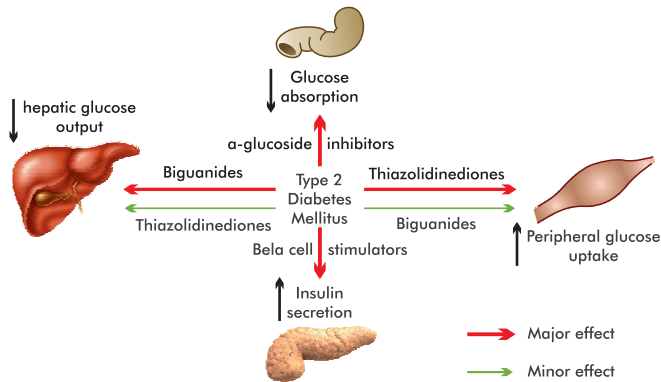
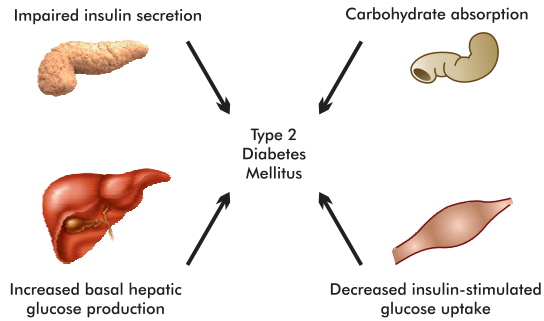
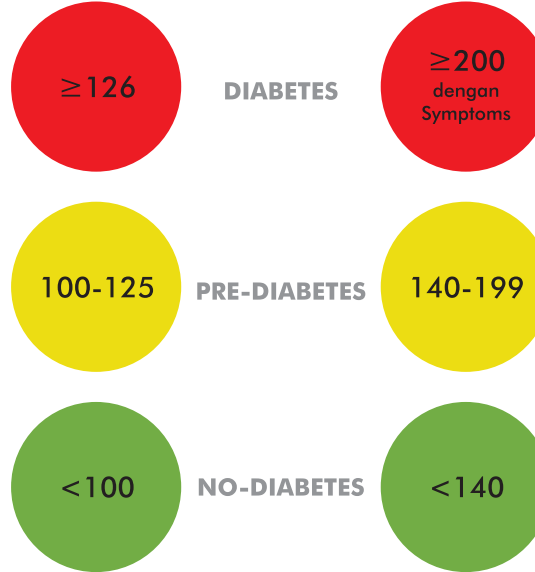


TEMPAT KERJA OBAT



**GD
PUASA**

**GD
ACAK**



KRITERIA DIABETES

1. Normal

GDP : < 100mg/dl
2 jpp : < 140mg/dl

2. Pre Diabetes (Awal dari Diabetes)

GDP : 100 – 125mg/dl dan atau
2 jpp : 140 – 199mg/dl

3. Diabetes

GDP : > 126mg/dl
2 jpp : ≥ 200mg/dl
(setelah mengonsumsi beban glukosa sebanyak 75gram)

* Puasa : Tidak ada makanan yang masuk 8-12jam
2 jpp : 2 jam setelah makan
GDP : Gula Darah Puasa



Jl. Ciliwung 50, Surabaya
T. 031 561 5055 / 081 1342 5055

Pakuwon Town Square Blok AA 1/3-5, Surabaya
T. 031 592 5055 / 081 130 5055



DIABETES MELLITUS

oleh:

Dr. Dany Irawan, Sp. PD.

Spesialis Penyakit Dalam

PENCEGAHAN DIABETES MELLITUS

- Olahraga .1
- Pengaturan pola makan .2
- Edukasi .3
- Obat-obatan .4



APAKAH DIABETES ITU?

“Suatu kondisi dimana badan tidak mampu memproduksi atau tidak dapat menggunakan insulin secara tepat.”



TIPE DIABETES

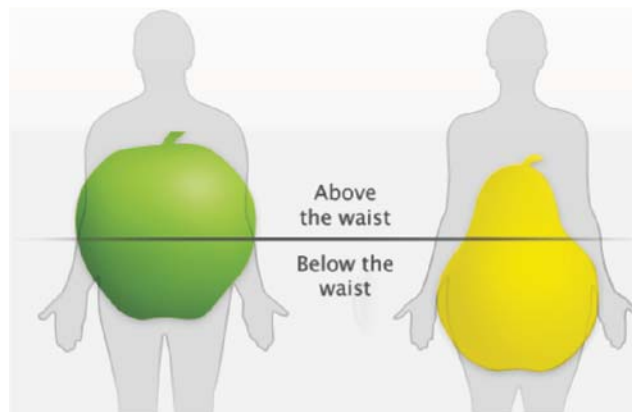
1. Diabetes tipe 1
2. Diabetes tipe 2
3. Gestasional diabetes
4. Tipe lain (“Others”)

YANG BERESIKO TINGGI TERKENA DIABETES

1. Gemuk di perut (“Abdominal Obesity”)
2. Usia diatas 45 tahun
3. Aktifitas fisik kurang (“Sedentary Lifestyle”)
4. Ras Asia-Afrika (“Non-White race”)
5. Riwayat keluarga DM
6. Riwayat keluarga tekanan darah tinggi
7. Riwayat tekanan darah tinggi
8. Kolesterol tinggi
9. Riwayat gestasional diabetes
10. Melahirkan lebih dari 4,5Kg

KEGEMUKAN

merupakan faktor resiko yang **paling besar** untuk terkena **DIABETES**



Visceral Obesity
(gemuk di perut)

non Visceral Obesity
(gemuk di pinggul)

Bagaimana orang bisa menjadi obesitas?

1. Aktifitas fisik yang kurang
2. Makan terlalu banyak
3. Minum banyak alkohol
4. Hypothyroid
5. Penggunaan obat-obatan
6. Stres

Kegemukan akan memberi beban pada sendi dan jaringan sehingga tubuh menjadi sulit melakukan aktifitas.

Kegemukan berkaitan dengan:

- Tekanan darah tinggi
- Penyakit jantung
- Kolesterol tinggi
- Stroke
- Kanker
- Osteoarthritis