

INTISARI

Diabetes Melitus (DM) merupakan penyakit metabolik yang pada umumnya hereditas, ditandai dengan hiperglikemia dan glukosuria. Hal tersebut disebabkan karena kurang efektifnya pemakaian glukosa. Penyakit DM mempunyai gejala yang khas yaitu polidipsi, poliuri, polifagi. Gejala-gejala ini sering tidak disadari oleh penderita sehingga sering ditemukan secara kebetulan berkaitan dengan terjadinya komplikasi makrovaskuler (Penyakit Jantung Koroner, strok, kaki diabetik), mikrovaskuler (diabetik nefropati, retinopati, dan neuropati).

Prevalensi DM di Indonesia khususnya DM tipe II meningkat dari tahun ketahun. Meningkatnya prevalensi ini akibat peningkatan kemakmuran dan perubahan gaya hidup, maka biaya perawatan untuk penderita-penderita DM pun meningkat. DM dapat menyerang semua lapisan umur, jenis kelamin dan lapisan masyarakat.

Untuk mengantisipasi hal tersebut dilakukan pencegahan dan pengelolaan yang baik. Pencegahan itu dapat dengan cara pendekatan individu beresiko tinggi dan pendekatan populasi atau masyarakat yang dilakukan tidak hanya oleh profesi tetapi semua lapisan masyarakat termasuk pemerintah dan swasta dengan cara penyuluhan. Maksud pendekatan ini adalah mendidik masyarakat agar menjalankan cara hidup sehat dan menghindari cara hidup beresiko tinggi. Menghilangkan gejala atau keluhan-keluhan DM dengan cara menurunkan kadar glukosa darah hingga batas standar (70-120 mg/dl), dapat dilakukan diet, latihan jasmani, obat-obatan anti diabetik (OAD) atau insulin. Pengelolaan dapat dilakukan dengan penjarangan pada kelompok resiko tinggi dengan cara pemeriksaan glukosa darah sewaktu. Bila hasilnya meragukan, dapat dilakukan Tes Toleransi Glukosa Oral (metode enzimatik). Dengan demikian tingginya prevalensi penderita DM khususnya DM tipe II dapat dikurangi termasuk mereka yang potensial untuk menderita DM dapat terkontrol dengan baik.