

# GERD

Penyakit Refluks Gastro-Esofagus



# PERNAH MERASAKAN KELUHAN SEPERTI...

---

- Rasa panas/terbakar di belakang tulang dada
- Makanan yang baru saja dimakan, terasa naik kembali ke kerongkongan



# DITAMBAH LAGI ANDA...

---

- Punya berat badan berlebih
- Sering langsung tiduran setelah makan



KEMUNGKINAN ANDA MENGALAMI

**GERD**

atau kepanjangannya

**Gastro-Esophageal Reflux Disease**

atau bahasa Indonesia nya

**Penyakit Refluks Gastro-Esofagus**





# APA ITU GERD ?

---

- Menurut Konsensus Asia Pasifik mengenai GERD tahun 2008 :

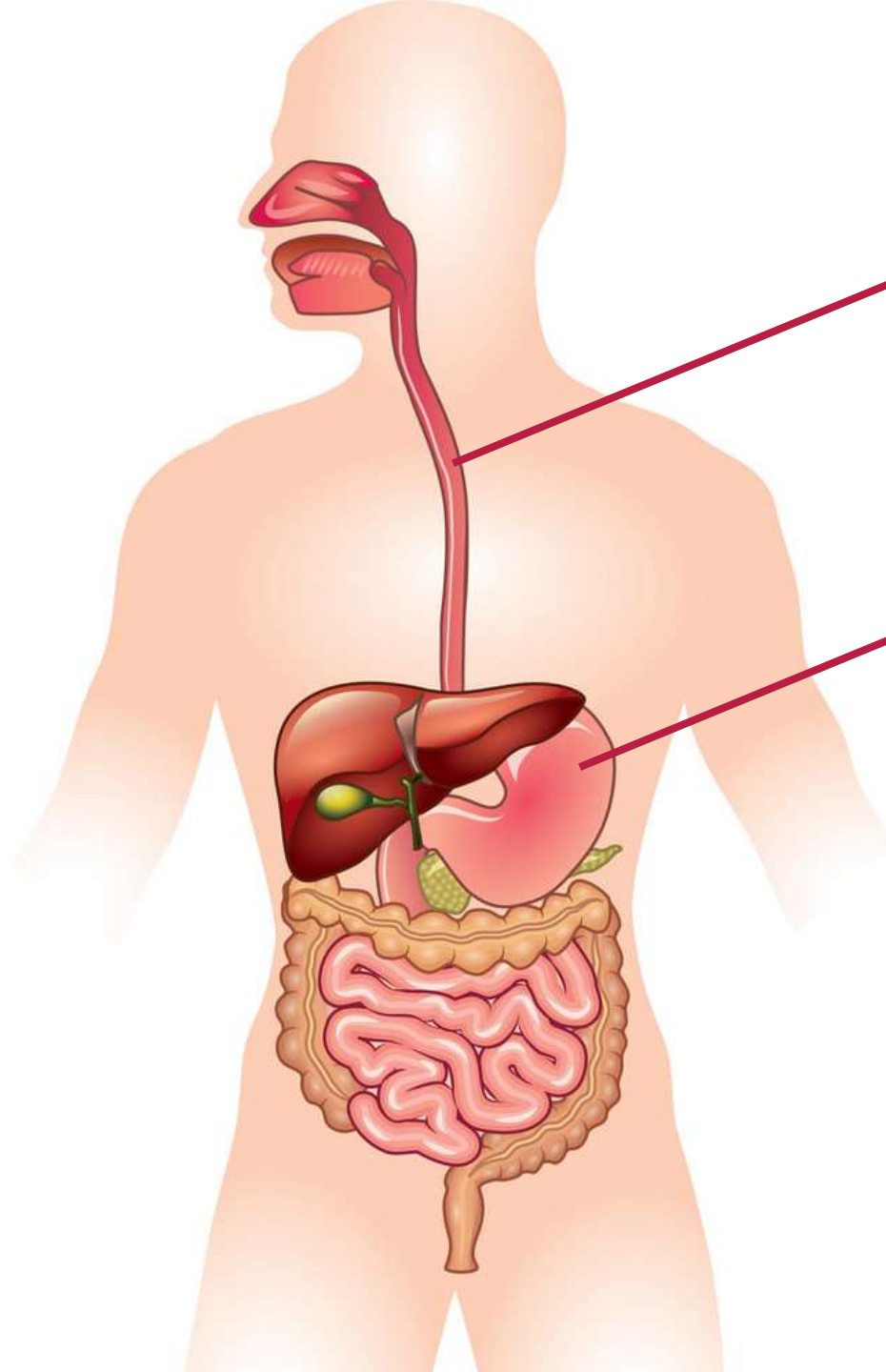
“Suatu gangguan di mana isi lambung mengalami refluks (naik kembali) secara berulang ke dalam kerongkongan, yang menyebabkan terjadinya gejala dan/atau komplikasi yang mengganggu.”

# BAGAIMANA MEKANISME TERJADINYA GERD ?

---



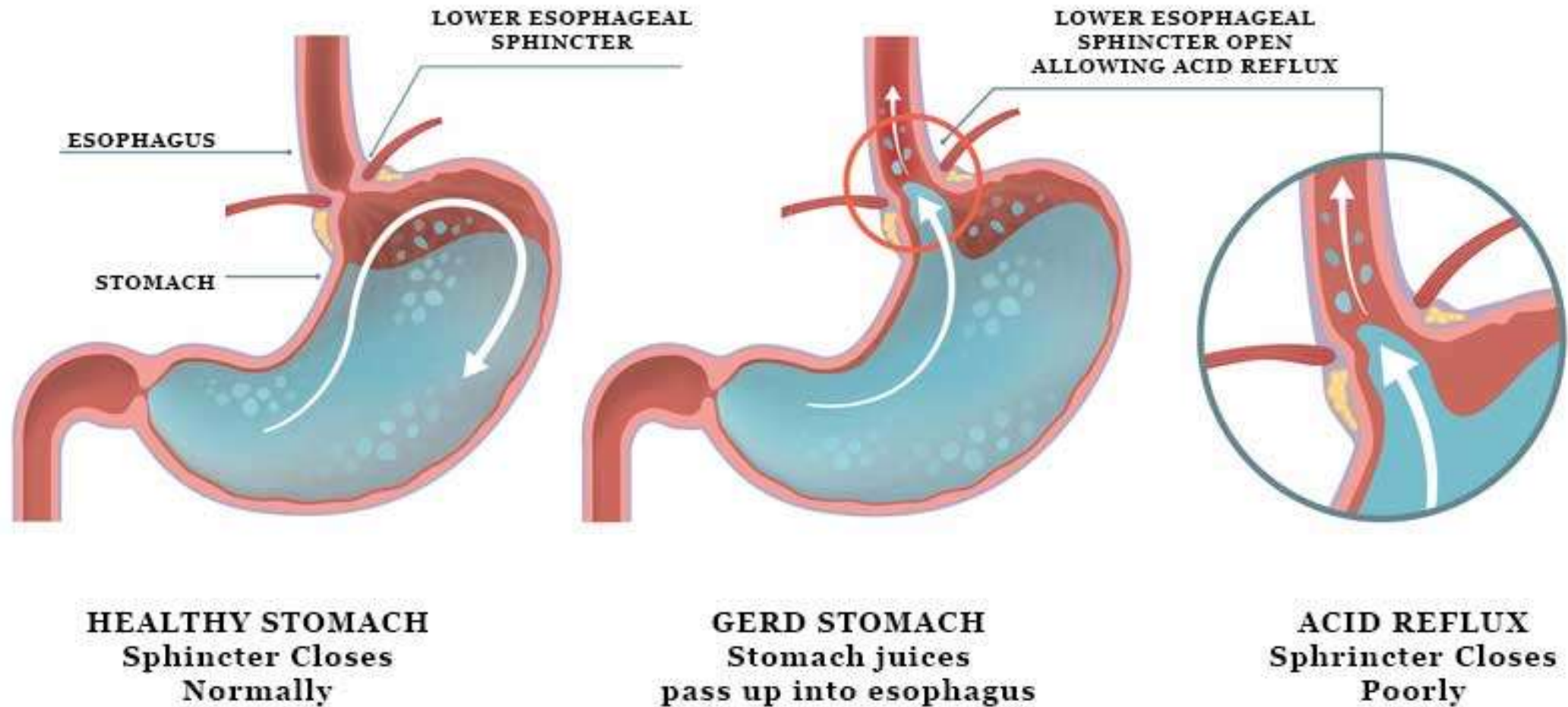
# SALURAN PENCERNAAN MANUSIA



Kerongkongan / Esofagus

Lambung / Gaster

# What Causes Acid Reflux and GERD?





# APA SAJA GEJALA YANG MUNCUL?

- Gejala khas :
  - Rasa terbakar di dada yang kadang disertai rasa nyeri dan pedih
- Gejala-gejala lain :
  - Rasa asam dan pahit di lidah
  - Nyeri ulu hati
  - Disfagia (kesulitan menelan)
  - Odinofagia (nyeri saat menelan)
- Keluhan yang sering disampaikan :



“Rasa panas dari ulu hati dan naik ke arah dada.”

# GERD-Q ; Kuisiener untuk membantu diagnosis GERD

Cobalah mengingat apa yang Anda rasakan dalam 7 hari terakhir.

Berikan tanda centang (v) hanya pada satu tempat untuk setiap pertanyaan dan hitunglah poin GERD-Q Anda dengan menjumlahkan poin pada setiap pertanyaan.

| No. | Pertanyaan   | Frekuensi skor (poin) untuk gejala |        |          |          |
|-----|--|------------------------------------|--------|----------|----------|
|     |  | 0 hari                             | 1 hari | 2-3 hari | 4-7 hari |
| 1.  | Seberapa sering Anda mengalami perasaan terbakar di bagian belakang tulang dada Anda ( <i>heartburn</i> )? | 0                                  | 1      | 2        | 3        |
| 2.  | Seberapa sering Anda mengalami naiknya isi lambung ke arah tenggorokan/mulut Anda ( <i>regurgitasi</i> )?  | 0                                  | 1      | 2        | 3        |
| 3.  | Seberapa sering Anda mengalami nyeri ulu hati?   | 3                                  | 2      | 1        | 0        |
| 4.  | Seberapa sering Anda mengalami mual?   | 3                                  | 2      | 1        | 0        |

|    |  |   |   |   |   |
|----|--|---|---|---|---|
| 5. | Seberapa sering Anda mengalami kesulitan tidur malam oleh karena rasa terbakar di dada ( <i>heartburn</i> ) dan/atau naiknya isi perut?  | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 6. | Seberapa sering Anda meminum obat tambahan untuk rasa terbakar di dada ( <i>heartburn</i> ) dan/atau naiknya isi perut ( <i>regurgitasi</i> ), selain yang diberikan oleh dokter Anda? (seperti obat maag yang dijual bebas) | 0 | 1 | 2 | 3 |

Hasil

Bila poin GerdQ Anda  $\leq 7$ , kemungkinan Anda **tidak menderita GERD**  
Bila poin GerdQ Anda **8-18**, kemungkinan Anda **menderita GERD**

# SIAPA SAJA YANG BERISIKO MENDERITA GERD?

---

- Usia lanjut
- Jenis kelamin pria
- Riwayat keluarga
- Indeks massa tubuh yang tinggi (25 studi klinis mendukung)
- Merokok



“Riwayat Maag dan Kebiasaan merokok adalah kombinasi yang pas untuk timbulnya GERD”



# PENYAKIT DENGAN GEJALA YANG MIRIP GERD

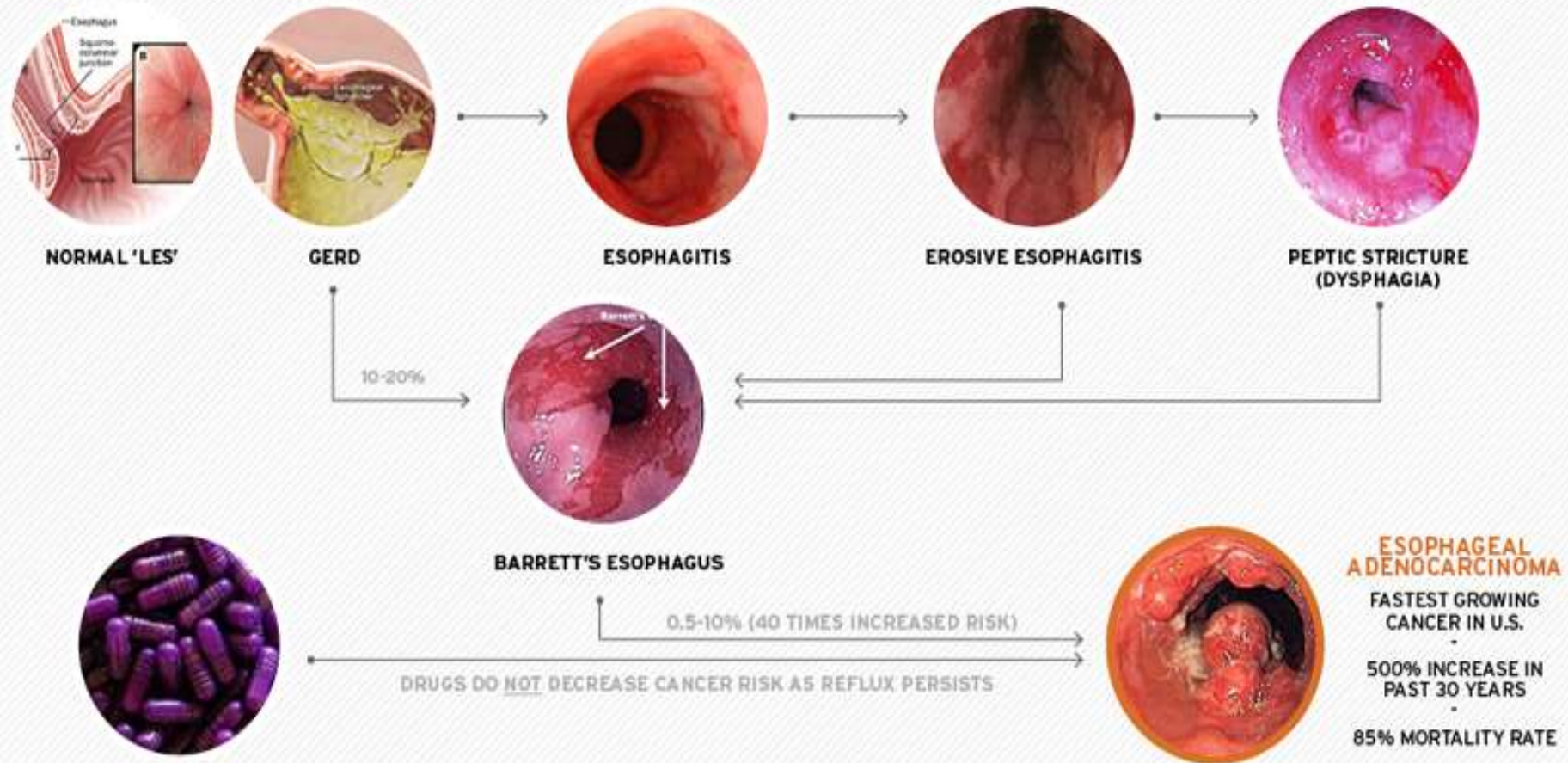
---

- Gastritis (Peradangan pada lambung)
- Esofagitis (Peradangan pada kerongkongan)
- Tumor pada lambung
- Penyakit jantung koroner



# PERJALANAN GERD

## PROGRESSION OF GERD



# APA YANG HARUS DILAKUKAN JIKA MENGALAMI GEJALA GERD ?

---

- Periksakan diri anda ke Dokter
- Kurangi faktor risiko terjadinya GERD yang ada pada diri anda
  - Normalkan berat badan
  - Hentikan merokok
  - Hindari kebiasaan minum minuman beralkohol
  - Jangan langsung tidur setelah makan (berikan jeda waktu  $\pm$  3 jam)
  - Tidur dengan meninggikan kepala (15-20 cm)

# PRINSIP PENGOBATAN GERD

## Prinsip Pengobatan GERD terdiri :

- ☐ Menghilangkan gejala atau keluhan
- ☐ Menyembuhkan luka pada kerongkongan
- ☐ Mencegah kekambuhan
- ☐ Memperbaiki kualitas hidup
- ☐ Mencegah timbulnya komplikasi

# BAGAIMANA PENCEGAHAN GERD ?

---

- Gaya hidup yang sehat (Olahraga teratur, Makan teratur, Istirahat teratur)
- Hindari Merokok
- Hindari minum minuman beralkohol
- Hindari kebiasaan konsumsi makanan yang terlalu pedas
- Cegah stress berlebihan
- Jaga Indeks Massa Tubuh normal
- Hindari kebiasaan tidur setelah makan





# APA SAJA KOMPLIKASI YANG DAPAT TERJADI?

---

- Barrett's Esofagus
  - Perubahan lapisan dinding perbatasan lambung-kerongkongan kearah keganasan
- Mallory Weiss tear
  - Robekan di lapisan dinding perbatasan lambung-kerongkongan menyebabkan muntah berdarah
- Striktur esophagus
  - Lapisan dinding kerongkongan yang luka saat sembuh menyebabkan penyempitan saluran kerongkongan → sulit menelan

# Komplikasi GERD

## Pemeriksaan Endoskopi



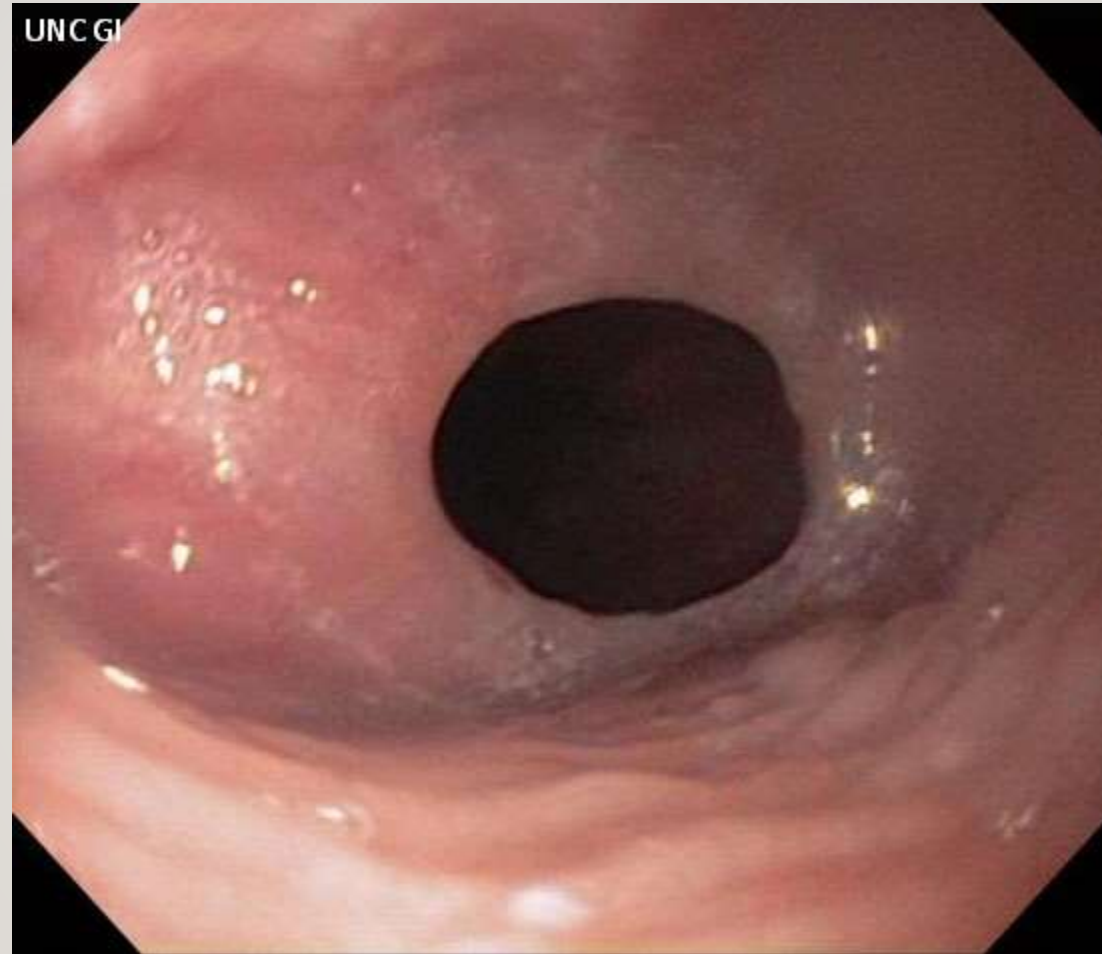
Barrett's esophagus



Mallory Weiss tear

# Komplikasi GERD

## Pemeriksaan Endoskopi



Striktur esofagus

# GEJALA PERINGATAN

Umur > 50 tahun (terserang pertamakali)

Umur < 50 tahun (riwayat keluarga)

Dyspepsia parah

Berat badan turun tanpa sebab yang jelas

Kurang darah (anemia)

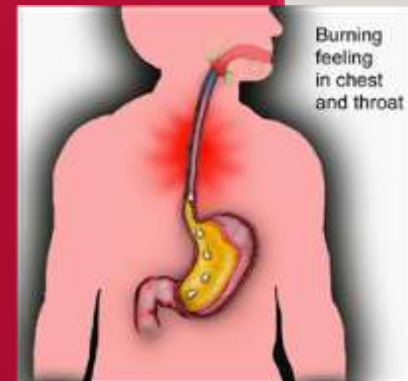
Muntah darah

Muntah yang berlarut larut

Buang Air besar berdarah

Nyeri saat menelan

Sulit saat menelan





# TERIMA KASIH

---

