

## Efek Samping Obat

- ✦ Bagi yang sering mengonsumsi obat anemia secara langsung dan berulang, sebaiknya perhatikan efek samping dari produk obat yang dikonsumsi. Sebagai gambaran singkat, sejumlah obat anemia tetap memiliki efek samping sebaiknya tetap berkonsultasi ke Dokter, jika sudah mengonsumsi obat lebih dari 3 hari.
- ✦ pada umumnya obat anemia memiliki efek samping berupa gangguan gastrointestinal seperti mual, muntah, kembung, konstipasi atau diare.
- ✦ Selain itu obat anemia juga memiliki kontra indikasi seperti dilarang diberikan pada pasien yang mengalami transfusi darah berulang atau anemia yang tidak disebabkan oleh kekurangan zat besi, pasien dengan ulkus peptikum, hemokromatosis, colitis, ulseratif, enteritis atau penderita yang hipersensitif terhadap salah satu atau kedua zat aktif.

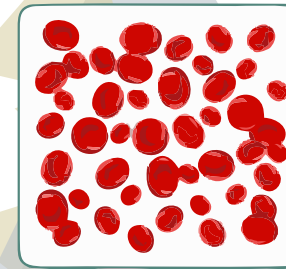


## Pencegahan

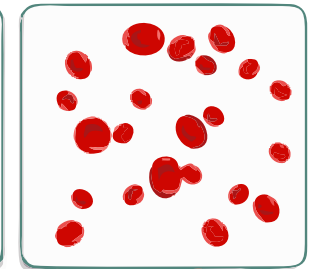
Hal yang paling penting untuk menghindari anemia adalah dengan menjaga pola makan.

- ✦ Sertakan makanan yang mengandung zat besi, dari buah-buahan seperti pisang, apel, dan sayuran seperti asparagus, labu, ubi rambat, brokoli, tumbuhan berambat, kacang merah, tahu, dan biji-bijian
- ✦ makan makanan yang mengandung vitamin C untuk membantu meningkatkan penyerapan zat besi
- ✦ jika mengonsumsi obat usahakan atas saran dokter, beberapa obat dapat menghambat masuknya zat besi dan vitamin B dalam tubuh
- ✦ bagi vegetarian sebaiknya diskusikan masalah kesehatan dengan ahlinya mengingat vitamin B12 banyak didapat dari makanan berdagang

# ANEMIA



Normal



Anemia

*Promosi Kesehatan*  
**RUMAH SAKIT**  
**UNIVERSITAS ANDALAS**

**Bekerja dengan ilmu, amal, dan spritual  
demi kemaslahatan pasien**

[rsp.unand.ac.id](http://rsp.unand.ac.id) [f Rumah Sakit Unand](https://www.facebook.com/RumahSakitUnand) [i rumahsakitunand](https://www.instagram.com/rumahsakitunand) [t rumahsakitunand](https://www.twitter.com/rumahsakitunand)

Alamat : Komplek Kampus Unand Limau Manis Padang

Call Center : (0751) 8465000

# Pengertian Anemia

- Anemia adalah suatu kondisi dimana terjadi kadar hemoglobin (hb) atau sel darah merah (eritrosit) sehingga menyebabkan penurunan kapasitas sel darah merah dalam membawa oksigen, anemia berdampak pada kemampuan berpikir dan kecerdasan anak yang sedang tumbuh ini karna anemia mengakibatkan berkurangnya pasokan oksigen ke seluruh sel tubuh termasuk otak.

# Gejala Anemia

- Gejala anemia diantaranya cepat lelah, wajah pucat, kurang bergairah, tidak mampu berkonsentrasi, mengantuk, kurang selera makan, pusing, sesak nafas, mudah kesemutan, rasa mual, jantung berdebar dan warna kulita serta bagian putih kornea mata tampak kekuningan.

# Diagnosa

Pemeriksaan darah sederhana bisa menentukan adanya anemia, pemeriksaan tersebut merupakan bagian dari hitung jenis darah komplit dimana persentase sel darah merah volume darah total (hematocrit) dan jumlah hemoglobin dapat diketahui, ukuran hemoglobin untuk laki-laki sehat adalah hb 14-18 gr, sedangkan untuk wanita sehat mempunyai hb 12-16 gr

- Kadar hb 8-10 gr disebut anemia ringan
- Kadar hb 5-8 gr disebut anemia sedang
- Kadar hb kurang 5 gr disebut anemia berat

# Penyebab Anemia

- Kurang mengonsumsi makanan yang mengandung zat besi, vitamin b, asam folat, vitamin c dan unsur-unsur yang di perlukan untuk pembentukan sel darah merah.
- Darah menstruasi yang berlebihan wanita yang sedang menstruasi rawan terkena anemia karena kekurangan zat besi bila darah menstruasinya banyak dan dia tidak memiliki cukup persediaan zat besi.
- kehamilan, wanita hamil rawan terkena anemia karena janin menyerap zat besi dan vitamin untuk pertumbuhannya
- penyakit tertentu, penyakit yang menyebabkan pendarahan terus menerus di saluran pencernaan seperti gastritis dan radang usus buntu dapat menyebabkan anemia
- obat-obatn tertentu, beberapa jenis obat dapat menyebabkan pendarahan lambung (aspirin, anti inflamasi dll) obat lainnya dapat menyebabkan masalah dalam penyerapan zat besi dan vitamin (antacid, pil kb, antiarthritis, dll)
- operasi pengambilan sebagian atau seluruh lambung (gastrektomi) ini dapat menyebabkan anemia karena tubuh kurang menyerap zat besi dan vitamin B
- penyakit radang kronis seperti lupus arthritis rematik, ginjal, masalah kelenjer tiroid, beberapa jenis kanker dapat menyebabkan penyakit anemia karena mempengaruhi pembentukan sel darah merah
- pada anak-anak, anemia dapat terjadi karena infeksi cacing tambang, malaria, atau disentri yang menyebabkan kekurangan darah yang parah.

# Pengobatan

Pengobatan harus di arahkan penyebab anemia :

- + Transfusi darah
- + Kortikosteroid atau obat lain yang menekan sistem kekebalan tubuh
- + Erythropoietin, obat yang membantu sumsum tulang anda membuat lebih banyak sel darah
- + Suplemen zat besi, vitamin B12, Asam folat, atau vitamin dan mineral lainnya.

