/mmk **Spot colour** @ Rp60.000/mmk **Full colour** @ Rp72.000/mmk **Halaman 2 s/d Halaman 28 black and white** @ Rp16.000/mmk **Spot colour** @ Rp30.000/mmk **Full colour** @ Rp36.000/mmk **Iklan keluarga** @ Rp15.000/mmk **Iklan mini:** Tinggi maksimal 50 mm @ Rp250.000/muat **Iklan duka cita:** Rp12.500/mmk **Iklan Baris** (Min. 3 baris Maks 5 baris) @ Rp 15.000/baris **Dewan Perusahaan:** H. Me Djabar (Ketua), Hj. Rosdiaty, H. Amiruddin, SH **Supervisi Personalia:** H. Amiruddin, SH.

Pencetak: Unit Percetakan PT. Genta Singgalang Press (Padang) (Isi di luar tanggung jawab percetakan).

Penerbit: PT Genta Singgalang Press (Anggota SPS) Izin: SK Menpen RI No.007/SK/MENPEN/SIUPP/A/1985, Tanggal 24 Oktober 1985.

2 DESEM BER 2012

ANDA BERTANYA, APOTEKER MENJAWAB

PUSING...

Jerawat tak Kunjung Sembuh

Diasuh Oleh para Apoteker
Dosen Fakultas Farmasi Unand



Dr. Muslim Suardi, MSc., Apt.

Pertanyaan :

Beberapa pertanyaan serada disambi oleh pembaca,

Ass, saya Rosmiati dari Bukittinggi, anak saya banyak jerawat, sudah saya bawa berobat, tetapi yang jerawat tetap bersama umurnya 16 tahun, apa obat yang harus saya berikan agar jerawat bisa hilang, mohon bpk jelaskan apa yang harus saya lakukan. Thanks

(081275485XXX)

2. Assalamualaikum Ww Bapak Apoteker yang saya hormati. Saya Roberd alamat Pdg Laweh Sij. Saya seorang remaja 14 th. Saya ingin menanyakan obat jerawat yang bisa mengobati jerawat yang mampu tdk membuat jerawat kembali. Sudah banyak saya coba tapi tetap tumbuh kembali. Kentang salah satunya tapi tetap tumbuh, dan juga obat kosmetik tapi perih di wajah apakah itu aman utk kulit. (085211288XXX)

3. Saya telah memencet jerawat saya untuk mempercepat penyembuhannya. Tetapi setelah saya baca-baca artikel di internet, bahwa memencet jerawat hanya akan memperparah keadaan. Apa yang

sebaiknya saya lakukan sebelum jerawat saya bertambah parah setelah saya memencetnya? (085396825XXX)

Jawaban :

Jerawat yang banyak dan membandel merupakan masalah kulit yang memisalkan remaja. Jerawat dapat menyebabkan penampilan yang tidak menyenangkan, sekaligus berpotensi mengurangi rasa percaya diri penderitanya. Bahkan pernah ada orang yang rela mengakhiri hidupnya, karena frustrasi dengan jerawatnya.

Timbulnya jerawat pada seseorang umumnya disebabkan oleh beberapa faktor, jerawat terjadi bila kelenjar minyak yang terangsang berlebihan pada masa puber karena peningkatan hormon. Sebetulnya minyak atau lemak yang dihasilkan merupakan bahan alami yang diperlukan untuk melindungi kulit dan sebagai pelicin. Karena produksi lemak yang berlebihan, maka diperlukan untuk menyumbat folikel rambut.

Keadaan ini mengakibatkan penumpukan lemak, dan ukuran folikel yang tersumbat makin lama akan membesar, kemudian pecah. Bakteri yang ada di kulit akan masuk, sehingga menyebabkan peradangan atau infeksi. Senyawaan yang bersifat dapat mengiritasi juga dapat memperparah keadaan.

Peradangan kelenjar di kulit ditandai oleh adanya komedo, papul, pustul, nodus,

dan kista. Jerawat merupakan kelainan kulit yang bersifat umum, menyerang hampir pada semua remaja yang berusia 16-19 tahun, dan dapat berlanjut hingga usia 30 tahun. Komedo adalah kotoran berupa kerak lapisan kulit yang mengumpul berwarna kehitaman atau putih, ia dapat menyumbat pori-pori di kulit umumnya mengandung bakteri.

Namun perlu diingat jerawat bukan disebabkan bakteri. Pada awalnya jerawat muncul seperti yang dijelaskan di atas. Namun bakterial yang menyebabkan jerawat semakin parah karena infeksi. Papul adalah suatu tonjolan padat pada permukaan kulit. Pustul adalah kumpulan nanah di dalam atau di bawah lapisan kulit. Pada bagian ini terdapat folikel rambut

atau pori-pori kelenjar keratin. Nodus adalah massa kecil, jarang berbentuk berlobes atau simpul.

Jerawat dapat disebabkan oleh pengaruh dari dalam dan luar tubuh. Pengaruh dari dalam tubuh terjadi karena peningkatan jumlah dan konsistensi lemak yang dikeluarkan kulit akibat berbagai faktor seperti keturunan, bangsa, hormonal, cuaca, jasad renik, makanan, dan stres. Jerawat tipe ini disebut sebagai jerawat atau acne vulgaris. Pengaruh dari luar tubuh berupa penutupan atau penyempitan saluran kelenjar. Penutupan saluran kelenjar oleh bahan dari luar dapat terjadi karena pemakaian kosmetika, terpapar bahan kimia, dan lain-lain. Jerawat tipe ini disebut jerawat atau acne venenata. Sedangkan jerawat tipe lain yakni jerawat fisis disebabkan saluran keluar kelenjar menyempit yang terjadi karena terpapar radiasi sinar lewat ungu, sinar matahari atau sinar radio aktif.

Komedo muncul karena penumpukan minyak yang berlebihan yang disebut sebum, serta bagian kulit yang mati. Munculnya komedo dapat disebabkan oleh pengeluaran atau sekresi lemak yang berlebihan, menumpuknya sel kulit yang mati, kebersihan kulit yang tidak terjaga, penyumbatan pori-pori karena make up dan kotoran, pengaruh polusi udara, dan udara panas.

Penatalaksanaan jerawat meliputi upaya pencegahan munculnya jerawat dan usaha menghilangkannya. Mengingat penyebab terjadinya jerawat akibat pengaruh berbagai faktor sekaligus, maka kedua usaha tersebut harus dilakukan bersamaan.

Untuk mencegah terjadinya jerawat, maka yang perlu dilakukan adalah menghindari peningkatan jumlah lemak sebum dan perubahan isi sebum. Berbagai cara dapat dilakukan seperti menghindari faktor pemicu terjadinya jerawat, diet rendah lemak, membersihkan kulit dari kotoran dan jasad renik. Pembersihan wajah atau kulit yang jerawatnya harus dilakukan dengan tepat. Terlalu sering menggunakan sabun untuk membersihkan kulit juga tidak baik. Pilihlah sabun yang lembut dengan keasaman atau pH yang tidak terlalu basa. Sabun yang terlalu basa dapat menyebabkan kulit menjadi kering. Bersihkan wajah dari kotoran dengan pembersih wajah pada pagi hari dan malam sebelum tidur. Segera bersih-

kan tata rias setelah selesai acara atau tidak tampil lagi di depan umum. Ingat, pembersihan yang berlebihan tidak baik bagi kulit wajah. Banyak mengonsumsi buah-buahan segar dan sayur, serta minum air yang cukup. Upayakan memakan buah-buahan setiap hari dan bervariasi.

Dominikan juga dengan sayur, apalagi sayuran segar tanpa dimasak atau dipanaskan. Namun alapannya harus dicuci bersih sehingga tidak menimbulkan masalah kesehatan lain seperti muntah ataupun infeksi saluran cerna. Oleskan krim tabir surya sebelum bepergian. Hindari paparan sinar matahari yang berlebihan. Untuk menambah nutrisi, pada malam hari, gunakan krim yang sesuai.

Oleskan tipis-tipis dan merata pada kulit wajah. Segarkan wajah dengan buah-buahan seperti tomat, bahkan kulit pisang emas yang akan terbuangpun dapat membantu. Bilas dengan air bersih setelah beberapa menit. Tindakan ini juga dapat untuk mencegah dan mengurangi kerut pada kulit wajah. Perhatikan makanan yang dapat meningkatkan kemungkinan terjadinya jerawat. Batasi konsumsi cokelat, kacang-kacangan, gorengan, santan, dan daging berlemak. Kebiasaan hidup sehat dan cukup gizi perlu ditingkatkan. Cukup makan sayur dan buah segar. Cukup tidur dan istirahat, hindari stress.

Xerona penyebabnya yang kompleks, tidak ada pengobatan baku untuk penanggulangan jerawat. Masalah yang perlu diperhatikan adalah tingkat keparahan dan faktor perorangan. Terapi yang mungkin dilakukan adalah pengobatan melalui obat luar di kulit, obat dalam atau sistemik dan operasi kulit.

Pengobatan melalui kulit atau topikal terutama ditujukan untuk mencegah pembentukan komedo, menekan peradangan dan mempercepat penyembuhan fesi. Bahan obat yang biasa digunakan adalah bahan anti iritan, antibiotika topikal, anti peradangan topikal. Pengobatan sistemik ditujukan untuk menekan aktifitas jasad renik, mengurangi reaksi radang, menekan produksi sebum dan mempengaruhi keseimbangan hormonal. Golongan obat sistemik yang biasa dipakai adalah antibakteri, obat hormonal, Vitamin A dan anti inflamasi nonsteroid. Sedangkan tindakan pembedahan kulit ditujukan untuk memperbaiki jaringan parut akibat jerawat meradang yang berat.

Bedah kulit yang akan dilakukan disesuaikan dengan jenis kulit dan tingkat keparahan jaringan parut yang terjadi.

Benzoil peroksida adalah salah satu zat yang dapat digunakan untuk menanggani jerawat, dapat mengurangi jumlah Propionibacterium acnes yang merupakan bakteri penyebab infeksi jerawat. Senyawaan ini umumnya digunakan untuk pengobatan jerawat yang sering terjadi, aman untuk dewasa, anak-anak, dan bahkan ibu hamil. Sediaan yang mengandung zat ini tersedia di pasaran, ada dalam bentuk krim, gel, losio, dan pencuci muka. Benzoiil peroksida dapat digunakan tunggal maupun dalam bentuk kombinasi. Bila berbagai upaya sendiri tidak berhasil maka nasehat pakar yang sesuai perlu didapatkan.

Ibu Rosmiati dari Bukittinggi dan Roberd di Padang Laweh. Pada usia remaja penyebab timbulnya jerawat umumnya adalah karena ketidakseimbangan hormon yang alami terjadi di samping sebab lain. Jadi selagi hormon tersebut masih berlebih, maka selama itu pula akan timbul jerawat. Pada mulanya mungkin jerawatnya tidak begitu banyak, tetapi karena menanggapi terlalu serius dan berlebihan akan menyebabkan ketegangan alias stress. Keadaan inilah yang memperparah dan mempermalu timbulnya jerawat. Tanpa disengaja anak remaja sering mengusap dan bahkan dengan sengaja memencet jerawatnya. Hal ini justru akan dapat menyebabkan infeksi oleh bakteri normal atau kuman yang banyak di kulit wajah dan di jari. Bukan tidak mungkin, karena tangan yang kotor terbawa pula bakteri patogen yang dapat menyebabkan penyakit. Lebih berbahaya lagi bila terdapat bakteri tertentu yang dapat menyebabkan tetanus. Infeksi yang terjadi tidak saja akan menyebabkan bekas luka berupa

pori yang besar, tetapi juga dapat demikian tindakan yang dilakukan penanya 085396825XXX, harus dihindari. Upaya untuk mengeluarkan nanah dan lemak yang menumpuk, harus dilakukan dengan hati-hati menggunakan alat dan keadaan lingkungan yang bebas kuman. Tindakan ini sebaiknya hanya dapat dilakukan oleh pakar yang sudah terlatih,

berpengalaman dan profesional. Untuk Roberd di Padang Laweh. Upaya sendiri hanya dapat untuk tindakan awal dengan berbagai tindakan seperti yang sudah dijelaskan di atas. Pengobatan sendiri hanya dapat dilakukan menggunakan obat bebas atau bebas terbatas yang dapat dibeli tanpa resep. Itupun sebaiknya melalui saran apoteker di apotik. Hindar prinsip coba-coba dalam menggunakan obat keras. Setiap menggunakan kosmetik perlu diujicoba dalam jumlah kecil pada bagian kulit yang paling tipis seperti di belakang telinga. Bila mengiritasi, timbul warna merah atau bahkan perih, jangan gunakan! Ada kosmetik yang tidak sesuai untuk kulit seseorang atau mungkin juga produknya yang kurang bagus atau tidak memenuhi syarat.

Pembaca, jerawat pada usia remaja umumnya disebabkan oleh kelebihan hormon. Keadaan ini akan tetap berlangsung hingga usia 30 hingga 40-an. Upaya yang dilakukan akan mengurangi tingkat keparahan jerawat. Bila jerawat tetap membandel bahkan berlebihan, silahkan berkonsultasi langsung dengan pakar yang sesuai. Pembaca juga dapat datang berkonsultasi ke Pusat Pelayanan Informasi Obat Fakultas Farmasi Unand, Kampus Limau Manis Padang 25163, dengan perjanjian.

Bagi pembaca yang ingin menanyakan segala sesuatu tentang obat, makanan dan kosmetik dapat menghubungi kami (Apoteker) melalui SMS di nomor 082388287373. Sehubungan dengan banyaknya pertanyaan masyarakat yang perlu dijawab, pembaca harap bersabar menunggu giliran. Prioritas jawaban ditujukan untuk penanya yang menandatangani alamat lengkap dan seberapa pentingnya pertanyaan yang diajukan terhadap kemaslahatan masyarakat. Tim pengasuh berhak memperbaiki pertanggung jawaban yang kurang memuaskan seperti menyangkut kepentingan pemasaran produk obat dll. Pembaca dapat mengunduh semua artikel ABAM yang sudah pernah dipublikasikan di Singgalang Minggu pada Web Site Fakultas Farmasi Unand: ffarmasi.unand.ac.id. Terima Kasih. Dr.

(Muslim Suardi, MSc., Apt)

Bagi pembaca yang ingin menanyakan seputar obat dan makanan, dapat menghubungi No.Telp/FAX 0751-777057, email dekan@ffarmasi.unand.ac.id atau sidsyofyan@yahoo.com. Pertanyaan akan langsung dijawab oleh para Apoteker Fakultas Farmasi Unand, Padang.