



TIPS MENJADI KONSUMEN CERDAS DALAM MEMILIH OBAT AMAN

BADAN PENGAWAS OBAT DAN MAKANAN

OUTLINE

Latar Belakang

Definisi Obat

Cara Mendapatkan Obat di Sarana Legal

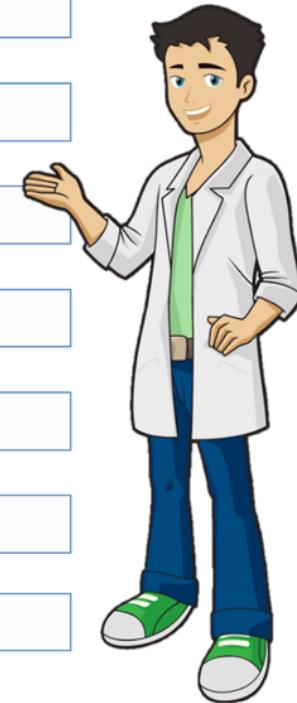
Cara Gunakan Obat yang Benar

Penyimpanan Obat

Buang Sampah Obat dengan Benar

Kenali & Laporkan Efek Samping Obat

Stop Penyalahgunaan Obat!





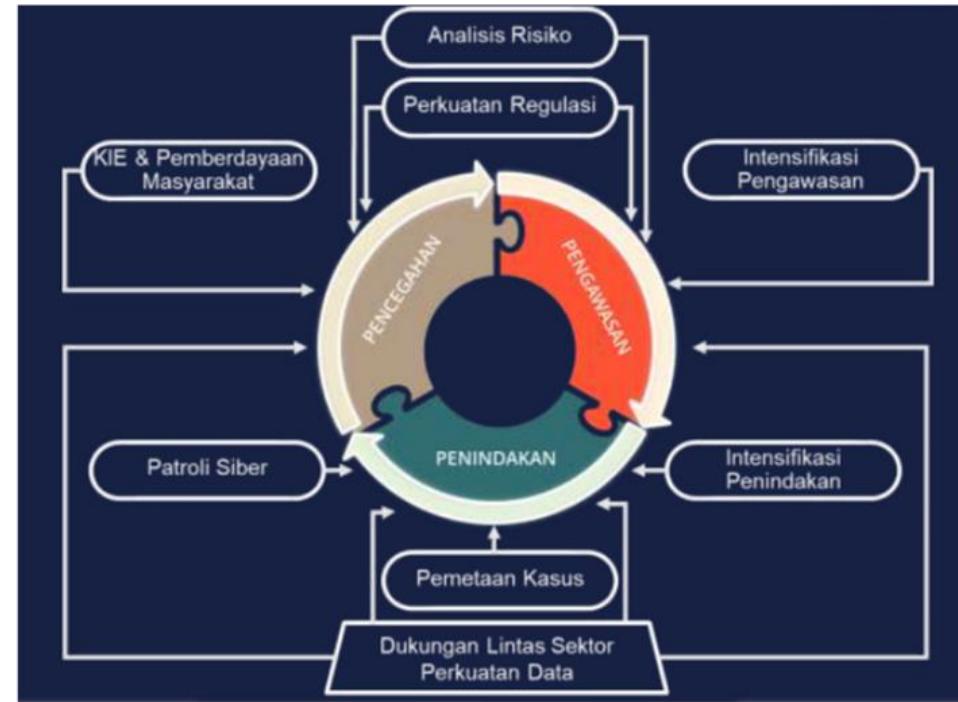
LATAR BELAKANG



KOMITMEN BADAN POM



PENCANANGAN AKSI NASIONAL
Pemberantasan Obat Illegal
dan Penyalahgunaan Obat
3 Oktober 2017



KOMITMEN BERSAMA

TOLAK
PENYALAHGUNAAN
OBAT



**BERSAMA
BERANTAS
OBAT
ILEGAL**

**STOP
MEROKOK
BE SMART,
DON'T START**





DEFINISI OBAT



APA ITU OBAT ?



**Obat adalah Zat
yang digunakan
untuk:**



**Mencegah
Penyakit**



**Menyembuhkan
Penyakit**



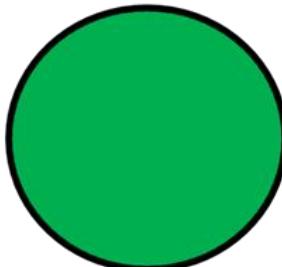
**Meningkatkan
Kesehatan**

LOGO OBAT

OBAT BEBAS

Tanda Lingkaran Hijau dengan garis tepi berwarna hitam

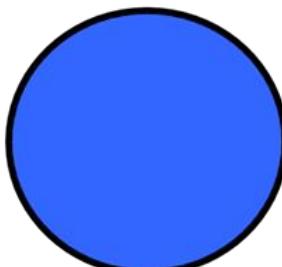
Obat yang dapat dibeli secara bebas tanpa menggunakan resep dokter. Dapat diperoleh di Apotek dan Toko Obat



OBAT BEBAS TERBATAS

Tanda Lingkaran Biru dengan garis tepi berwarna hitam disertai dengan Peringatan

Obat yang dapat dibeli sama seperti obat bebas namun memiliki Peringatan Khusus saat menggunakan. Dapat diperoleh di Apotek dan Toko Obat



OBAT KERAS

Tanda Lingkaran Merah dengan garis tepi berwarna hitam dan huruf K menyentuh tepi

Hanya dapat diperoleh dengan resep dokter dan hanya boleh dijual di Apotek

OBAT NARKOTIKA

Tanda Palang Berwarna Merah dengan lingkaran berwarna merah

Obat golongan narkotika yang hanya dapat diperoleh di Apotek dengan menggunakan resep dokter serta bersifat adiksi. Hanya dapat diperoleh di Apotek.



CARA MENDAPATKAN OBAT DI SARANA LEGAL



CARA MENDAPATKAN OBAT

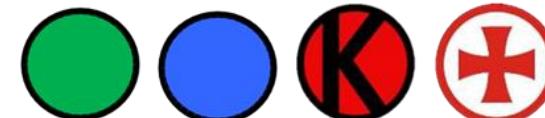
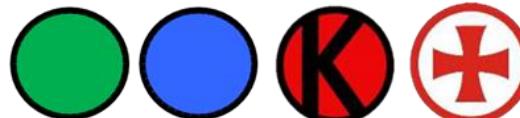
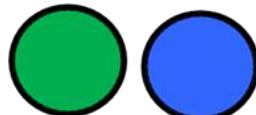
TOKO OBAT



APOTEK



RUMAH SAKIT



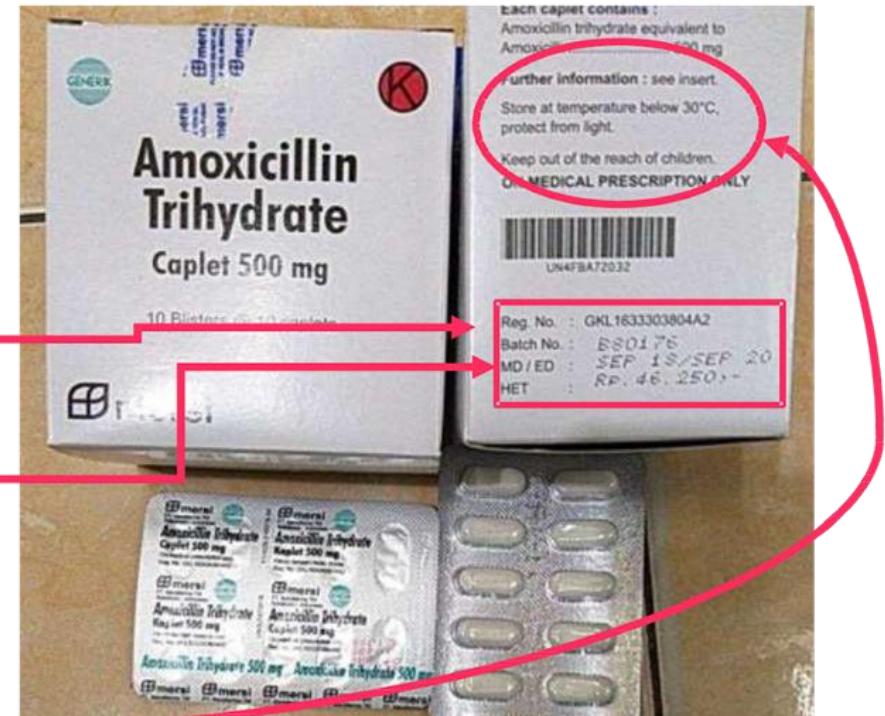


CEK KEMASAN, LABEL, IZIN EDAR, DAN KEDALUWARSA

KEMASAN OBAT

Periksa terlebih dahulu :

- Kondisi kemasan (masih bagus/rusak)
- Nomor Izin Edar
- Informasi pada kemasan
- Tanggal kedaluwarsa



PENYIMPANAN OBAT

Simpan sesuai anjuran yang tertera pada kemasan obat

Untuk memastikan obat sudah terdaftar di Badan POM :

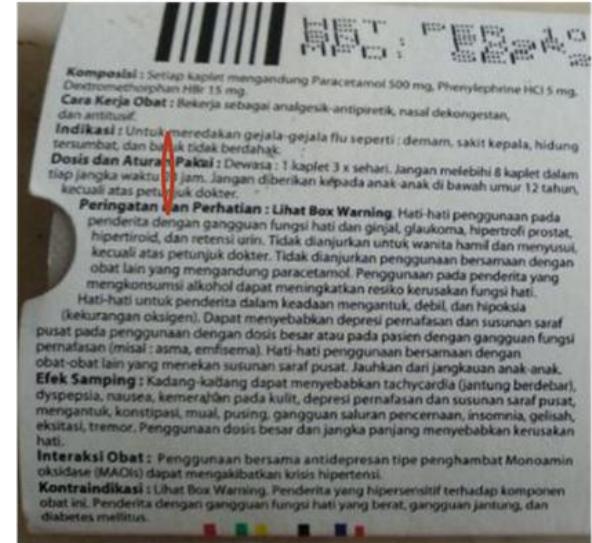
<http://cekbpom.pom.go.id/>

Aplikasi CEK BPOM (Android/iOS)



ATURAN PAKAI

- Untuk obat dengan resep dokter, gunakan sesuai petunjuk dokter :
 - Pagi hari, siang hari atau malam hari
 - Sebelum makan, sesudah makan atau bersama makanan
 - Untuk sirup tertentu, harus dikocok dahulu sebelum digunakan
- Untuk obat yang dibeli bebas (tanpa resep dokter), perhatikan **petunjuk penggunaan** pada kemasan obat, bila informasi sulit dipahami konsultasikan kepada apoteker atau petugas di apotek.



INFORMASI PADA KEMASAN/ LABEL OBAT





CARA GUNAKAN OBAT YANG BENAR



GUNAKAN OBAT SESUAI DENGAN BENTUK SEDIAAN

TABLET/PIL/ KAPSUL



Ditelan langsung
dengan air
mineral

SIRUP/SUSPENSI /EMULSI



- Kocok dahulu sebelum diminum
- Gunakan sendok takar dan perhatikan dengan baik volume pada sendok takar agar dosis tepat
- Minum sesuai dosis dan cara pakai

SALEP/KRIM/ GEL



Dioleskan
pada bagian
yang sakit

ATURAN PAKAI



SEHARI **2x1** TABLET

Artinya dalam satu hari obat tersebut digunakan 2 kali (misalnya pagi dan malam) sebanyak 1 tablet

SEHARI **3x1** SENDOK TEH

Artinya dalam satu hari obat tersebut digunakan sebanyak 3 kali (misalnya pagi, siang dan malam) sebanyak 1 sendok teh

SEHARI **2x2** KAPSUL

Artinya obat tersebut sehari diminum sebanyak 2 kali (misalnya pagi dan malam) dan setiap kali minum obat sebanyak 2 kapsul



PENYIMPANAN OBAT





**Simpan dalam kemasan asli
dan dengan etiket yang
masih lengkap**



**Periksa tanggal kedaluwarsa
dan kondisi obat**



**Kunci almari
penyimpanan obat**

**Baca aturan menyimpan
obat dalam kemasan**



**Jauhkan dari sinar matahari
langsung / lembab / suhu
tinggi dan sebagainya**



**Jauhkan dari
jangkauan anak**





**AYO BUANG SAMPAH OBAT
DENGAN BENAR!**



Obat Padat

(Tablet, Kapsul, Serbuk dll)



1
Hilangkan label.
Keluarkan obat dari kemasan.



2
Hancurkan obat terlebih dahulu.

- Untuk kapsul, keluarkan isi kapsul dari cangkangnya, lalu larutkan dengan air.
Rusak/gunting cangkang kapsul, lalu buang bersama sampah rumah tangga lainnya.
- Untuk tablet/kaplet, hancurkan terlebih dahulu, lalu campurkan obat dengan tanah/ampas kopi.



3

Taruh campuran dalam wadah yang bisa ditutup (plastik yang bisa ditutup kembali, kaleng kosong, atau wadah lain) untuk menjaga agar obat tidak bocor atau tumpah.



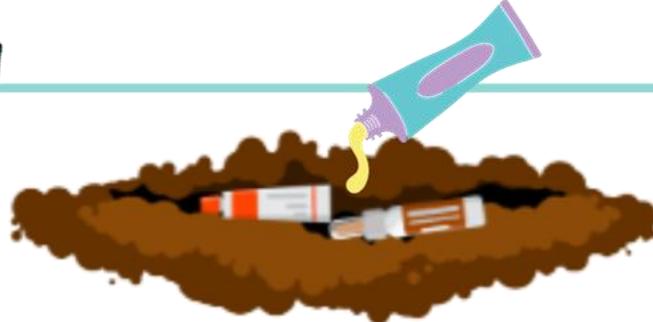
4

Rusak/gunting kemasan obat (dus, strip, blister) terlebih dahulu, lalu buang ke tempat sampah.

Obat Semi Padat (Salep, Krim, Gel, dll)



1



Hilangkan label.
Keluarkan isi obat dari
kemasan dan timbun
dengan tanah.

2



Rusak/gunting kemasan
(tube, dus, pot) terlebih
dahulu, lalu buang ke
tempat sampah.

Obat Cair (Sirup, Suspensi, Emulsi dll)

CARA 1

- ① Hilangkan label. Periksa adanya endapan dalam botol. Apabila ada endapan atau obat sudah mengental, tambahkan air dan kocok untuk melarutkan endapan
- ② Keluarkan cairan obat, lalu encerkan dengan air. Setelah itu buang ke dalam saluran air yang mengalir



CARA 2

- ① Hilangkan label. Tuang cairan ke dalam plastik.
- ② Tambahkan tanah
- ③ Tutup plastik dengan rapat
- ④ Buang plastik ke tempat sampah



KENALI & LAPORKAN
EFEK SAMPING OBAT!





EFEK SAMPING OBAT DAPAT TERJADI PADA SIAPA SAJA



Kenali Efek Samping Obat!

Efek Samping Obat adalah respon yang merugikan dan tidak diinginkan yang terjadi ketika mengkonsumsi obat pada dosis yang ditentukan

Laporkan keluhan kepada :



Dokter



Apoteker



Perawat



Bidan

Keluhan juga dapat disampaikan kepada BPOM melalui Call Center HaloBPOM 1500533 atau melalui email ke pv-center@pom.go.id

Informasi yang perlu disampaikan jika mengalami efek samping obat

- 1 Obat yang dicurigai menimbulkan efek samping
- 2 Obat lain yang dikonsumsi bersama-sama
- 3 Waktu minum obat
- 4 Waktu terjadinya efek samping
- 5 Deskripsi efek samping yang terjadi
- 6 Riwayat efek samping sebelumnya





**STOP PENYALAHGUNAAN
OBAT!**



Narkotika

Undang-Undang Nomor 35 Tahun 2009



Golongan I

Hanya dapat digunakan untuk tujuan pengembangan ilmu pengetahuan, tidak untuk terapi/pengobatan

Potensi **sangat tinggi** mengakibatkan ketergantungan
Contoh : Opium, Ganja, Kokain

Golongan III

Dapat digunakan untuk terapi/pengobatan

Potensi **ringan** mengakibatkan ketergantungan
Contoh : Kodein

Golongan II

Dapat digunakan untuk terapi/pengobatan

Sebagai pilihan terakhir, potensi **tinggi** mengakibatkan ketergantungan
Contoh : Fentanil, Petidin

Psikotropika

Undang-Undang Nomor 5 Tahun 1997



Golongan I

Hanya dapat digunakan untuk tujuan pengembangan ilmu pengetahuan, tidak untuk terapi/pengobatan

Potensi **amat kuat** mengakibatkan ketergantungan
Contoh : Deskloroketamin

1

2

Golongan III

Banyak digunakan untuk terapi/pengobatan

Potensi **sedang** mengakibatkan ketergantungan
Contoh : Pentobarbital

3

4

Golongan II

Dapat digunakan untuk terapi/pengobatan

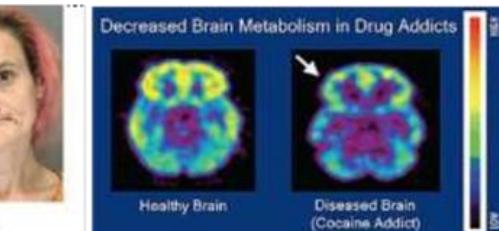
Potensi **kuat** mengakibatkan ketergantungan
Contoh : Metilfenidat

Golongan IV

Amat luas digunakan untuk terapi/pengobatan

Potensi **ringan** mengakibatkan ketergantungan
Contoh : Alprazolam, Diazepam

DAMPAK PENYALAHGUNAAN OBAT



Kehilangan Kesadaran & Kematian

Obat yang digunakan overdosis dan tidak sesuai indikasi bisa menyebabkan kehilangan kesadaran dan kematian

Ketergantungan Fisik & Psikis

Penyalahgunaan Obat, Psikotropika, dan Narkotika menimbulkan ketergantungan secara fisik dan psikis dan berakhir dengan kriminalitas

Kerusakan Organ Tubuh

Penggunaan obat tidak sesuai indikasi dan dosis menyebabkan kerusakan organ tubuh seperti jantung, hati, ginjal, pankreas, saluran pernafasan, otak, saraf dan lainnya.

TIPS MENGHINDARI PENYALAHGUNAAN OBAT

1 KENALI DENGAN BETUL OBAT YANG AKAN DIGUNAKAN

Obat ini apa khasiatnya?

Obat ini apa efek sampingnya?

Obat ini berapa dosisnya?



2 ISI KESEHARIAN DENGAN KEGIATAN-KEGIATAN POSITIF



Olahraga

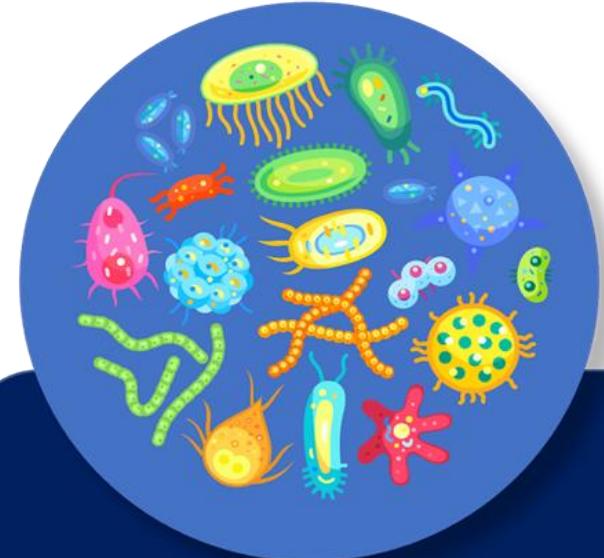


Bekerja/Belajar Lebih Giat



Lakukan Hobi yang Disukai





RESISTENSI ANTIMIKROBA





Resistensi antimikroba merupakan *silent pandemic*

71%

Tingkat resistensi E. Coli (**penanda resistensi terhadap beberapa antibiotika**) di Indonesia **71%** (**paling tinggi dibanding negara lain**).

>70%

Penyerahan antibiotika tanpa resep dokter.

Sumber: data hasil pengawasan pengelolaan antibiotika di sarana pelayanan kefarmasian yang dilakukan oleh Badan POM



1 dari 4 orang

**Pernah menggunakan antibiotik
tanpa resep dokter**

- ✓ Dari sisa penggunaan obat sebelumnya
- ✓ Diberi keluarga/ teman
- ✓ Datang langsung membeli di sarana pelayanan kefarmasian





Antimikroba adalah obat yang digunakan untuk mencegah dan mengobati infeksi pada manusia, hewan, dan tumbuhan (**antibiotik, antijamur, antivirus, antiparasit**)



RESISTENSI ANTIMIKROBA

Resistensi Antimikroba adalah kondisi berkurangnya kemampuan antimikroba untuk membunuh atau menghambat perkembangan mikroba (bakteri, virus, jamur, parasit) yang menyebabkan penyakit.



BAHAYA



Penyakit karena mikroba resisten memicu penggunaan antimikroba dengan **dosis lebih tinggi** atau membutuhkan **antimikroba baru**, sehingga mempengaruhi biaya yang dikeluarkan dan berdampak pada kualitas kesehatan manusia.



BAGAIMANA TERJADI RESISTENSI??

Mikroba dapat **bermutasi** dan **resisten** terhadap antimikroba, baik secara alamiah atau karena penggunaan antimikroba yang berlebihan, atau tidak sesuai ketentuan dan pemanfaatannya yang salah (*missuse and overuse*)



CARA MENCEGAH RESISTENSI ANTIMIKROBA



- 1** Tidak membeli antimikroba tanpa resep dokter dan tidak menyerahkan/ menjual antimikroba secara bebas (tanpa resep dokter).
- 2** Teruskan atau tuntaskan pengobatan dengan antimikroba yang diresepkan walau kondisi sudah membaik (minum antibiotika sampai habis).
- 3** Tidak membuang antimikroba rusak/ sisa sembarangan sehingga dimanfaatkan oleh oknum atau dapat mencemari mikroba di lingkungan sekitar.
- 4** Tegur dan laporan jika mengetahui ada sarana yang menjual antimikroba sembarangan/ tanpa resep dokter.



CARA MEMBUANG ANTIMIKROBA



Padat

- Masukkan tablet ke dalam plastik
- Hancurkan antimikroba hingga menjadi bubuk
- Tambahkan tanah ke dalam plastik berisi antimikroba yang telah dihancurkan.
- Aduk hingga tercampur
- Biarkan campuran tanah dan antimikroba 1 - 2 minggu kemudian dibuang ke lingkungan



Cair

- Masukan sisa antimikroba cair ke dalam wadah
- Tambahkan sedikit air kemudian kocok botol agar memastikan tidak ada sisa di dalam botol
- Masukan kembali cairan antimikroba ke dalam wadah
- Tambahkan air hingga obat terencerkan
- Simpan 1 - 2 minggu kemudian dibuang ke lingkungan

Prosedur ini sebagai upaya untuk **menonaktifkan fungsi antimikroba** dan **mengurangi konsentrasi** antimikroba sebelum dibuang ke lingkungan sehingga bakteri yang ada tidak menjadi resisten





UPAYA BADAN POM DALAM PENGENDALIAN RESISTENSI ANTIMIKROBA

1

Obat antimikroba untuk manusia yang beredar diuji **kualitas mutu**



2

Pengawasan di fasilitas
pelayanan kefarmasian serta kegiatan pengawasan terpadu di pedagang besar farmasi dan importir obat hewan

3

Peningkatan pemahaman
penggunaan antimikroba melalui Bimbingan Teknis dan Komunikasi, Informasi, Edukasi (KIE) kepada penanggung jawab sarana pelayanan dan masyarakat luas





BADAN POM



pom.go.id



@bpom_ri



@bpom_ri



@bpom.official



@bpom.official

