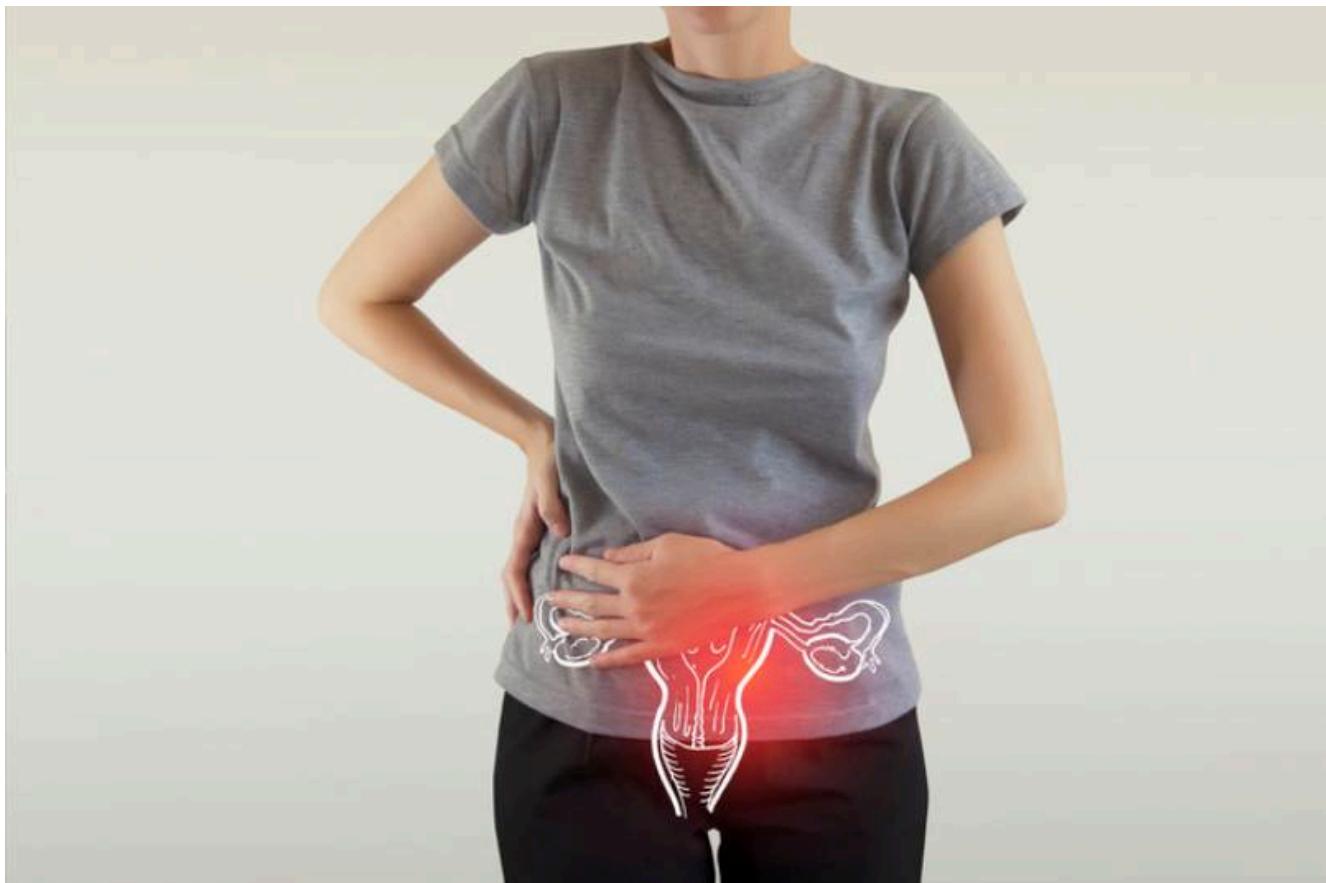


Apa Itu Kanker Serviks, Kenali 5 Gejala yang Ditimbulkan

Category: LifeStyle

30 Juni 2025



Apa Itu Kanker Serviks, Kenali 5 Gejala yang Ditimbulkan

Prolite – Apa itu kanker serviks? Mungkis nama kanker ini sudah tidak asing lagi ditelinga semua orang, penyakit yang memiliki kedudukan kedua terbanyak yang dapat terkena penyakit ini.

Kanker serviks adalah kanker yang tumbuh pada sel-sel di leher rahim (serviks), bagian bawah rahim yang terhubung ke vagina. Kanker ini umumnya disebabkan oleh infeksi virus HPV (Human Papillomavirus) yang ditularkan melalui hubungan

seksual.

Oleh karena itu Pemerintah Indonesia terus berupaya mencari langkah strategis dalam perang melawan kanker ini.

Dilansir laman resmi Kementerian Kesehatan (Kemenkes), setiap tahun, tercatat sekitar kasus baru, dan 70 persen diantaranya baru terdeteksi saat sudah masuk stadium lanjut.

Untuk itu, pemerintah melalui langkah terbarunya akan memperluas program vaksinasi HPV ke kelompok perempuan dewasa usia 20–25 tahun mulai tahun 2027. Rencananya vaksin ini akan diberikan secara gratis.

Awalnya program ini menyangkai pada anak perempuan kelas 5 dan 6 SD yang dilakukan secara bertahap sejak 2016-2022 dengan jangkauan di 132 kabupaten/kota. Kelompok usia ini dipilih karena tubuh mereka lebih responsif dalam membentuk antibodi dan memberikan perlindungan optimal sebelum terpapar virus HPV.

Setelah dilakukan bertahap, akhirnya pada tahun 2023 vaksinasi HPV resmi menjadi program imunisasi nasional. Kini, pemerintah bersiap untuk melangkah lebih jauh dengan menyangkai perempuan yang belum sempat mendapatkan vaksin sebelumnya.

Tantangan selanjutnya adalah memastikan bahwa masyarakat, khususnya perempuan dewasa, sadar akan pentingnya vaksinasi HPV. Pemerintah sadar bahwa perlu lebih dari sekadar penyediaan vaksin untuk membuat program ini berhasil.

Diperlukan kerja sama semua pihak, mulai dari petugas kesehatan, lembaga pendidikan, komunitas, hingga media untuk terus menyuarakan pentingnya vaksinasi HPV sebagai langkah pencegahan kanker serviks.



Alodokter

Sebagai informasi berikut beberapa faktor yang dapat

meningkatkan risiko terserang kanker ini:

- Sistem kekebalan tubuh yang lemah.
- Riwayat keluarga dengan kanker serviks.
- Berhubungan seksual di usia muda.
- Berganti-ganti pasangan seksual.

Terdapat beberapa gejala seseorang terkena kanker ini seperti:

1. **Pendarahan vagina yang tidak normal:** Pendarahan setelah berhubungan seksual, di antara siklus menstruasi, atau setelah menopause.
2. **Keputihan yang tidak biasa:** Keputihan yang berlebihan, berwarna, atau berbau menyengat.
3. **Nyeri panggul atau punggung bagian bawah:** Nyeri yang tidak hilang dan bisa semakin parah.
4. **Nyeri saat berhubungan seksual:** Terasa sakit atau tidak nyaman saat berhubungan intim.
5. **Kelelahan dan penurunan berat badan:** Gejala umum yang bisa terjadi pada berbagai jenis kanker.

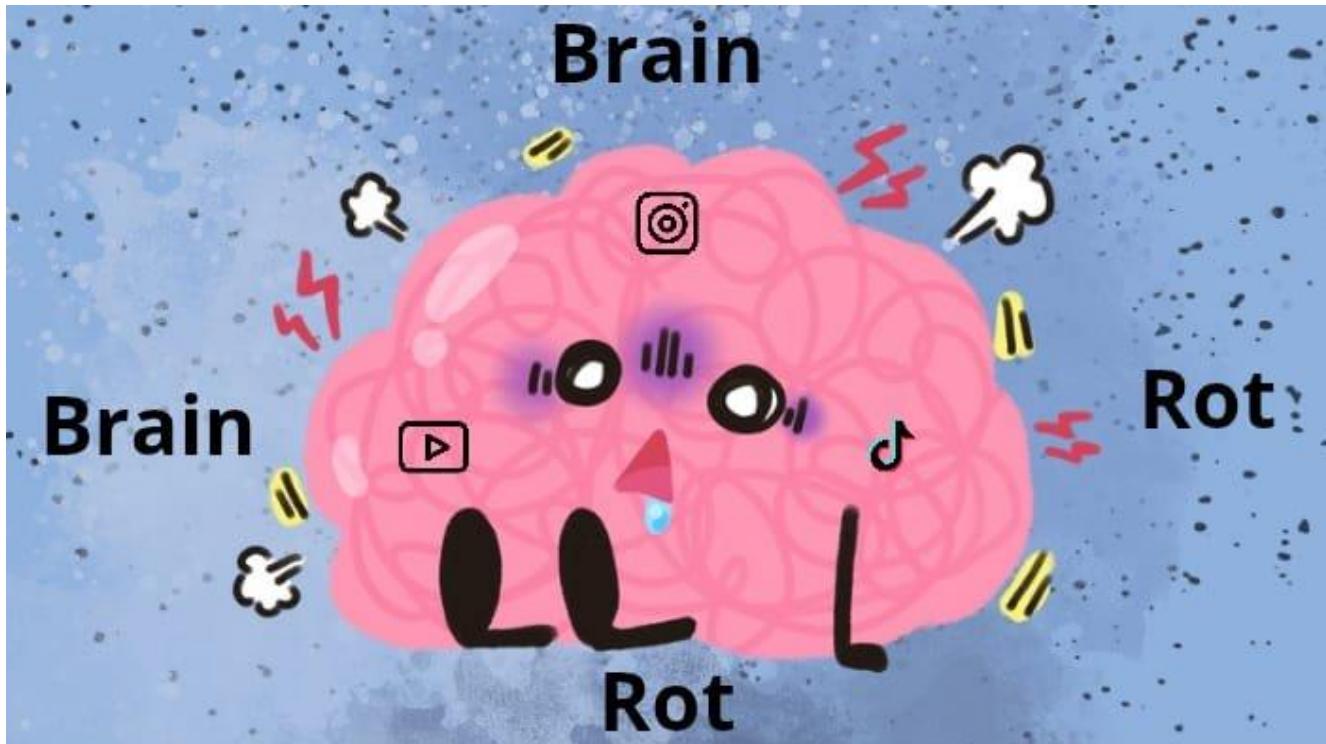
Jika anda mengalami ciri-ciri seperti diatas segera periksakan kedokter untuk mendapatkan pengobatan lebih lanjut.

Waspada Gejala Brain Rot? 4 Cara Mengatasinya Terutama

untuk Anak

Category: LifeStyle

30 Juni 2025



Waspada Gejala Brain Rot? 4 Cara Mengatasinya Terutama untuk Anak

Prolite – Apa itu masalah Brain rot? Hati-hati buat kamu yang suka scrolling di media sosial dapat terkena masalah ini.

Brain rot atau pembusukan atau kerusakan otak merupakan istilah untuk seseorang yang memiliki masalah karena terlalu sering menghabiskan waktu untuk scrolling media sosial.

Walaupun risiko *brain rot* pada aktivitas itu belum diteliti secara komprehensif, sejumlah ahli menyebut beberapa alasan nyata untuk khawatir perihal waktu layar (*screen time*) yang berlebihan. Hal itu terutama berlaku untuk remaja dan anak-anak yang otaknya masih berkembang.

"Masalah utamanya berkaitan dengan anak-anak karena perkembangan otak membutuhkan keragaman paparan," kata Ketua Feil Family Brain and Mind Research Institute dan ahli saraf

di Weill Cornell Medicine, Costantino Iadecola, dilansir dari Today.

Terlalu banyak aktifitas di depan layar dengan mengorbankan aktivitas lain, hal ini dapat sangat berdampak negatif pada anak-anak dan remaja.

net

Hal tersebut dapat beresiko membuat rentan terhadap kecemasan dan depresi kepada penderitanya.

Menurut Oxford University Press, *brain rot* mengacu pada kemerosotan kondisi mental atau intelektual seseorang akibat terlalu banyak mengonsumsi konten yang sepele atau tidak menantang. Istilah tersebut, yang terpilih sebagai Oxford Word of the Year pada 2024, juga dapat merujuk pada konten yang cenderung menyebabkan kemerosotan tersebut.

Akibat terlalu banyak waktu menonton layar, kerusakan otak dapat dikaitkan dengan gejala seperti kabut otak, kelelahan, rentang perhatian berkurang, dan ketidakmampuan mengatur diri sendiri.

Masalah Brain rot ini nyatanya bukan hanya terkena untuk yang menghabiskan waktu scrolling medsos namun yang terlalu lama menghabiskan waktu untuk bermain gaming juga dapat terkena kerusakan otak.

Akibatnya, orang mungkin mengalami perubahan fungsi kognitif. Secara khusus, mereka mungkin mengalami gangguan memori atau gangguan memori jangka pendek, ketidakmampuan untuk fokus, rentang perhatian yang berkurang, impulsif, dan preferensi untuk kepuasan instan.

Dalam beberapa hal, *brain rot* terdengar sangat mirip dengan kelelahan, yang keduanya memiliki ciri-ciri depresi dan gangguan fungsi eksekutif. Bagi banyak orang, gejala brain rot

kemungkinan bersifat situasional atau berubah dari hari ke hari, jam ke jam. Namun, bagi sebagian orang, tanda-tanda kerusakan otak dapat menjadi bagian dari masalah klinis, seperti dalam konteks ADHD.

Misalnya, seorang remaja yang sudah memiliki gejala depresi atau kecemasan mungkin lebih cenderung mengalami penggunaan media sosial yang bermasalah, misalnya. Atau, jika Anda seseorang yang sudah mengalami kesulitan fokus, konten media sosial mungkin lebih menarik bagi Anda dan memperburuk masalah tersebut.

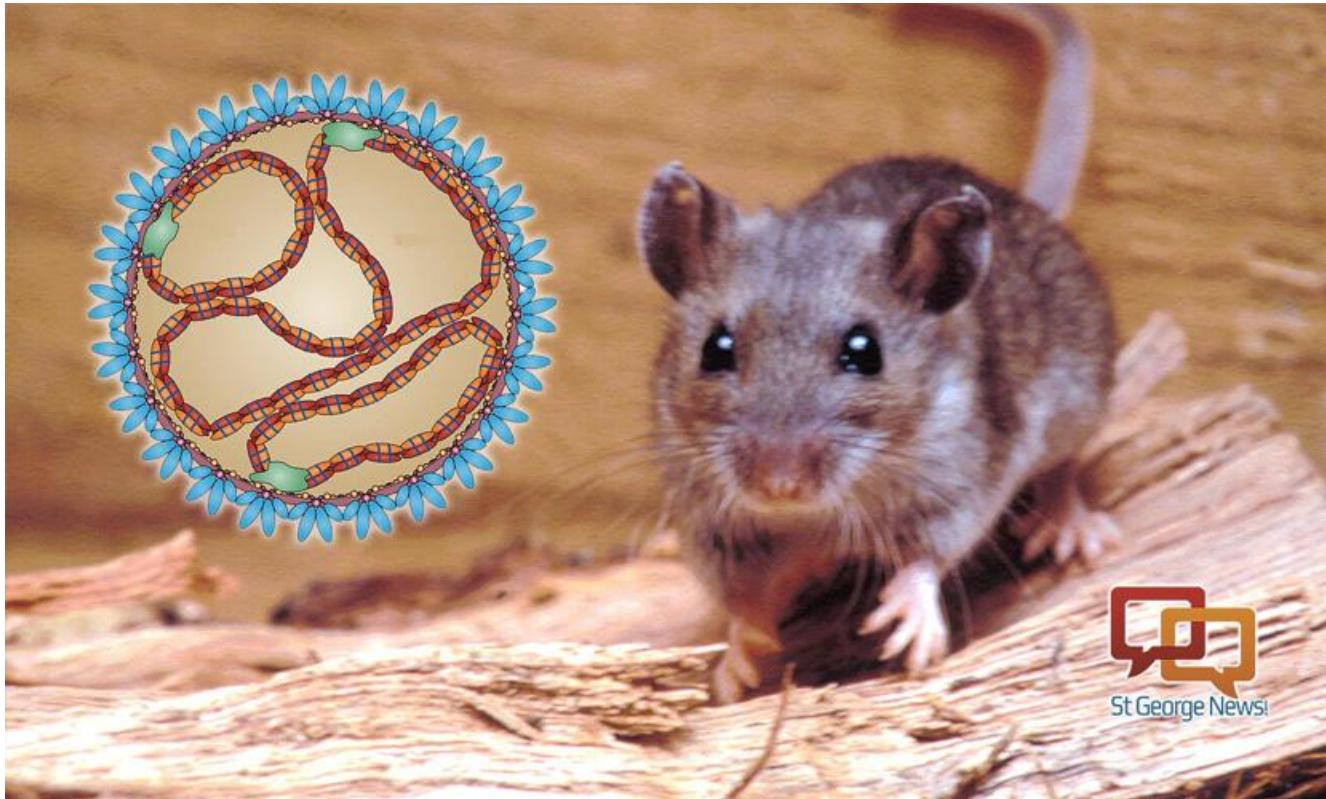
Untuk menjaga anak terkena kerusakan otak orang tua dapat melakukan hal berikut:

- Pantau dan atur waktu penggunaan layar
 - Kelola media sosial di lingkungan yang lebih positif secara emosional
 - Sertakan aktivitas nondigital, seperti menghabiskan waktu di luar ruangan, menulis, dan bermain music
 - Bangun dukungan sosial dan keterlibatan masyarakat melalui aktivitas kelompok
-

Kenali Apa Itu Hantavirus? Kenali 7 Gejalanya

Category: LifeStyle

30 Juni 2025



Kenali Apa Itu Hantavirus? Kenali 7 Gejalanya

Prolite – Apa itu Hantavirus? Virus yang jarang terjadi pada manusia namun sangat berbahaya bila terpapar virus tersebut.

Hantavirus adalah kelompok virus yang disebarluaskan oleh tikus atau hewan penggerat lain. Meski begitu, penularan infeksi hantavirus antar manusia sangat jarang terjadi.

Virus ini juga menyebabkan gangguan pada paru-paru (*hantavirus pulmonary syndrome*) atau pembuluh darah dan ginjal (*hemorrhagic fever with renal syndrome*). Virus ini dibawa dan disebarluaskan oleh tikus dan hewan penggerat lainnya.

Dalam kasus ini memang sangat jarang terjadi pada manusia namun jika seseorang mengalami kontak langsung dengan feses, urine, dan air liur tikus yang terinfeksi.

Penyakit virus ini tergolong jarang terjadi, tetapi bisa berbahaya. Tingkat kematian akibat *hantavirus pulmonary syndrome* sekitar 40% dan pada *hemorrhagic fever with renal syndrome* sekitar 5–15%.



istimewa

Sementara beberapa faktor yang dapat meningkatkan risiko seseorang terinfeksi virus adalah:

- Tinggal di rumah atau area yang terdapat banyak tikus
- Memiliki pekerjaan yang dapat sering berkontak dengan tikus atau cairan yang dikeluarkannya, seperti industri konstruksi atau jasa pengendalian hama
- Memiliki hobi berkemah, mendaki gunung, berburu, atau melakukan aktivitas lain yang memiliki potensi tinggi untuk berkontak dengan tikus

Pada penderita juga akan mengalami beberapa gejala yang akan timbul ketika terpapar virus tersebut:

1. Demam
2. Meriang dan tidak enak badan
3. Sakit kepala
4. Mual dan muntah
5. Sakit perut dan diare
6. Nyeri otot
7. Rasa lelah

Beberapa gejala awal yang bisa muncul saat seseorang mengalami HFRS adalah:

- Demam
- Sakit kepala berat
- Rasa sakit pada punggung dan perut
- Kelelahan
- Pandangan kabur
- Kemerahan di wajah
- Ruam di kulit

Belum ada pengobatan yang benar-benar efektif untuk mengatasi infeksi virus tersebut. Namun, dokter dapat melakukan tindakan untuk meringankan gejala dan mencegah terjadinya komplikasi.

Pengobatan umumnya dilakukan di unit perawatan intensif di rumah sakit.

Bahaya Kesehatan di Balik Perut Buncit, Berikut 5 Cara Mengecilkannya

Category: LifeStyle

30 Juni 2025



Bahaya Kesehatan di Balik Perut Buncit, Berikut 5 Cara Mengecilkannya

Prolite – Masalah perut buncit memang menjadi faktor utama yang membuat penampilan menjadi tidak pede, namun selain tidak percaya diri ada bahaya kesehatan di balik itu semua.

Banyak bahaya Kesehatan yang membayangi dari balik perut yang membuncit itu, Perut buncit berbahaya karena adanya penimbunan lemak.

Lantas bagaimana cara mengecilkan perut buncit? Simak penjelasan berikut.

Lemak di bagian perut ini terdiri dari dua macam, yaitu lemak subkutan dan lemak viseral. Lemak subkutan adalah lemak yang berada di bawah kulit. Lemak ini dapat dicubit dan terlihat.

Sedangkan lemak viseral berada di sekitar organ dalam tubuh sehingga tidak terlihat. Lemak Viseral inilah yang sering dihubungkan dengan kondisi obesitas di perut. Selain berbahaya karena dapat meningkatkan risiko penyakit tertentu, seperti penyakit jantung, lemak viseral sangat sulit untuk dihilangkan.

Banyak faktor yang menjadi penyebab di baliknya perut yang menjadi membesar diantaranya terjadinya obesitas.

Perut buncit timbul oleh karena asupan makanan yang melebihi energi yang diperlukan untuk aktivitas fisik.

Apabila Anda makan terlalu banyak, khususnya makanan yang tinggi gula dan kolesterol dan kurang berolahraga, Anda akan mengalami penumpukan lemak pada tubuh, termasuk lemak di perut.

Namun adanya faktor turunan juga bisa menjadi penyebab utama selain itu, kurang tidur, kebiasaan mengonsumsi alkohol dan setres yang tinggi juga berpengaruh terhadap terhadap timbulnya lemak berlebih.

Zat ini dapat menyebabkan peradangan dalam tubuh sehingga meningkatkan risiko penyakit jantung, stroke, dan tekanan darah tinggi. Para peneliti juga menemukan bahwa senyawa sitokin dapat menyebabkan kanker tertentu. Disebutkan bahwa lemak perut berkaitan erat dengan kanker usus besar, kanker

kerongkongan, dan kanker pankreas.

Bahaya perut buncit juga terkait dengan peningkatan produksi kolesterol buruk dan penurunan produksi kolesterol baik.

Itulah mengapa penumpukan lemak dapat meningkatkan risiko penyakit kolesterol tinggi. Selain itu, lemak berlebih juga menyebabkan insulin menjadi kurang efektif dalam mengontrol gula darah sehingga meningkatkan risiko diabetes. Selain itu, lemak berlebih juga dapat menyebabkan gangguan pernapasan, bahkan meningkatkan risiko kematian dini akibat penyakit kardiovaskular.

Mengencangkan otot perut bisa dengan sit-up atau gerakan lainnya dengan cara bertahab atau bisa juga dengan melakukan diet dengan benar.

1. Perhatikan makanan yang dikonsumsi dan asupan kalorinya.

Anda perlu mengurangi asupan kalori dalam tub Konsumsi kalori setidaknya dikurangi 500-1000 kalori per hari dari total kebutuhan. Kurangi karbohidrat dan mulai mengonsumsi banyak sayuran, buah, produk susu rendah lemak, produk biji-bijian utuh, dan protein tanpa lemak.

2. Perbanyak aktivitas fisik

Kurangnya aktivitas dapat membuat Anda kesulitan mengurangi penumpukan lemak berlebih untuk pria maupun wanita. Jadi, mulai biasakan melakukan olaraga, dengan kombinasi latihan angkat beban dan Jika sudah tidak terbiasa melakukan olahraga berat, mulailah dengan rutin kaki berjalan atau yoga.

3. Kurangi konsumsi minuman beralkohol

Selain tidak baik untuk kesehatan, minuman beralkohol juga dapat menyebabkan perut Anda menjadi buncit.

4. Hindari stress

Stres juga dapat memicu perut buncit. Apabila Anda memiliki

masalah, cobalah bermeditasi, lakukan relaksasi, dan berbincanglah dengan orang terdekat Anda.

5. Tidur yang cukup

Kurang tidur dapat menyebabkan nafsu makan meningkat sehingga memengaruhi pola makan. Banyak penelitian juga menemukan bahwa kurang tidur berpengaruh pada peningkatan berat badan. Rekomendasi tidur sehari-hari untuk orang dewasa yaitu 7-8 jam per hari.

Hati-hati Musim Pancaroba Tiba, 5 Tips Menjaga Kesehatan Badan

Category: LifeStyle

30 Juni 2025



Hati-hati Musim Pancaroba Tiba, 5 Tips Menjaga Kesehatan Badan

Prolite – Kota Bandung kini sudah memasuki musim pancaroba, masalah kesehatan akan banyak muncul di saat musim seperti ini.

Namun dalam kondisi cuaca yang tak menentu kita tetap harus menjaga kesehatan tubuh agar terhindar dari berbagai penyakit.

Biasa dalam kondisi musim pancaroba seperti sekarang ini kita gampang terkena penyakit seperti Flu, Batuk, Influenza, Diare, demam berdarah, dan penyakit lain yang biasa terjadi.

Perlu diketahui bahwa saat kondisi cuaca seperti sekarang, tubuh seseorang dipaksa untuk terus beradaptasi dengan kondisi cuaca yang tidak menentu. Akibatnya, seseorang yang sedang berada dalam kondisi imun yang kurang baik, akan mudah terserang penyakit.

Maka dari itu kami memiliki tips agar selalu menjaga Kesehatan

di tengah musim pancaroba:

1. Mengkonsumsi vitamin C yang cukup
2. Mengkonsumsi makanan yang sehat dan bergizi seimbang
3. Mencuci tangan menggunakan sabun atau *Hand Sanitizer* baik sebelum maupun setelah makan
4. Menjaga kebersihan tubuh dengan rutin mandi 2 kali sehari.
5. Beraktivitas fisik minimal 30 menit setiap harinya.

Dengan menerapkan tips sehat selama musim pancaroba diatas, diharapkan mampu meminimalisir potensi terserang penyakit selama musim ini, agar aktivitas dapat tetap berjalan dengan lancar.

Tetap disiplin perilaku hidup sehat dan bersegera dalam melakukan pemeriksaan ke fasilitas kesehatan apabila mengalami gejala penyakit, agar bisa mendapatkan penanganan sedini mungkin.

Tetap menjaga asupan dan tetap berolahraga untuk terhindar dari berbagai jenis penyakit yang akan membuat anda tidak nyaman.

DPRD: Kesehatan, Pendidikan Terpenuhi, Kesejahteraan Masyarakat Bisa Tercapai

Category: Politik & Parlemen

30 Juni 2025



Tanti Herawati, Anggota DPRD Kota Bekasi

Prolite – Kesehatan, pendidikan dan kesejahteraan merupakan aspek penting di dalam kehidupan masyarakat. Ketiga aspek tersebut merupakan kebutuhan pokok dan utama masyarakat.

Tanti Herawati, anggota DPRD Kota Bekasi sangat konsen dengan ketiga aspek tersebut. Baginya akses pendidikan, kesehatan dan kesejahteraan masyarakat wajib dan harus selalu diperjuangkan.

Bergabung di Komisi IV DPRD Kota Bekasi yang membidangi ketiga sektor tersebut, Tanti Herawati sangat antusias karena sangat sesuai dengan passionnya dimana Dia bisa lebih fokus membangun Kota Bekasi melalui aspek-aspek yang paling dibutuhkan oleh masyarakat.

“Sejak saya dilantik, Saya memilih Komisi IV, karena selama ini concern saya memang di bidang pendidikan, kesehatan, dan kesejahteraan rakyat. Saya percaya masyarakat yang sehat dan terdidik merupakan prasyarat untuk membangun Kota Bekasi yang maju dan sejahtera,” ujarnya.

Tanti Herawati sendiri sudah dua kali mencalonkan diri dalam pemilu. Jabatan sebagai Ketua DPD Partai Solidaritas Indonesia dan pengalamannya saat ini cukup memahami bermacam persoalan yang ada dan dihadapi oleh masyarakat.

“Sejak awal terjun di politik, tujuan saya memang untuk membantu masyarakat. Makanya setelah terpilih menjadi anggota DPRD, saya selalu membuka pintu 24 jam untuk warga mengadu, khususnya yang terkait masalah pendidikan dan layanan kesehatan,” ungkapnya.

Terjun di dunia politik merupakan bentuk pengabdiannya untuk masyarakat. Tanti mengaku tak segan untuk turun langsung ke masyarakat yang membutuhkan bantuan.

“Kapan pun dibutuhkan oleh warga, jika memungkinkan saya selalu datang sendiri untuk menemui warga yang tengah kesulitan,” katanya.

Aspek pendidikan di masyarakat, Tanti menyoroti kesulitan warga masyarakat yang akan mendaftarkan sekolah anak-anak mereka saat tahun ajaran baru. Persoalan ini menurutnya selalu berulang setiap tahunnya. Dia berharap pemerintah melakukan evaluasi dan segera menyelesaikan persoalan tersebut.

Sedangkan aspek kesehatan Dia pun menyoroti masih banyaknya warga masyarakat yang belum mendapatkan layanan BPJS. Ia masih sering menemukan warga yang seharusnya menjadi penerima bantuan iuran, namun belum terdaftar sebagai peserta BPJS.

Tanti menegaskan aspek-aspek tersebut harus menjadi perhatian khusus pemerintah. Masih banyak persoalan di masyarakat yang harus segera dibenahi. Jika aspek kesehatan, pendidikan bisa terpenuhi, maka kesejahteraan masyarakat akan bisa dicapai.

9 Bahaya Kekurangan Vitamin D , Kesehatan Tulang dan Gigi juga Berdampak Loh !

Category: LifeStyle

30 Juni 2025



Prolite – Ada bahaya yang akan menyerang ketika kamu kekurangan Vitamin D loh? Gak percaya, simak artikel berikut ini.

Pentingnya kebutuhan vitamin D untuk daya tahan tubuh itu penting terutama untuk menjaga Kesehatan tulang dan gigi.

Namun sayangnya banyak orang yang kurang menyadari akan bahaya yang akan menyerang ketika kamu kekurangan asupan vitamin.

Memang untuk kekurangan vitamin ini sangat susah untuk didiagnosis serta tidak akan menimbulkan gejala apapun pada tubuh.

Dilansir dari Cleveland Clinic, kekurangan vitamin D bisa disebabkan oleh beberapa faktor, misalnya tidak mendapat asupan vitamin yang cukup dari makanan dan sinar Matahari, tubuh tidak menyerap vitamin D dengan benar, atau bisa juga karena kondisi medis tertentu, seperti penurunan berat badan dan konsumsi obat-obatan.

Kondisi kekurangan vitamin tersebut yang dibiarkan dalam jangka panjang bisa memicu terjadinya osteoporosis, melemahkan fungsi otot, rambut rontok, hingga lelah dan lesu.



my-cleveland clinic

Lantas, apa saja gejala kekurangan vitamin D yang perlu diwaspadai?

1. Kondisi badan akan merasa mudah lelah ketika beraktifitas
2. Tubuh akan rentan terkena penyakit
3. Merasakan nyeri pada bagian punggung bawah
4. Penderita akan merasakan kencangan otot yang melemah bahkan hingga merasakan nyeri otot
5. Rambut penderita akan mengalami rontok
6. Pada orang dewasa akan mengalami osteoporosis
7. Eksim atau menurunnya sistem imun tubuh
8. Kerusakan gigi dan gusi
9. Infeksi saluran kemih

Dengan banyaknya gejala yang akan terjadi ketika kekurangan vitamin tersebut maka harus selalu diingat untuk tetap mengonsumsi makanan dan minuman yang mengandung banyak vitamin.

Jika mengalami beberapa gejala seperti diatas maka segera lakukan pemeriksaan lebih lanjut kepada dokter.

Hari Vaksin AIDS Sedunia Diperingati Tanggal 18 Mei Loh, Simak Penjelasannya

Category: LifeStyle

30 Juni 2025



Hari Vaksin AIDS Sedunia Diperingati Tanggal 18 Mei Loh, Simak Penjelasannya

Prolite – World AIDS Vaccine Day atau Hari Vaksin AIDS Sedunia yang juga dikenal dengan HIV Vaccine Awareness Day nyatanya ada.

Hari Vaksin AIDS sedunia yang diperingati setiap 18 Mei itu pertama kali di peringati pada tahun 1998.

Dengan diadakannya Hari Vaksin Sedunia ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran akan pentingnya pengembangan vaksin HIV serta mengedukasi masyarakat mengenai cara pencegahan penularan HIV.

AIDS merupakan singkatan dari *Acquired Immunodeficiency Syndrome*, yaitu kondisi kronis yang berpotensi mengancam jiwa dan disebabkan oleh virus HIV (human immunodeficiency virus).

AIDS merupakan tahap akhir dari infeksi HIV, di mana sistem kekebalan tubuh penderita mengalami kerusakan parah, sehingga membuat mereka lebih rentan terhadap berbagai jenis kanker dan penyakit lainnya.



Yayasan KNCV

Meskipun telah terjadi kemajuan besar dalam pengobatan dan pencegahan HIV—seperti profilaksis pra pajanan (PrEP) dan terapi antiretroviral (ART)—vaksin tetap menjadi tujuan penting dalam upaya global untuk mengakhiri epidemi AIDS.

Dilansir dari Money Control, Hari Vaksin AIDS Sedunia bertujuan untuk mendorong dukungan yang lebih luas terhadap pengembangan vaksin AIDS.

Meski telah lebih dari empat dekade sejak kemunculannya, AIDS masih menjadi ancaman serius bagi kesehatan masyarakat. Pada awal kemunculannya di tahun 1980-an, diagnosis HIV/AIDS hampir selalu berarti kematian.

“Tanpa pengobatan yang efektif pada tahun 1980-an, mereka yang terdiagnosis HIV hanya memiliki sedikit harapan, menghadapi penyakit yang melemahkan, keterasingan sosial, dan sayangnya, dalam banyak kasus, kematian dalam beberapa tahun,” ujar Dr. Meg Doherty, Direktur Program HIV Global, Hepatitis, dan Infeksi Menular Seksual WHO.

Meskipun kemajuan ilmu pengetahuan telah memungkinkan

pengelolaan gejala dan menghasilkan pengobatan seperti terapi antiretroviral (ART) dan profilaksis pra pajanan (PrEP), hingga kini vaksin HIV masih belum tersedia.

Hari Vaksin AIDS Sedunia, yang juga dikenal sebagai Hari Kesadaran Vaksin HIV, menjadi momen penting untuk memperkuat dukungan terhadap pengembangan vaksin tersebut.

Ada beberapa gejala awal yang bisa dikenali antara lain demam, sakit kepala, kelelahan, nyeri tenggorokan, dan/atau pembengkakan kelenjar getah bening. Namun, banyak orang tidak menunjukkan gejala apa pun selama berminggu-minggu, berbulan-bulan, atau bahkan bertahun-tahun.

Ini berarti bahwa HIV sangat mudah menular dan sering kali ditularkan melalui hubungan seksual oleh orang-orang yang tidak menyadari bahwa mereka telah terinfeksi. Virus ini juga dapat menyebar melalui darah, misalnya pada orang yang berbagi jarum suntik saat menggunakan narkoba, serta dapat ditularkan dari ibu ke anak saat proses persalinan.

Hal terpenting yang perlu diingat adalah bahwa AIDS merupakan tahap lanjutan dari infeksi HIV, dan seseorang hanya bisa mendapatkan pengobatan jika mereka mengetahui status HIV-nya.

Apa itu Gangguan Bipolar dan Skizofrenia ? Simak Gejala dan Perbedaannya

Category: LifeStyle

30 Juni 2025



Apa itu Gangguan Bipolar dan Skizofrenia ? Simak Gejala dan Perbedaannya

Prolite – Apa itu gangguan bipolar (BP) dan skizofrenia? Bagaimana kita dapat mengenali gejala seseorang yang mengidap BP? Simak penjelasan berikut.

Gangguan bipolar atau yang biasa disebut BP tidak hanya menyerang orang dewasa namun gejala tersebut dapat diketahui dari masih kecil.

Lantas apa bedanya dengan skizofrenia? Mari kenali perbedaan dari kedua gejala tersebut.

“Tantangan kesehatan mental seperti bipolar dan skizofrenia, yang dulunya dianggap hanya menyerang orang dewasa, kini juga memengaruhi anak-anak dan remaja dengan tingkat yang mengkhawatirkan,” kata Guru Besar Psikiatri Subspesialis Anak dan Remaja FKUI-RSCM Prof Dr dr Tjhin Wiguna, SpKJ, SubSp AR (K), MIMH di Jakarta, dikutip dari .



TikTok

Dr Tjhin mengungkapkan, pada anak-anak gejala bipolar dan skizofrenia sudah bisa terlihat. "Seperti mudah tantrum, speech delay. Namun, perlu pemeriksaan lebih lanjut untuk menegakkan diagnosis yang tepat," ujar Tjhin.

Tjhin mengungkap, GB ditandai dengan perubahan suasana hati yang intens antara keadaan depresif yang mendalam dan juga episode mania.



Twitter

Sedangkan skizofrenia biasanya ditandai oleh gangguan proses pikir, isi pikir dan persepsi psikosis yang dapat mencakup halusinasi, delusi, atau pikiran atau ucapan yang kacau.

"GB terjadi karena beberapa faktor risiko seperti genetik, lingkungan, neurobiologis, dan psikososial. Beberapa gejala yang bisa dikenali seperti episode mania atau suasana emosi mudah marah, episode depresi atau suasana sedih mendalam dan keinginan bunuh diri, dan campuran antara keduanya," ujar Tjhin.

Skizofrenia memiliki faktor risiko seperti genetik, perinatal atau komplikasi sejak lahir, lingkungan, dan neurodevelopmental atau kelainan struktur otak. Beberapa gejalanya seperti gejala positif (halusinasi, delusi), gejala negatif (kurang motivasi dan cenderung datar), dan disorganisasi (bicara tidak koheren dan perilaku tidak sesuai konteks).

Namun yang perlu di perhatikan biasanya seseorang menganggap remeh saat mendapati beberapa gejala-gejala yang muncul.

Saat gejala muncul pada usia yang jauh lebih muda akan disalah artikan dengan gejala sebagai berikut merupakan perilaku remaja yang umum pada usianya.

Jika seseorang telat mengartikan bahwa itu adalah gejala GB

maka bisa mengganggu perkembangan, Pendidikan, dan hubungan remaja.

Maka dari itu untuk para orang tua diminta pahami akan adanya gejala-gejala tersebut terjadi pada anak kita, jika sudah mendapati gejala tersebut maka segera lakukan pengobatan dengan tepat.

Tjhin menjelaskan, bahwa GB ataupun skizofrenia pada anak-anak dan remaja adalah kondisi kronis. Namun, dengan perawatan yang efektif seperti tatalaksana komprehensif yang tepat dan sesuai, tentu dapat membantu untuk mengatasi gejala, serta meningkatkan kualitas hidup anak dan remaja secara signifikan.

Perawatan komprehensif terdiri atas obat-obatan serta dukungan psikososial dari orang tua, keluarga, dan lingkungan sekitar.

Makan Sehat, Anak Kuat, Warga Berdaya, Bandung Jadi Teladan Program Makan Bergizi Gratis

Category: News

30 Juni 2025



Makan Sehat, Anak Kuat, Warga Berdaya, Bandung Jadi Teladan Program Makan Bergizi Gratis

KOTA BANDUNG, Prolite – Pemerintah Kota (Pemkot) Bandung terus menunjukkan komitmennya menghadirkan layanan pendidikan, makan sehat dan kesehatan yang berkualitas melalui Program Makan Bergizi Gratis (MBG).

Diluncurkan secara nasional sejak Januari 2025, program ini menjadi salah satu prioritas utama di Kota Bandung. Fokusnya, tidak hanya pada kandungan gizi yang optimal, tetapi juga pada kebersihan, higienitas, dan keamanan pangan yang didistribusikan untuk anak-anak sekolah.

Program makan sehat MBG di Kota Bandung juga mendapat apresiasi langsung dari Pemerintah Pusat. Tenaga Ahli Komunikasi Kepresidenan, Adita Irawati menyampaikan bahwa skema pelaksanaan makan sehat MBG di Bandung menjadi contoh kolaborasi yang baik.

Selain memastikan makanan yang higienis dan aman, program ini

dinilai berdampak ganda karena memberdayakan lebih dari 47 warga binaan untuk mengelola dapur MBG.



dok Provinsi Jawa Barat

“Program MBG di Bandung bukan hanya meningkatkan gizi anak-anak, tapi juga memberdayakan lebih dari 47 warga binaan yang mengelola dapur MBG,” ujar Adita.

Hal ini diungkapkan Adita saat saat berkunjung ke Satuan Pelayanan Pemenuhan Gizi (SPPG) Arcamanik yang berlokasi di Lapas Kelas 1 Sukamiskin, serta ke SDN 101 Sukakarya.

Kunjungannya didampingi Tim Badan Gizi Nasional dan Wakil Wali Kota Bandung, Erwin.

“Ini membuka peluang keterampilan baru bagi mereka setelah masa pembinaan. Skema seperti ini patut menjadi contoh yang bisa diterapkan di tempat lain,” imbuh Adita.

Dalam pelaksanaannya, Pemkot Bandung juga menerapkan pengawasan lintas sektor dengan melibatkan Dinas Kesehatan dan puskesmas setempat.

Menurut Wakil Wali Kota Bandung, Erwin, seluruh bahan makanan yang masuk ke dapur MBG dipastikan telah melalui proses pemeriksaan ketat dan uji kelayakan.

“Pengawasan ini kami lakukan secara menyeluruh, dari pemilihan bahan baku, proses pengolahan di dapur, hingga distribusi ke sekolah. Kami ingin pastikan tidak ada celah yang mengganggu kualitas dan keamanan makanan anak-anak kita,” jelas Erwin.

“Kami pastikan makanan untuk anak-anak bukan hanya bergizi, tapi juga diproses di dapur yang bersih, sehat, dan higienis. Semua dapur MBG telah lolos uji kelayakan dan diawasi ketat, baik dari aspek kebersihan, keamanan, maupun kandungan gizinya,” tutur Erwin.

Dengan kolaborasi yang kuat antara pemerintah pusat, daerah, dan berbagai mitra, Program MBG di Bandung diharapkan terus menjadi model inspiratif yang tidak hanya menyehatkan generasi muda, tapi juga menguatkan nilai-nilai sosial dan kemanusiaan.