

# NATIONAL HOSPITAL

SERVING THE SOPHISTICATED HEALTH CARE

## THE SERENITY OF SUKAMADE BEACH

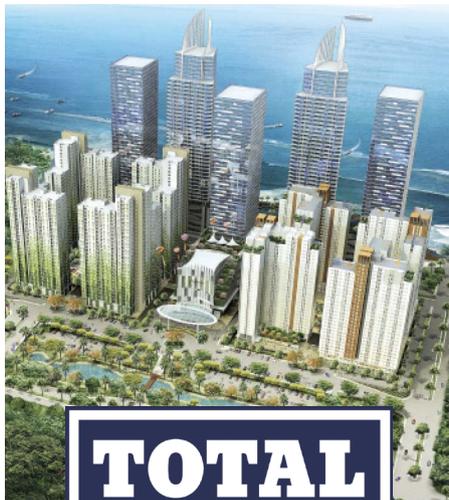
Konsep "Mixed Use" untuk Surabaya

## The Best of MRI 3T

### NATIONAL HOSPITAL

# Stereotactic Neurosurgery For Dystonia and Chorea Pertama di Indonesia





**TOTAL**  
**BANGUN PERSADA**

**“PRIDE & EXCELLENCE IN CONSTRUCTION”**

Jl. Letjen. S. Parman Kav. 106 Jakarta 11440, Indonesia  
Phone : (62-21) 566-6999 (hunting) | Fax : (62-21) 566-3069

E-mail : totalbp@totalbp.com

Website : <http://www.totalbp.com>

## Proudly Present National Hospital

Pembaca yang budiman,

Bila kita berbicara mengenai kesehatan, rasanya tidak bisa lepas dari persoalan gaya hidup. Melihat bagaimana masyarakat jaman sekarang menghabiskan hari-harinya dengan tekanan kerja tinggi, pola makan tidak sehat, tidur tidak teratur, menjadi gambaran betapa kesadaran akan pentingnya hidup sehat belum banyak diperhatikan.

Informasi bisa jadi membanjiri setiap saat. Bahkan cukup dengan sekali *klik* di *smartphone*, segala informasi tentang kesehatan pun muncul di genggamannya. Tapi informasi tersebut akan mengalir tak ada artinya tanpa adanya kesadaran dari diri kita.

Itulah mengapa, bertepatan dengan *launching* National Hospital, kami mempersembahkan National Hospital Magazine. Majalah setebal 120 halaman ini merupakan bagian dari komitmen kami untuk memberikan layanan holistik yang terbaik.

Bagi kami, membangkitkan *passion* seseorang akan pentingnya kesehatan tak harus dengan cara yang kaku, kunci keberhasilannya adalah komunikasi. Dengan komunikasi yang baik, segala permasalahan dari yang sederhana hingga yang rumit tentu bisa lebih mudah dipahami. Saat pemahaman telah terbentuk, maka perlahan kesadaran akan muncul. Ketika kesadaran muncul, maka terciptalah keinginan.

Melalui National Hospital Magazine kami mencoba menularkan virus keinginan hidup sehat lewat tulisan-tulisan yang tersaji apik tanpa kesan menakut-nakuti ataupun menggurui.

Untuk edisi perdana ini dengan bangga kami mempersembahkan beberapa informasi menarik. Diantaranya seperti keberhasilan operasi Dystonia & Chorea Pertama di Indonesia yang dilakukan oleh dr. Achmad Fahmi SpBS, spesialis bedah saraf National Hospital. Tak ketinggalan, kami juga akan mengajak pembaca yang budiman untuk melihat lebih dekat fasilitas terkini yang ada di National Hospital dan bagaimana perangkat canggih tersebut akan membantu Anda meraih *level* kesehatan yang diinginkan. MRI 3T, CT SCAN 128 SLICES, dan Maternity Bed adalah beberapa fasilitas unggulan National Hospital yang bisa ditelisik lebih lanjut kisahnya pada edisi perdana ini.



Kami berharap National Hospital Magazine nantinya bisa menjadi rujukan informasi kesehatan yang terpercaya, sebagaimana National Hospital menjadi rujukan kesehatan terpercaya para pembaca yang budiman.

Ucapan terima kasih yang tak terhingga kami haturkan pada seluruh pasien National Hospital yang telah mempercayakan penanganan kesehatannya pada kami, termasuk juga pada para *shareholder*, dan *stakeholder* atas dukungan luar biasa sehingga akhirnya National Hospital dapat berdiri dan turut berperan aktif memberikan layanan kesehatan paripurna bagi masyarakat Indonesia serta Surabaya pada khususnya.

Selamat membaca.

**Rudy Surjanto**

# CONTENT

NATIONALHOSPITAL | EDISI 1 TAHUN 2013

## CEO SIGNATURE

03 Proudly Present National Hospital.

## HEALTH HIGHLIGHT

05 Stereotactic Neurosurgery  
For Dystonia and Chorea  
Pertama di Indonesia.

## STATE OF THE HEART

10 Luluk Yuniawati.  
Jangan Sepelekan Gejala Dini.  
24 Ibu Mujiharti.  
Hadiah Teristimewa.  
74 Yogi Gunawan dan Anne Kartika.  
Berkah Cantik di Tahun Cantik.

## HEALTH ZONE

12 The Best Of MRI 3T.  
18 Scanning CT SCAN 128 SLICES.  
30 Melahirkan Normal  
Manfaat bagi Bunda dan Buah Hati.  
64 Homemade Facial Masks.  
80 Mom, Let's Move It.. Move It.  
106 Preserve Your Nerves.

## SNAP SHOT

26 Behind Landscape Photography.

## INTERMEZZO

36 Green Concept Windows.  
42 Set A New Bar For Hospital Design  
Wacana Baru Dalam Desain Rumah Sakit.  
46 Konsep "Mixed Use" untuk Surabaya.  
51 Membangun Budaya Layanan  
di National Hospital.

## READER CLUB

54 The Twelve Tribes of Hattie.

## FASHION REVIEW

55 Shocking Collections of Spade.

## GIFT BOX

67 For The Astronaut Dreamer.  
68 Running, Reinvented.  
69 Swing It with Style.

## GET IN TOUCH

66 dr. Gede Utomo, Sp.A  
Rasa Cinta Pada Anak-anak.  
70 dr. Achmad Fahmi, Sp.BS.  
Dedikasi dan Tanggungjawab.

## PARENTING

76 Ah... Cuma Gigi Susu.

## BODY TALK

90 Tippy Teeth Talk  
94 What Your Nerves Need.

## NATIONAL NEWS

96 Lebih Dekat dengan National Hospital.  
97 Soft Opening National Hospital.  
98 Indahnya Berbagi.  
99 Workshop Interventional Pain  
Management.  
100 CT Refresher Course.  
101 Deteksi Dini Penyakit  
Jantung Koroner Bersama AXA.

## INTERIOR TIPS

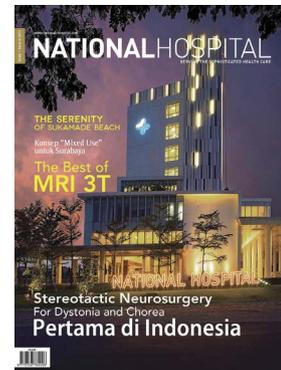
102 Ergonomics, Working Painlessly.

## GOURMET GASTRONOMY

110 Luxury Dining at Platinum Grill.

## TRAVEL THERAPY

114 The Serenity of Sukamade Beach.



## NATIONALHOSPITAL

SERVING THE SOPHISTICATED HEALTH CARE

PENASIHAT : Rudy Surjanto

PIMPINAN REDAKSI : Denny Sarwono

DEWAN REDAKSI :

Iwan Santoso, Agus Harjono,  
Simon Rivian, Jenny Firsariana

SALES & ADVERTISING :

Maria Palupi

EDITOR :

Pipiet R. Hidayat

COPYWRITER :

Poppy Febriana

GRAPHIC DESIGNER/LAYOUTER :

M. Munif, Erwin Dwianto

PHOTOGRAPHER :

Dimas Prawira

HEAD OF PRODUCTION :

Sonny D.S.

DISTRIBUTION :

Maria Palupi

CONTRIBUTOR :

dr. Achmad Fahmi, Sp.BS  
dr. Hendra Henderi, Sp.OG  
dr. Agus Harjono, M.Kes  
dr. Iwan Santoso, MMR  
dr. Gede Utomo, Sp.A  
dr. David Buntoro K, MDS, Sp.BM  
dr. Imelda F. Anggriawan, Sp.KGA  
Ruby Beluso Tumlos RN, MAN, PhD  
Cherly Jong

HEAD OFFICE:

BOULEVARD FAMILI SEL KAV 1

GRAHA FAMILI, 60228

Surabaya, Jawa Timur

Phone : 031-2975777

Fax : 031-2975799

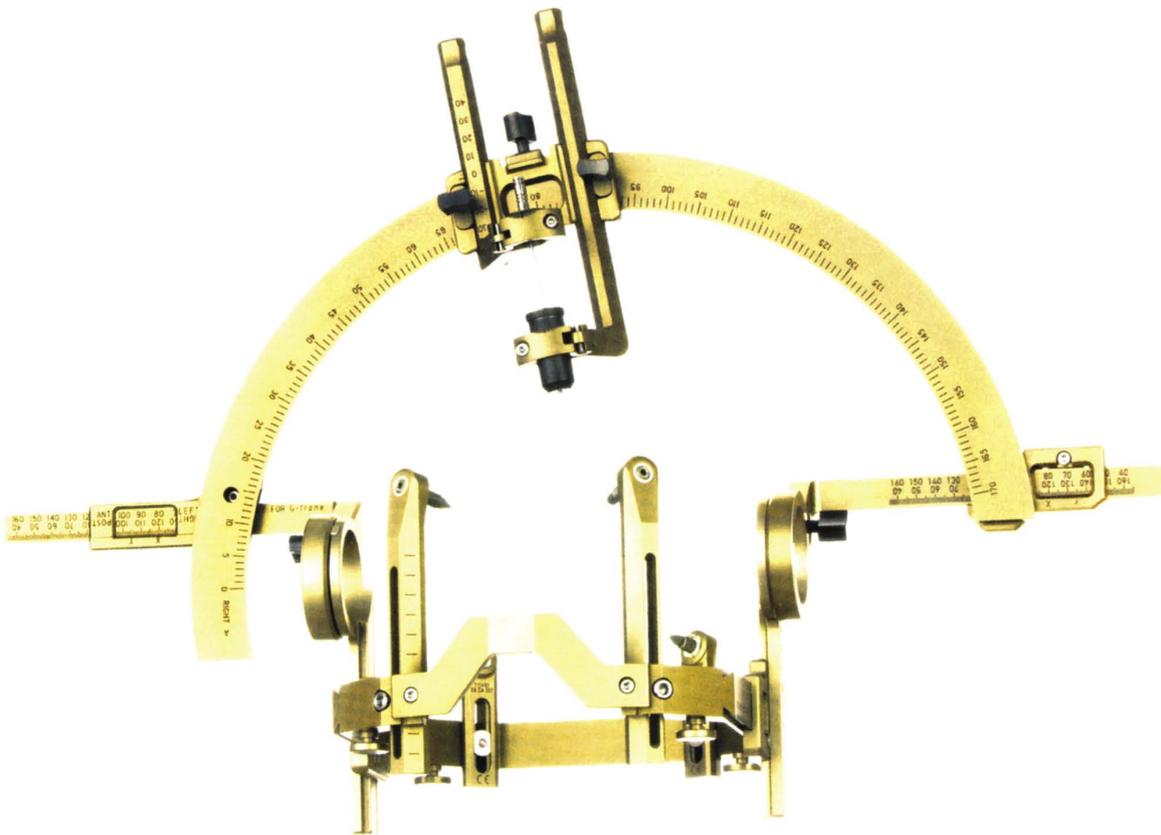
Email : info@national-hospital.com

<http://www.national-hospital.com>



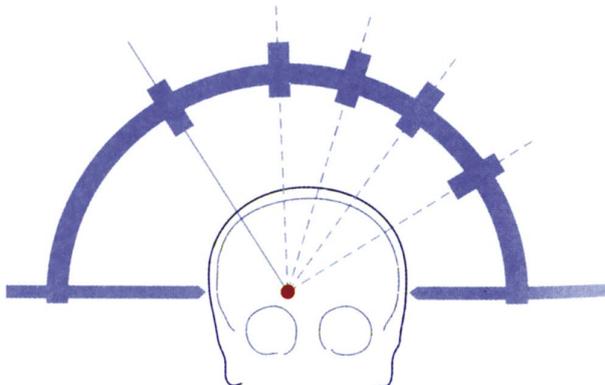


# **Stereotactic Neurosurgery** For Dystonia and Chorea Pertama di Indonesia



Melihat peningkatan jumlah penderita kelainan gerak dari tahun ke tahun di Indonesia yang semakin tinggi tentu saja sangat memprihatinkan. Kurangnya informasi mengenai penanganan masalah ini membuat banyak pasien melakukan tindakan medis di luar negeri. Padahal sebenarnya upaya itu sudah bisa dilakukan di National Hospital.

Fenomena penyakit kelainan gerakan atau *involuntary movement* mungkin sudah tak asing lagi di masyarakat. Penyakit yang meliputi *chorea*, *dystonia*, tremor, parkinson, Tourette's Syndrome, kekakuan otot dan nyeri sebagian tubuh pasca *stroke* ini kebanyakan diderita oleh orang yang telah lanjut usia. Dua yang paling populer dari *involuntary disorder* ini adalah Dystonia dan Chorea. Namun siapa sangka kini penyakit tersebut mulai menjangkiti kaum muda dengan usia produktif. Oleh karena itu ada baiknya mengenal apa sebenarnya penyakit ini dan bagaimana upaya penanganannya.



### About Dystonia

Orang yang terkena *dystonia* akan mengalami pergerakan tangan, kaki, maupun anggota badan yang lain secara otomatis dan tidak dapat dikendalikan oleh orang tersebut, bahkan bila *dystonia* tersebut sampai tingkat yang berat, gerakan akan muncul walau penderita sedang tidur.

*Dystonia* sendiri dibagi menjadi tiga bagian umum yaitu fokal, segmental dan *general dystonia*. Sedangkan orang yang menderita Chorea Movement akan bergerak seperti menari-nari, baik satu sisi ataupun dua sisi.



Gejala Dystonia antara lain kontraksi otot berkali-kali dan tidak dapat dikendalikan, yang menyebabkan gerakan spontan tidak terkendali dan mempengaruhi postur tubuh. Namun hingga saat ini masih belum diketahui secara pasti penyebab dari penyakit ini.

Sejauh ini pengobatan Dystonia - Chorea ditangani dengan pemberian obat-obatan dan sayangnya hal tersebut tidak langsung menyembuhkan penyakit sampai ke akar. Pilihan lain adalah membawa pasien ke luar negeri dengan dalih untuk mendapatkan penanganan terbaik melalui teknologi medis. Namun kini masyarakat yang membutuhkan terapi Dystonia dan Chorea sudah mampu melakukannya di negeri sendiri.

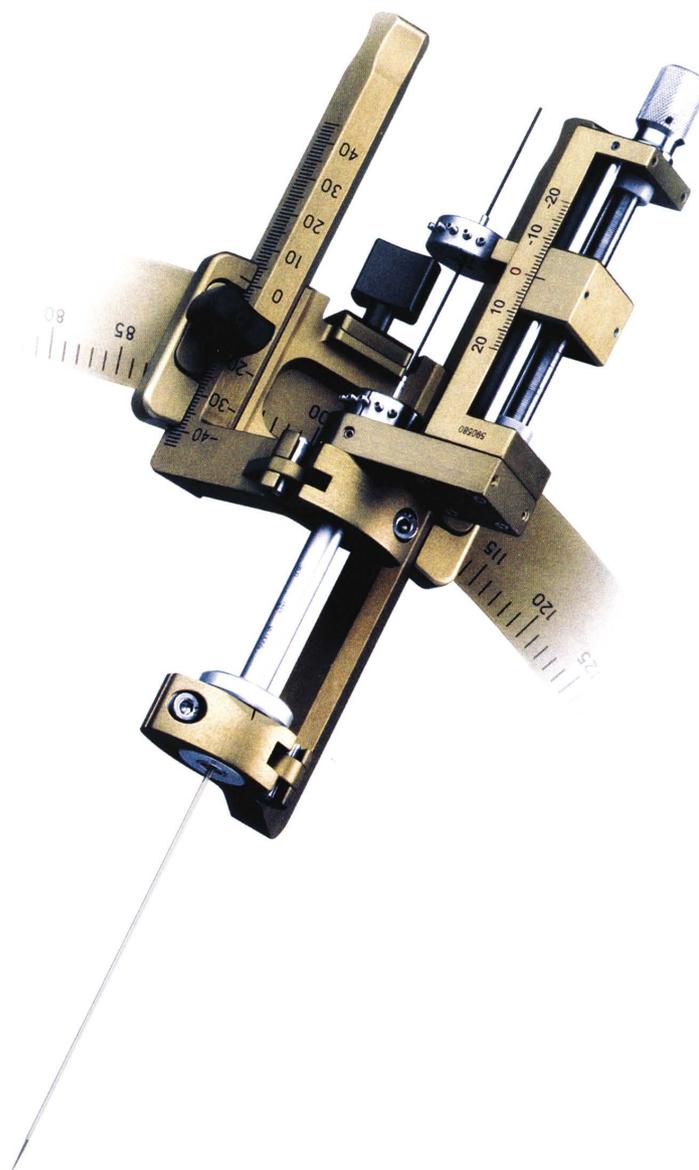
### Pertama di Indonesia

National Hospital dengan bangga mempersembahkan Teknik Stereotactic Neurosurgery untuk penderita Dystonia dan Chorea pertama di Indonesia. Menurut dr. Achmad Fahmi SpBS, spesialis bedah saraf dari National Hospital Surabaya, dengan menggunakan teknik Stereotactic Neurosurgery, gejala gangguan pergerakan dapat diminimalisir bahkan dihilangkan. Sebenarnya teknik ini sudah lama ada di Jepang sekitar 30 tahun yang lalu, namun di Indonesia dapat di katakan bahwa National Hospital Surabaya adalah pelopornya.

Teknik ini baru saja dilakukan National Hospital Surabaya bulan April 2013 kepada salah seorang pasien yang telah pengidap Dystonia-Choreas selama 4 tahun.

### Awake Surgery

Operasi ini dilakukan dengan kondisi pasien tanpa dibius total, hanya dengan anestesi lokal pasien dilakukan prosedur *stereotactic brain lesion*. Selama operasi, pasien akan diajak berkomunikasi oleh dokter, pasien diminta menggerakkan tangannya, kakinya, dan bahkan diminta untuk menulis pada kertas yang



disediakan. Hal ini dilakukan untuk memastikan operasi dilakukan dengan hasil yang baik, dan gejala yang menghilang dapat langsung terlihat sewaktu operasi. "Bahkan kami ajak sang pasien berkomunikasi dan kami suruh menggambar, sehingga responnya dapat diketahui saat itu juga," ungkap dr. Achmad Fahmi SpBS. Selain itu pasien juga tidak merasakan nyeri selama tindakan *stereotactic neurosurgery* ini, imbuhnya.

### Minimum Risk, High Result

Lebih lanjut dr. Achmad Fahmi SpBS, menjelaskan bahwa operasi tersebut sengaja dilakukan dengan kondisi sadar untuk menghindari terjadinya komplikasi yang tidak diinginkan. Itulah mengapa inovasi pembedahan seperti itu memberikan *minimum risk and high result*.

Metode Stereotactic Neurosurgery hanya memerlukan satu atau dua sayatan dan lubang kecil dengan diameter sekitar 1 cm. Walaupun proses operasi memakan waktu kurang lebih 1-2 jam, namun teknik ini memerlukan persiapan operasi yang cukup lama.

Mulai dari proses MRI hingga CT Scan yang hasilnya dimasukkan ke dalam *software* bernama Softplan. Hal tersebut dilakukan karena tindakan bedah ini memerlukan ketelitian dan kecermatan yang tinggi dalam menentukan titik operasi.

“Usai melakukan *stereotactic neurosurgery* pasien sudah mampu beraktivitas seperti biasa esok harinya,” tambahnya. Oleh karena itu penggunaan teknologi medis terbaru oleh National Hospital Surabaya ini dapat menjadi jawaban bagi masalah kesehatan yang dihadapi masyarakat.

Khususnya bagi penderita *involuntary movement* yang kini tak perlu jauh jauh keluar negeri untuk berobat. Tentu saja penggunaan teknologi ini merupakan salah satu bentuk komitmen National Hospital untuk membantu pasien meraih kesembuhan serta *quality of life* yang lebih baik.







**Ibu Luluk Yuniawati, Lumajang**

# Jangan Sepelekan Gejala Dini

Betapa bahagianya Luluk Yuniawati yang sekarang sudah dapat melakukan aktivitas sehari-harinya lagi tanpa bantuan orang lain dan tanpa menyulitkan orang lain.

**T**iga tahun yang lalu, perempuan energik yang akrab disapa Ibu Luluk ini harus mulai melatih kesabarannya sejak mengalami gangguan saraf.

Kaki sebelah kirinya untuk bergerak seperti kejang ke atas dan bawah tanpa bisa terkontrol. Awalnya gerakan tersebut hanya terjadi saat Ibu Luluk dalam keadaan sadar dan akan berhenti pada saat tidur.

Lama kelamaan gejala yang sama menjaral ke kaki kanan, sehingga saat itu kedua kakinya tidak dapat dikontrol sehingga menyulitkan perempuan yang pernah punya hobi *travelling* ini bergerak apa lagi berjalan. Dalam waktu satu tahun penyakit tersebut menjaral hampir ke seluruh tubuh.

Ibu yang suka menyanyi ini mencoba menghubungi dokter saraf di daerahnya, dokter menyarankan untuk mengadakan CT Scan dan hasil dari CT Scan semuanya normal tidak terlihat ada kelainan. Diagnosis Dokter pada waktu itu mengatakan penyakit yang di derita Ibu Luluk seperti Parkinson, dan mulai memberikan obat untuk di konsumsi.

Setelah beberapa lama tidak ada tanda-tanda membaik, bahkan bisa di bilang semakin bertambah parah karena sudah menjaral ke tubuh bagian atas. Tidak hanya sulit berjalan, namun untuk makan sendiri pun ia sudah tidak mampu. Kondisi tersebut semakin membuat Ibu Luluk *drop*, nafsu makan berkurang dan sulit tidur karena gerakan anggota tubuh yang semakin tidak terkontrol.

Lelah dengan pengobatan medis yang tak membawa hasil, ia pun mencoba pengobatan alternatif dengan melakukan bermacam-macam metode pemijitan. Hasilnya sakit-sakit yang semula dirasakan di seluruh tubuh berkurang sesaat, namun kembali lagi keesokan harinya.

## Harapan untuk Sembuh

Tahun ketiga, setelah semua pengobatan di daerahnya tanpa hasil, melalui putra pertama Bu Luluk yang studi di Surabaya, akhirnya berhasil menemukan Prof. Hafid melalui sebuah *blog* yang ditulis oleh pasien yang telah berhasil sembuh dari sakitnya. Kemudian mereka berdua berhasil menemukan klinik Prof. Hafid dan membuat *appointment*. Prof. Hafid pun kemudian memperkenalkan dr. Achmad Fahmi, SpBS yang merupakan satu tim dalam Surabaya Neuroscience Institute pada Ibu Luluk.

Hasil pemeriksaan dr. Achmad Fahmi, SpBS langsung mengindikasikan bahwa Ibu Luluk menderita Dystonia tepatnya Dystonia-Chorea yaitu gerakan tidak terkontrol yang dialami mulai dari kaki, tangan, hampir seluruh tubuh yang disertai kekakuan dan rasa sakit. Disebut Dystonia-Chorea karena gerakan tak terkontrol itu mirip seorang yang sedang menari.

Setelah berdiskusi dengan keluarga, alternatif

jalan penyembuhan yang di berikan ada dua yaitu dengan alat bantu Deep Brain Stimulation (DBS) yang harganya sulit mereka jangkau dan alternatif lainnya adalah dengan *brain lesion*. Alternatif *brain lesion* menjadi pilihan keluarga, walau masih ada ketakutan kepala Bu Luluk akan "dibongkar."

Pertemuan berikutnya, dr. Achmad Fahmi, SpBS menjelaskan metode operasi yang akan dilakukan yaitu Stereotactic Neurosurgery, dimana proses operasi hanya dengan menggunakan lubang kecil diameter 1 cm dan alat yang digunakan berdiameter hanya 2.5 mm pada dua sisi kepala. Saat itu juga mereka langsung mengagendakan jadwal operasi.

## Pasca Operasi

Dari 6 hari jadwal rawat inap yang telah di rencanakan, operasi dilakukan pada hari kedua. Pada saat itu di National Hospital bersama Ibu Luluk ada beberapa pasien dari dr. Achmad Fahmi, SpBS lainnya yang juga akan melakukan operasi.

Setelah proses persiapan selesai, segera ia dibawa ke ruang operasi. Operasi pun berjalan baik, dengan pasien dalam keadaan sadar selama operasi. Segera setelah selesai operasi, seluruh keluarga Ibu Luluk bisa langsung menyaksikan perbedaan kondisi tubuh mama tersayang mereka. Biasanya gerakan-gerakan yang tidak terkontrol itu terjadi juga saat tidur, namun Ibu Luluk akhirnya dapat tidur dengan nyenyak dan gerakan itu hanya terlihat di kaki sebelah kiri, itupun tidak sehebat waktu sebelum operasi.

Sehari setelah operasi, Ibu Luluk bisa langsung belajar berjalan di kamar dengan semangatnya karena gangguan gerakan yang selama 4 tahun telah menyusahkannya sudah tidak terlalu terlihat. Memang sebelum operasi dilaksanakan, dr. Achmad Fahmi, SpBS sudah menyampaikan bahwa operasi dengan *brain lesion* hanya akan menyembuhkan 80% - 90% dari kondisi awal. Selanjutnya perlu melakukan latihan otot yang disertai dengan fisioterapi.

Tiga minggu setelah operasi saat kontrol kembali, karena luka sayatan sudah mengering maka Ibu Luluk diperbolehkan untuk mencuci rambut dan melakukan segala aktifitas lainnya semampu beliau. Jahitan juga tidak perlu dibuka, sebab benang akan langsung menyatu dengan kulit setelah kering.

Saat ini Ibu Luluk sudah mampu makan sendiri, berjalan pun sudah tidak malu lagi dan mampu merawat diri sendiri. Tidak ada pantangan makanan *pasca* operasi ini, karena kondisinya secara umum sehat.

*Penyebab Dystonia sampai saat ini belum diketahui, walaupun 2 tahun sebelum gejala awal Ibu Luluk pernah jatuh dan luka di bagian kepala, namun itu belum bisa di jadikan acuan penyebab sakit yang di derita.*

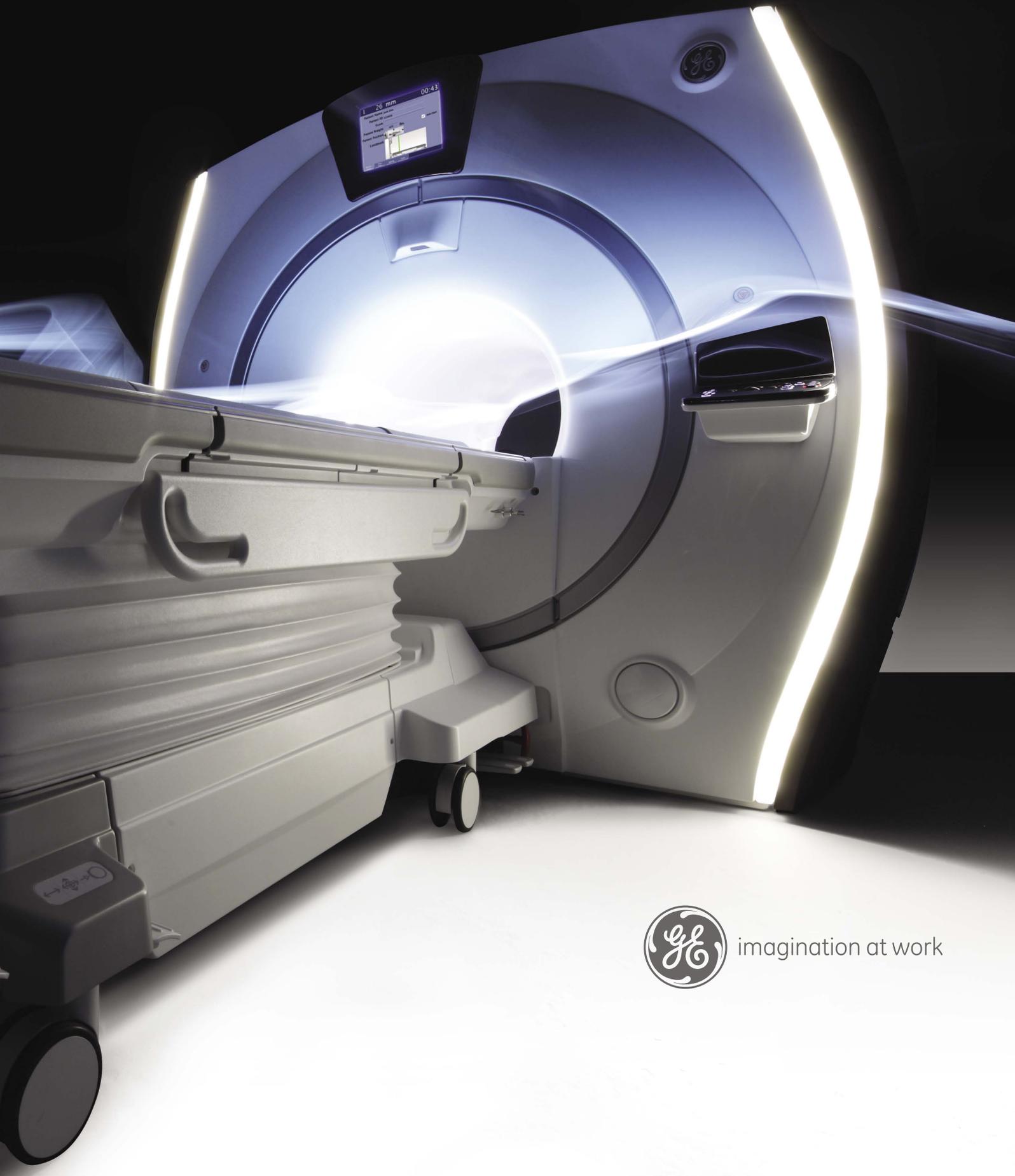
# The Best of MRI 3T

Andai kesadaran untuk melakukan pemeriksaan dini pada masyarakat kita lebih tinggi mungkin akan ada lebih banyak jiwa bisa tertolong.

Sayangnya, fakta di lapangan tidak demikian. Lebih banyak orang baru tergopoh-gopoh melakukan beragam pemeriksaan setelah merasa sakit, atau bahkan setelah divonis menderita penyakit tertentu oleh dokter. Padahal sebenarnya teknologi kesehatan yang ada saat ini telah memungkinkan berbagai deteksi penyakit berbahaya dilakukan sedini mungkin. Sebut saja salah satunya MRI (Magnetic Resonance Imaging).

Di negara-negara maju seperti Jepang, penanganan penyakit otak dan kelainan tulang belakang sudah diantisipasi sejak dini dengan MRI. MRI adalah suatu pemeriksaan radiologi yang mempergunakan gelombang elektromagnetik untuk memperoleh informasi berbagai kelainan pada tubuh, seperti kanker, tumor, infeksi, trauma, penyakit keturunan/genetis, dan lain sebagainya.





imagination at work

Informasi yang diperoleh dari pemeriksaan MRI ini dapat dipergunakan untuk menunjang penegakan diagnosis penyakit secara tepat dan akurat serta memantau perjalanan penyakit dan hasil terapi. Dengan kemampuannya tersebut, MRI sangat membantu dokter dalam menilai lebih baik bagian-bagian tubuh dan penyakit-penyakit tertentu yang tak dapat dinilai secara cermat oleh teknik pencitraan lain seperti *rontgen*, ultrasonografi, atau pun CT Scan.

### The First in Indonesia

Saat kali pertama ditemukan, sekitar 36 tahun yang lalu, butuh waktu setidaknya 5 jam untuk mendapatkan satu gambar MRI. Kini perkembangan teknologi bidang kesehatan yang berkembang pesat telah membawa perubahan revolusioner dengan hadirnya MRI 3 Tesla. Tak banyak memang rumah sakit yang menghadirkan MRI 3T, bahkan kalau dihitungkan-hitung baru 6 negara di dunia yang menyediakan fasilitas tersebut. Beruntung salah satunya ada tak jauh dari Anda, yakni di National Hospital. Kehadiran MRI 3T tersebut melengkapi fasilitas radiologi yang sudah ada sebelumnya, seperti: X-Ray, Fluoroscopy, Mammography, serta Ultrasonography (USG).

"Alat ini merupakan versi terbaru dan tercanggih, bahkan MRI 3 Tesla Wide Bore dengan 32 Channel Coil yang ada di National Hospital adalah yang pertama dan terdepan di Indonesia. Ini menjadi wujud komitmen kami untuk memberikan pelayanan kesehatan terbaik kepada masyarakat," tutur Rudy Surjanto, CEO National Hospital.

### High Definition & High Speed

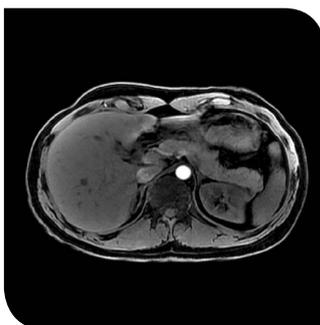
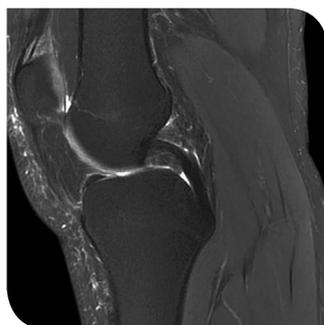
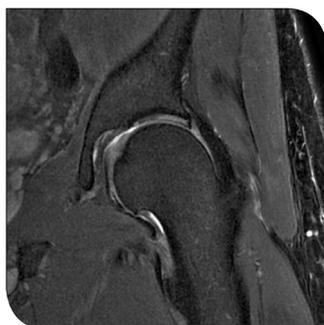
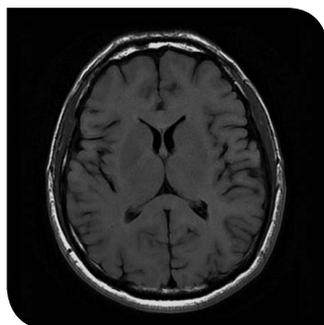
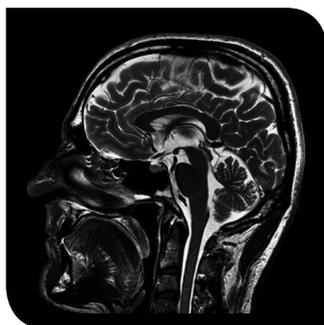
MRI 3 T Wide Bore ini disebut-sebut memiliki kemampuan High Definition & High Speed. Dengan kata lain, MRI 3T memiliki detail gambar dan kejernihan gambar yang luar biasa. Hal ini tentunya sangat bermanfaat dalam memberi akurasi pencitraan untuk pemeriksaan seperti kondisi patologis otak, tulang belakang, pembuluh darah, dan sebagainya. Tentunya dengan hasil pencitraan yang detail MRI 3T sangat membantu dokter dalam memberikan diagnosa tepat dan solusi akurat.

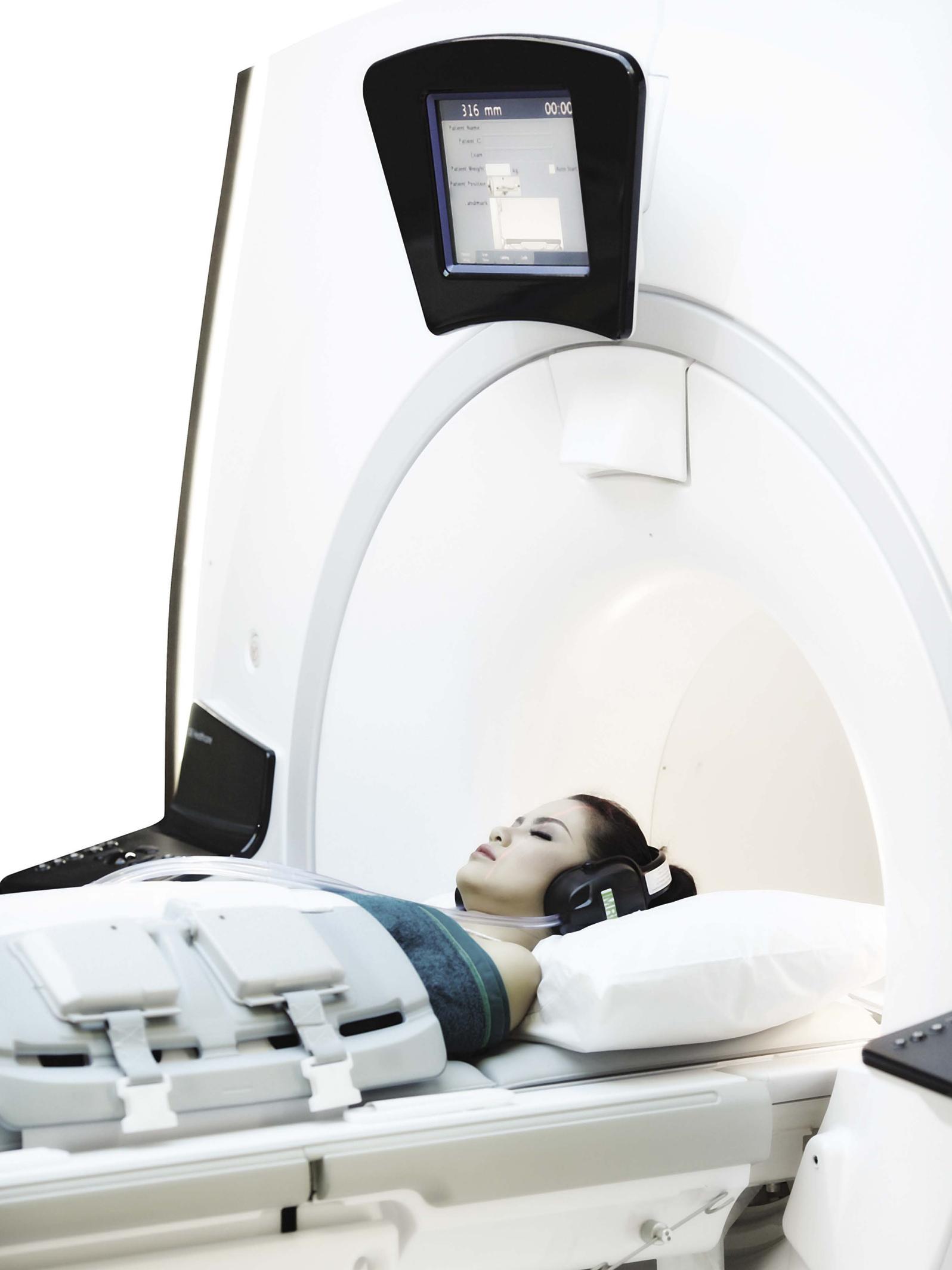
Alat ini juga mampu mempersingkat proses pemeriksaan lebih cepat dibandingkan dengan MRI 1,5 Tesla. Sehingga dapat dikatakan bahwa MRI 3 Tesla ini memiliki kemampuan "High Speed" dalam pengambilan gambar.

Keunggulan lain dari alat ini, secara fisik MRI 3 Tesla Wide Bore memiliki ukuran diameter lubang pemeriksaan yang lebih besar dibandingkan MRI konvensional. Alat ini memiliki diameter lubang pemeriksaan 70 cm, lebih besar 10 cm dibanding versi MRI sebelumnya. Sehingga secara diameter memiliki volume 30% lebih besar daripada alat MRI biasa. Lubang diameter yang lebih besar memberikan ruang yang lebih nyaman sehingga mengurangi kecemasan pasien pada saat pemeriksaan khususnya bagi pasien penderita *claustrophobia* atau ketakutan pada ruangan sempit.

Rudy mengungkapkan bahwa dengan beroperasinya MRI 3 Tesla Wide Bore di National Hospital, menjadikan Indonesia sebagai salah satu negara diantara 6 negara di wilayah Asia

Pasifik selain Jepang, Singapura, New Zealand, Australia, dan Korea Selatan yang memiliki MRI generasi terakhir tersebut.





316 mm 00:00

Patient Name  
Patient ID  
Scan  
Patient Weight  kg  Base Scan  
Patient Position  
Landmark



NATIONAL HOSPITAL



Khusus bagi warga Graha Family, Pakuwon Indah, Bukit Darmo Golf dan sekitarnya, National Hospital memberikan pelayanan khusus berupa

# FREE HOME SAMPLING

untuk pemeriksaan Laboratorium

Pelayanan pengambilan darah tersedia setiap hari **Senin s/d Jum'at** mulai pukul **07.00 s/d 11.00** dengan melakukan pendaftaran **1 (satu) hari** sebelum pelayanan, paling lambat pukul **21.00 WIB**

\*Dapatkan Diskon 10% untuk Pemeriksaan minimal Rp. 250.000,- sampai dengan tanggal 31 Desember 2013

Jl. Boulevard Famili Selatan Kav. 1 Surabaya,  
Jawa Timur 60228 - Indonesia

**EMERGENCY** 031.2975 788  
**P** 031.2975 777 **F** 031.2975 799

Informasi dan Pendaftaran

**031-2975700** ext **2601**  
[www.national-hospital.com](http://www.national-hospital.com)



# Sphaira

## DIGITIZE YOUR HOSPITAL

*Sphaira* is a combination between ERP and HIS, it is an Enterprise Resources **CARE** application, capable of enhancing the supply and demand through utilizing the available resources to trigger business opportunities.

*Sphaira* is a fully integrated system within a hospital's mainframe, defining the roles & responsibilities for communications among departments.

**DIGITIZE YOUR HOSPITAL** means to transforming hospitals into digital data which enable for analyzing with respect to reduce paper works, increase patient-safety level, and to bridge the communication gap between the stakeholders and hospital management.

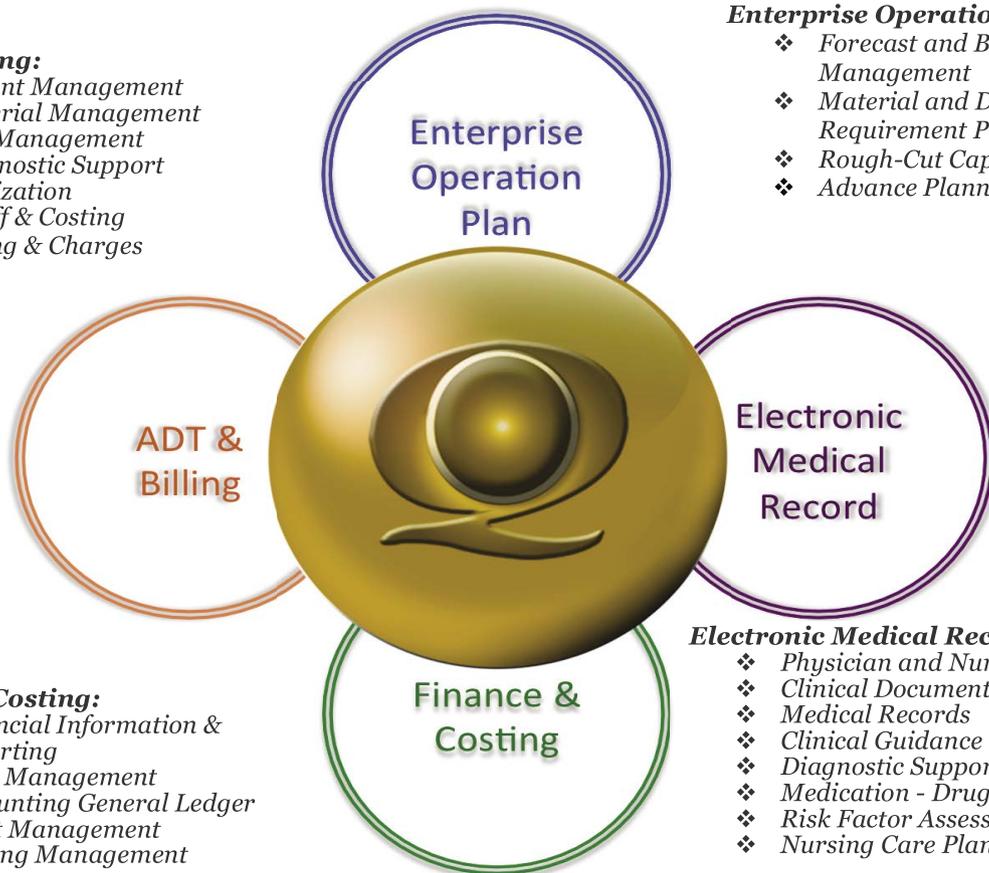
*Sphaira* complies with the international standard and interoperability with other systems and clinical devices.

### **ADT & Billing:**

- ❖ Patient Management
- ❖ Material Management
- ❖ Bed Management
- ❖ Diagnostic Support Realization
- ❖ Tariff & Costing
- ❖ Billing & Charges

### **Enterprise Operation Plan:**

- ❖ Forecast and Budget Management
- ❖ Material and Distribution Requirement Planning
- ❖ Rough-Cut Capacity Plan
- ❖ Advance Planning Schedule



### **Finance & Costing:**

- ❖ Financial Information & Reporting
- ❖ Cash Management
- ❖ Accounting General Ledger
- ❖ Asset Management
- ❖ Costing Management

### **Electronic Medical Record:**

- ❖ Physician and Nurse Dashboard
- ❖ Clinical Documentation
- ❖ Medical Records
- ❖ Clinical Guidance
- ❖ Diagnostic Support CPOE
- ❖ Medication - Drug Alerts
- ❖ Risk Factor Assessments
- ❖ Nursing Care Plan

*"Powerful and Innovative software has been designed to interconnect all hospital professionals and it come with strong mechanism-control to eliminate any risk of inconsistency. In EMR module any order for pharmacy, laboratory, radiology and etc. through CPOE and once it executed system automatically update the inventory and generate real-time journal for accounting"*

*Mr. Simon Rivian, Direktur Administrasi Keuangan dan Umum National Hospital*



### **PT. QPRO Sukses Mandiri**

Plaza Pasific Block B4 No.95-96  
 Raya Boulevard Barat. Kelapa Gading Permai – 14250  
 INDONESIA  
 Phone : +62-21-45843532 / 33  
 Fax : +62-21-45845026





# Scanning CT SCAN 128 SLICES

Kepuasan pasien selalu berbanding lurus dengan pelayanan yang diberikan oleh rumah sakit. Karenanya investasi berupa teknologi medis terkini pun jadi faktor penting yang dapat membantu meningkatkan kepuasan pasien.

Salah satunya seperti perangkat CT Scan 128 Slices milik National Hospital yang mampu menghasilkan informasi dan memberikan gambar diagnosis yang lebih baik, terutama untuk pemeriksaan pada organ bergerak seperti jantung yang mampu menghasilkan gambar akurat dan resolusi yang baik.

CT Scan adalah tes pencitraan diagnosis untuk membantu dokter dalam mendiagnosis dan mengobati berbagai gangguan dan penyakit. CT Scan memiliki prosedur *non-invasif* yang biasanya tidak menimbulkan rasa sakit. CT Scan sendiri digunakan untuk mendapatkan gambaran dari berbagai sudut kecil dari tulang tengkorak dan otak. Namun CT Scan pada dasarnya juga mampu digunakan untuk mendeteksi pendarahan di otak, cedera otak, patah tulang, tumor, kanker, serta penyakit dalam lainnya. Selain itu CT Scan dapat digunakan untuk mendeteksi pembesaran rongga otak pada pasien *hydrocephalus* dan perencanaan rekonstruksi bedah.

Hampir semua organ dapat diperiksa dengan menggunakan CT Scan terutama organ dalam tubuh Anda seperti otak, leher, paru-paru, jantung dan aliran darah, organ-organ dalam perut serta tulang dan otot.

CT Scan juga dapat mendeteksi kelainan dan penyakit seperti tumor, kista, atau kanker dan penyebarannya, penularannya, *stroke*, trauma kepala, jantung koroner dan pembuluh darah, penyakit paru-paru. CT Scan juga mampu memvisualisasikan penyebab sakit perut, batu ginjal, dan empedu, memvisualisasikan penyebab usus obstruksi, memvisualisasikan kelainan tulang dan otot seperti kompleks patah tulang atau fraktur yang tidak terdeteksi dengan pemeriksaan X-ray, dan kondisi lain yang mungkin secara klinis tidak terlihat pada pemeriksaan fisik.

### Short & Sharp Result

Dengan CT-Scan 128 Slices ini, proses *scanning* seluruh tubuh dapat dilakukan dalam waktu kurang dari 10 detik. Bahkan dengan CT-Scan GE Optima CT660 yang dilengkapi dengan fitur ASiR hanya membutuhkan waktu kurang dari 5 detik (5 denyut jantung) untuk memindai seluruh jantung dengan dosis radiasi yang sangat rendah (sekitar 1-2 mSv).

Proses ini dilakukan dalam beberapa tahap dan diantara tahap Anda diminta untuk menunggu diatas meja sambil berbaring. Secara umum, seluruh proses pemeriksaan CT Scan membutuhkan waktu antara 5-10 menit, tergantung pada jenis pemeriksaan.

### Bagaimana Proses CT SCAN Berlangsung

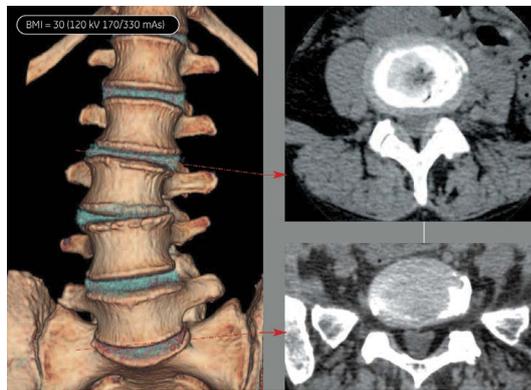
Di ruang CT Scan Anda akan diminta untuk berbaring di atas meja CT Scan, dengan posisi terlentang atau tergantung pada jenis pemeriksaan. Meja pemeriksaan akan bergerak masuk dan keluar dari *gantry* selama proses pemindaian. CT Scan GE Optima CT660 dapat melakukan pemeriksaan pada pasien dengan berat sampai dengan 227 kg sehingga dapat digunakan untuk pasien berukuran besar. Selama pemindaian, Anda akan menerima instruksi dari teknisi radiologi melalui mikrofon dan *speaker* sistem.

Setelah melakukan pemeriksaan CT Scan dengan zat kontras, Anda disarankan untuk banyak minum (jika tidak ada pantangan dari dokter, biasanya pada pasien dengan gagal ginjal), agar Anda akan sering buang air kecil dan hal ini akan sangat baik untuk mempercepat pembersihan zat kontras dari dalam tubuh karena sebagian besar zat kontras yang disuntikan akan di buang oleh ginjal ke dalam air seni.

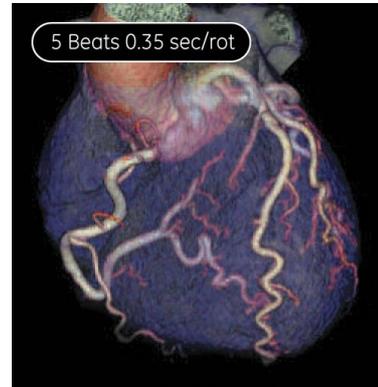
Jika Anda juga mendapat zat kontras yang diminum (kontras *oral*) berupa *suspense barium sulfat*, Anda juga disarankan untuk banyak minum guna mencegah susah buang air besar karena ada kecenderungan *suspense barium sulfat* akan menggumpal membentuk agregat sebagai akibat penyerapan air oleh usus besar.







Jika Anda yang mendapatkan kontras intravena, lokasi bekas tusukan jarum harus diperhatikan dengan baik. Jika mekanisme pembekuan darah Anda baik, maka akan tampak bercak merah agak kebiruan / keunguan saja di daerah bekas tusukan jarum. Akan tetapi, bila pembekuan darah dibawah kulit tampak meluas dan melebar serta kulit di daerah tersebut terasa tegang dan membengkak, maka Anda diminta untuk segera kembali ke bagian CT Scan untuk mendapatkan perawatan, begitu pula dengan Anda yang mendapat gejala alergi yang timbul lambat (*delayed adverse reaction*) seperti kulit terasa gatal, membengkak, panas, dan ruam berwarna kemerah-merahan, terasa berat



di dada/sesak napas, pusing, jantung berdebar-debar, mual, muntah, serta pembengkakan di sekitar mulut.

### Why CT SCAN 128 SLICES?

Pada pemeriksaan jantung dengan menggunakan CT Scan 128 Slices mampu menghasilkan gambar yang akurat. Selain itu dibandingkan dengan CT Scan sebelumnya maka CT Scan 128 memiliki keunggulan seperti tingkat radiasi jauh lebih kecil sehingga lebih aman bagi tubuh, memungkinkan rekonstruksi dalam bentuk 3 dimensi sehingga gambar lebih nyata, proses pengambilan gambar seluruh tubuh hanya membutuhkan waktu sebentar, potongan lebih tipis, sehingga lebih teliti untuk mencari kelainan tubuh, dapat menilai perfusi jaringan dan organ bergerak (misalnya : jantung, otak, hati, dll) dan format hasil *scanning* tersedia dalam bentuk digital.

# CT Scan dengan Radiasi Dosis Rendah

Tidak ada hal lain yang lebih penting daripada keselamatan pasien. Itulah mengapa Optima CT 660 yang telah dilengkapi dengan *feature* ASiR dapat menghasilkan informasi-informasi penting bagi petugas klinis agar mereka dapat memberikan diagnosa yang efektif dan tepat melalui pemeriksaan dengan radiasi dosis rendah, sehingga pasien bisa tetap tenang dan melewati sesi pemeriksaannya dengan nyaman.

## ASiR Inside:

### Sebuah Lompatan Kedepan dalam Mengurangi Dosis Radiasi

Pendekatan konvensional rekonstruksi CT dapat menghasilkan hasil secara cepat dan telah melayani masyarakat radiologi lebih dari tiga puluh tahun terakhir. Akan tetapi, dalam praktiknya upaya menekan *noise* pada akhirnya harus mengorbankan dosis yang diberikan ke pasien.

Pendekatan rekonstruksi baru, atau lebih dikenal sebagai Iterative Reconstruction Techniques, dapat menjadi alternatif yang sangat baik dalam mengurangi dosis dan akhirnya meningkatkan kualitas gambar.

Metode Adaptive Statistical Iterative Reconstruction (ASiR) berfokus pada akar penyebab *noise* yakni dalam proses pembangkitan sinyal. Sehingga ASiR dapat diimplementasi tanpa mengorbankan alur kerja klinis

### Secara garis besar, ASiR sendiri memberikan beberapa manfaat pencitraan penting berikut ini:

- ASiR memungkinkan dilakukannya pengambilan gambar untuk diagnosis dengan pengurangan mA, sehingga mengurangi dosis radiasi yang diberikan kepada pasien.
- ASiR memiliki kemampuan pendeteksian yang lebih baik pada obyek dengan perbedaan kontras rendah.
- ASiR membantu para petugas klinis mendapatkan diagnosa yang tepat dengan dosis yang lebih rendah.

### Pengurangan Dosis Secara Komprehensif dengan Optidose

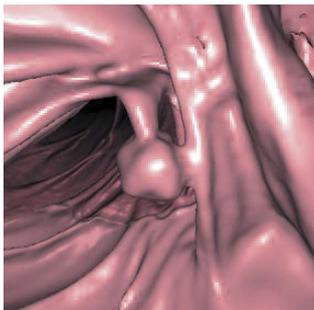
GE menggabungkan pengurangan dosis menggunakan ASiR dan Optidose, sebuah teknologi yang telah terbukti mampu menurunkan dosis langsung pada sumbernya. Termasuk di dalamnya SmartTrack yang menjaga agar pancaran sinar X tetap fokus pada *active detector cells*.

Seperti halnya modulasi mA secara 3D dan otomatis, modulasi dosis ECG, dan filtrasi sinar X yang dapat disesuaikan untuk pasien bertubuh kecil hingga besar.

Dalam praktiknya secara klinis, penggunaan ASiR memungkinkan dosis yang diberikan pada pasien CT dapat dikurangi berdasarkan: tugas klinis, ukuran pasien, lokasi secara anatomis, dan praktik klinis.

ASiR membuka perspektif baru dalam pengurangan dosis yang pada akhirnya lebih aman bagi pasien, bahkan untuk anak-anak dan pasien yang membutuhkan pemeriksaan CT lanjutan.

Sebaiknya lakukan konsultasi dengan radiologis dan dokter untuk menentukan dosis yang diperlukan agar bisa mendapatkan kualitas gambar diagnosa sesuai tujuan klinisnya.



# Hadiah Teristimewa

**Ibu Mudjiharti**, Guru SMPN1 Gempol, Pasuruan

Hampir pingsan rasanya saat mendengar dokter saraf mengatakan “tumor Ibu harus diangkat dengan membuka tempurung kepala”. Ketakutan luar biasa melanda, tak terbayangkan apa yang akan terjadi bila itu operasi itu tak sesuai harapan. Akankah saya tetap bisa mengajar di SMP Gempol 1 lagi? Profesi yang telah menjadi bagian tak terpisahkan dari hidup saya sejak 32 tahun lalu.

**B**ila mengingat kenangan 8 tahun yang lalu itu saya tak henti-hentinya mengucapkan syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa karena keberhasilan operasi pengangkatan Tumor di kepala yang pastinya telah lebih dari delapan tahun bersarang di dasar otak saya. Sekarang derita itu telah berhasil dihilangkan dengan menjalani operasi di National Hospital dan tanpa rasa takut karena saya tidak perlu khawatir dokter akan membuka bagian maupun isi kepala saya. Semua itu terjadi berkat tangan dingin Prof. Hafid, dr. Achmad Fahmi, SpBS dan tim dari Surabaya Neuroscience Institute yang selalu memberikan perhatian serta membesarkan hati saya dari sejak pertama menjalani pemeriksaan di sini.

## Gejala Awal

Semula berawal dari rasa pusing yang sering saya derita diikuti dengan berkurangnya pandangan di samping kanan dan kiri, hingga sangat mengganggu kegiatan sehari-hari. Saya hanya bisa melihat jelas pada bagian yang lurus tepat di hadapan saja.

Suatu hari dokter internis tempat saya biasa memeriksakan diri memberi rujukan ke dokter mata. Namun setelah sekian macam tes mata saya ikuti, dokter mata tidak bisa menemukan kejanggalan dimata saya.

Kemudian kembali saya dirujuk ke dokter lain, kali ini pada dokter bedah saraf. Setelah melakukan tes MRI, dokter bedah saraf menunjukkan bahwa ada tumor kecil yang mengganggu saraf penglihatan saya dan harus dibuang dengan operasi membuka tempurung kepala. Hampir pingsan saya rasanya mendengar vonis itu.



Karena rasa takut yang luar biasa, saya mulai menjauhi dokter dan beralih mencoba berbagai macam pengobatan alternatif walau hasilnya tidak pernah ada yang memuaskan.

## Harapan untuk Pandanganku

Rupanya takdir berkata lain, saat saya menjalani terapi untuk mengobati sakit lutut yang terkena pengapuran, sakit kepala itu datang lagi dan pandangan kanan kiri saya semakin kabur. Seperti dahulu, dokter menyarankan saya untuk memeriksakan diri kembali ke dokter mata. Sama seperti yang dulu, hasilnya tidak ada yang ganjil dengan kedua mata saya. Hingga dokter mata menyarankan untuk ke dokter saraf. Saya mengikuti saran dokter saraf yang saya kunjungi saat itu untuk melakukan CT Scan. Hasilnya mengagetkan beliau, karena Tumor yang bersarang di kepala saya sudah semakin besar sehingga cukup kuat menekan saraf-saraf penglihatan kanan kiri. Bila tidak segera dilakukan tindakan pembuangan, tumor tersebut dapat menyebabkan kebutaan pada mata saya.

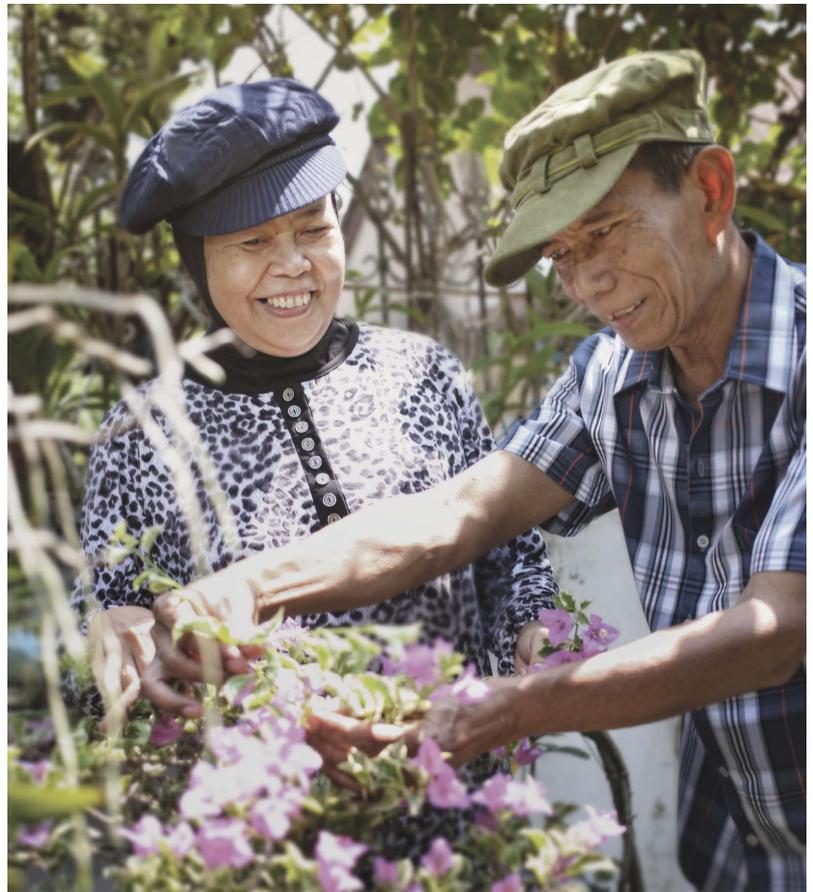
Namun kali ini dokter memberikan referensi untuk mengunjungi klinik Prof. Hafid dan di sanalah saya bertemu dr. Achmad Fahmi, SpBS yang tergabung dalam Surabaya Neuroscience Institute (SNeI). Saya membawa semua berkas-berkas data medis sejak 8 tahun yang lalu dan dengan tidak yakin saya sampaikan bahwa saya tidak mau tempurung kepala saya dibuka untuk menjalani pengobatan.

Hingga saat ini saya masih ingat senyum hangat dr. Achmad Fahmi, SpBS dan juga Prof. Hafid yang dengan sabar menjelaskan pada saya alternatif metode operasi lain tanpa membuka tempurung kepala yang disebut dengan Endoscopic Endonasal Hypofisectomy. Prosesnya mirip dengan operasi Laparoscopic, di mana operasi dilakukan melalui salah satu lubang hidung, tanpa mengiris kulit, dan tanpa jahitan. Entah mengapa, hati saya mantap untuk melakukan operasi ini dan mempercayai dr. Achmad Fahmi, SpBS untuk merawat saya.

Sekilas dr. Achmad Fahmi, SpBS menjelaskan bahwa Pituitary Gland dimiliki oleh semua orang, namun bila kemudian berubah menjadi tumor dapat membahayakan seperti yang saya alami. Bila mengganggu hormon maka bisa menimbulkan reaksi seperti: siklus menstruasi yang tidak teratur, pembesaran tulang seluruh tubuh, lumpuh satu sisi saraf muka, ASI yang keluar bukan pada waktunya, pembesaran payudara pada laki-laki, dan Carpal Tunnel Syndrome.

## Semangat Baru

Tepat pada hari Selasa saya mendaftarkan diri menjadi pasien National Hospital dan pada Kamis pagi



saya sudah mendapatkan jadwal operasi. Waktu 2 jam sangat cepat karena saya mendapatkan bius total yang dilakukan oleh Dokter Edward seorang Spesialis Anestesia. Sedangkan operasinya dilakukan oleh tiga orang dokter bedah saraf yang merupakan bagian dari tim Surabaya Neuroscience Institute National Hospital, yaitu Prof. Hafid, dr. Achmad Fahmi, SpBS, dan Dokter Rahadian.

Begitu siuman, saya langsung minta cermin, dan saya hampir tidak mempercayai karena tidak melihat sedikit pun tanda-tanda bekas operasi baik di wajah maupun hidung. *Amazing!*

Agar kondisi cepat stabil, dokter melarang saya menggunakan hidung sementara waktu, seperti: tidak boleh bersin, tidak boleh banyak batuk, bernafas dengan mulut, tidak boleh minum dengan sedotan, tidak boleh mengorok (bila mengorok harus dibangunkan).

Tenya metode operasi ini sama sekali tidak menakutkan dan juga aman. Saya berharap bisa berbagi pengalaman dengan yang lain, tidak perlu takut. Karena Tumor Hipofise bisa ditaklukkan tanpa harus operasi dengan membuka kepala.

Allah telah memberikan rahmat terbaiknya di bulan Ramadhan ini untuk saya, dan rasanya rahmat itu semakin lengkap karena seluruh keluarga besar National Hospital benar-benar memberikan perhatian yang besar pada saya.

Terima kasih National Hospital.



S U R A B A Y A  
**NEUROSCIENCE**  
I N S T I T U T E

## Surabaya Neuroscience Institute-National Hospital (SNeI-NH)

Institute ini digagas dan dikelola oleh para ahli bedah saraf yang merupakan pelopor pelayanan bedah saraf di Surabaya. Seiring dengan kemajuan zaman dan teknologi, Institute ini makin tumbuh dengan anggota muda yang mempunyai keahlian beragam dan sub-spesialistik serta didukung fasilitas yang makin canggih.

Sebagai Institute yang terus tumbuh dan ingin memberikan layanan terbaik bagi pasien, maka ilmu yang *update* dan terkini adalah mutlak diperlukan. Latar belakang anggota SNeI-NH ini yang juga merupakan bagian dari jaringan akademik dan riset merupakan jaminan bagi pasien untuk mendapatkan layanan yang terbaik dan paling mutakhir. Tanpa terkecuali, tim dokter bedah saraf yang tergabung di SNeI ini mengenyam pendidikan sub-spesialistik di beberapa negara maju seperti Jepang, Amerika, Kanada, Korea, Jerman ditambah beberapa *short-course* Internasional untuk menjaga agar pasien mendapatkan layanan terbaik dari ahli yang selalu *update*.

*Value* yang kami bawa untuk memberikan pengalaman terbaik kepada pasien adalah: *Teamwork of experts, Quality patient care, Costumer focus, Personal warmness and touch, dan Sophisticated facility.*

### LAYANAN SUB-SPELIALISTIK

Layanan sub-spesialistik SNeI-NH mencakup hampir semua aspek kelainan bedah saraf, termasuk layanan yang hanya ada di National Hospital yaitu bedah saraf fungsional – stereotaktik, untuk mengatasi kelainan gerakan, gangguan depresi, obsesif-kompulsif, dan untuk biopsi tumor otak yang letaknya sangat dalam. Kelainan bedah saraf lain yang dapat dilayani adalah:

- Cidera kepala (neurotrauma)
- *Minimal invasive (keyhole, micro-surgery dan neuro-endoskopi)*
- Kelainan Pembuluh Darah Otak (*neuro-vascular dan endo-vascular*)
- Tumor otak (*neuro-oncology*)
- Tulang Belakang (*neuro-spine*)
- Anak (*pediatric neurosurgery*)
- Tatalaksana Intervensional untuk nyeri
- Saraf tepi dan *plexus brachialis*
- *Epilepsy (epilepsy surgery)*
- *Stroke*
- Spastisitas



# The Twelve Tribes of Hattie

Penulis : *Ayana Mathis*

"Hattie clambered from the train, her skirt still hemmed with Georgia mud, the dream of Philadelphia round as a marble in her mouth and the fear of it a needle in her chest."

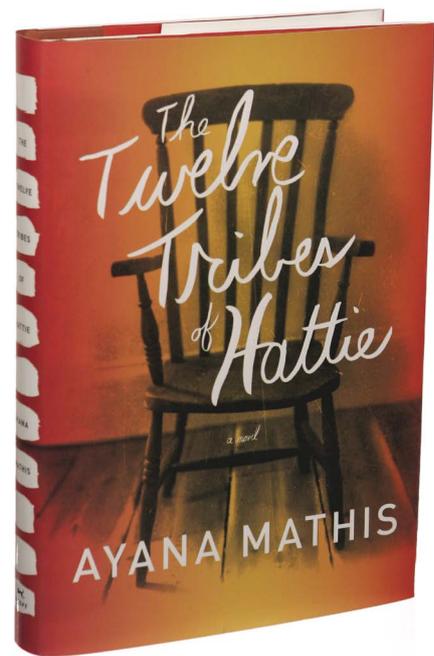
**I**tulah sepenggal isi karya menawan Ayana Mathis, yang berhasil mencuri perhatian banyak pembaca sejak kali pertama diluncurkan.

Membaca lembaran demi lembaran karya Bagi Ayana Mathis, *The Twelve Tribes of Hattie*, Anda akan dibawa *flashback* ke tahun 1920an. Mengunjungi sebuah rumah sederhana di Philadelphia tempat Hattie, tokoh protagonis dalam novel ini tinggal bersama suami barunya August, dan dua orang putri kembar mereka yang harus merengang nyawa karena Pneumonia.

Dalam novel perdananya tersebut, Ayana Mathis, sang penulis benar-benar berhasil membawa pembaca begitu larut dalam kehidupan Hattie yang penuh perjuangan. Diceritakan dalam novel ini bagaimana Hattie yang masih berusia 17 tahun dan suaminya dihantam gelombang permasalahan ketika anak kembar mereka, Philadelphia dan Jubilee meninggal dunia akibat pneumonia karena tidak mendapatkan pengobatan cukup. Kondisi perekonomian yang pas-pasan membuat pasangan muda ini tak bisa berbuat banyak untuk menyelamatkan buah hati mereka.

Walaupun dalam pernikahannya Hattie dikaruniai 4 anak laki-laki dan 5 anak lagi, namun kehilangan si kembar benar-benar menjadi kesedihan tak berujung yang terus mengerogoti kebahagiaan pasangan ini. August diceritakan mulai menjauh dari Mattis, dan lebih memilih melampiaskan kesedihannya dengan pergi ke klub ditemani minuman keras dan perempuan malam yang pada akhirnya membawanya pada perselingkuhan.

Di lain sisi, perilaku suaminya yang semakin dingin, ditambah beban pekerjaan yang berat



serta tanggungjawab mengurus ke sembilan anak mereka perlahan-lahan mematkan kehangatan dalam diri Hattie. Anak-anak Hattie pun tumbuh besar dengan perasaan hampa terhadap orang tuanya, perasaan tak dicintai.

Dengan alur cerita yang tidak biasa, penulis yang berhasil meraih The Michener-Copernicus Fellowship tersebut kemudian menceritakan bagaimana perjalanan hidup ke 9 anak Hattie, lalu kemudian menyatukan kisahnya dalam sebuah *ending* yang sempurna.

Bagi penggemar kisah melodramatik, *Twelve Tribes of Hattie* bisa menjadi pilihan bacaan Anda berikutnya. Momen-momen dramatis, seperti saat Hattie berusaha sekuat tenaga terjaga selama tiga malam demi menyelamatkan nyawa si kembar atau saat akhirnya ia memutuskan untuk memberikan Ella, si bungsu pada saudarinya di Georgia agar ia mendapatkan hidup yang lebih layak, dikisahkan begitu intim, hingga kita pun merasa seakan menjadi bagian dari Hattie dan merasakan betul kesedihan dan kepahitan hidup yang harus dicicipinya. Tak salah bila kemudian novel ini menjadi pilihan Oprah's Book Club 2.0.



1



# Behind Landscape Photography

By: *Cherly Jong*



Bicara soal fotografi lansekap (*landscape photography*), sejatinya kita membicarakan salah satu bagian dari *nature photography*.

Foto-foto lansekap biasanya menangkap kehadiran alam dan sering bebas dari penghalang buatan manusia. Tapi tidak menutup kemungkinan dalam menangkap pesona keindahan alam tersebut, ada unsur bangunan atau situs ciptaan manusia yang sengaja diambil untuk menambah keindahan foto yang dihasilkan nanti.

Untuk fotografi jenis ini Anda bisa menggunakan beragam lensa, mulai dari *wide* sampai *super tele*.

Acap kali orang beranggapan bahwa memotret lansekap hanya butuh lensa *wide* atau *superwide*, padahal jika ingin mengambil sebagian atau memfokuskan pada salah satu bagian saja, Anda butuh lensa *tele* atau *super tele* untuk mengeksekusinya.

Dengan pemilihan lensa yang tepat, maka keindahan alam akan bisa diabadikan dengan sempurna. Seperti pada foto pertama, kesan *grande* diperoleh karena foto tersebut diambil menggunakan lensa *superwide*. Lensa jenis ini juga baik untuk Anda yang ingin mengeksplorasi *foreground*.

Tak kalah penting dengan *background*, *foreground* bisa menjadikan foto terlihat lebih berdimensi. Akan ada sensasi kedalaman dari foto jika Anda memilih memposisikan *foreground* dengan benar. Seringkali *foreground* menjadi *focal point* dan POI dari foto *landscape* Anda.

Jika ingin menonjolkan salah satu bagian saja dari lansekap, lensa *tele* yang akan bekerja apik menangkap obyek tersebut secara lebih fokus. Untuk kesan unik, lensa *fish eye* juga boleh Anda pakai.

Kunci keberhasilan lain fotografi lansekap adalah persoalan *timing*. Pertama, perhatikan bagaimana cuaca di daerah yang akan dituju nanti. Jika Anda akan berkunjung ke kawasan khatulistiwa, saat yang paling baik adalah antara bulan Februari sampai Maret dan Juni sampai September. Sedangkan daerah empat musim, waktu yang baik adalah saat musim semi dan menjelang musim gugur.

Hal lain yang terkait dengan *timing* adalah



persoalan cahaya alami yang bisa Anda peroleh. Dalam fotografi lansekap, cahaya dari samping muncul saat pagi hari dan sore hari. Pada waktu ini, warna – warni terlihat sangat bagus dan *landscape* terlihat sangat hidup. Setelah *golden hour* (*sore*), saat setelah matahari terbenam dan sebelum warna langit berwarnan biru pekat, ini juga jadi momen yang tidak kalah indah.

Foto satu, dua, dan tiga semuanya diambil pada pagi hari sebelum jam 7. Jika foto itu di ambil lebih siang lagi, maka siluet langit dan kabut yang tertangkap pada foto 3 bisa jadi akan hilang, digantikan langit yang terkesan datar.

Demikian pula pada foto 2, refleksi seperti ini hanya bisa diambil pada pagi hari sebelum angin berhembus. Kalau angin sudah bertiup, sudah pasti permukaan danau akan beriak dan Anda tidak akan menemukan cermin raksasa alami ini memantulkan alam sekitarnya dengan indah. Buat yang belum terbiasa bangun pagi, rasanya harus belajar bangun lebih awal agar Anda tidak melewatkan pesona keindahan alam di pagi hari.

Bila ingin melengkapi lensa Anda dengan *filter*. Biasanya yang jamak digunakan adalah Gradual ND dan Polarizer. Gradual ND untuk mengontrol *exposure*

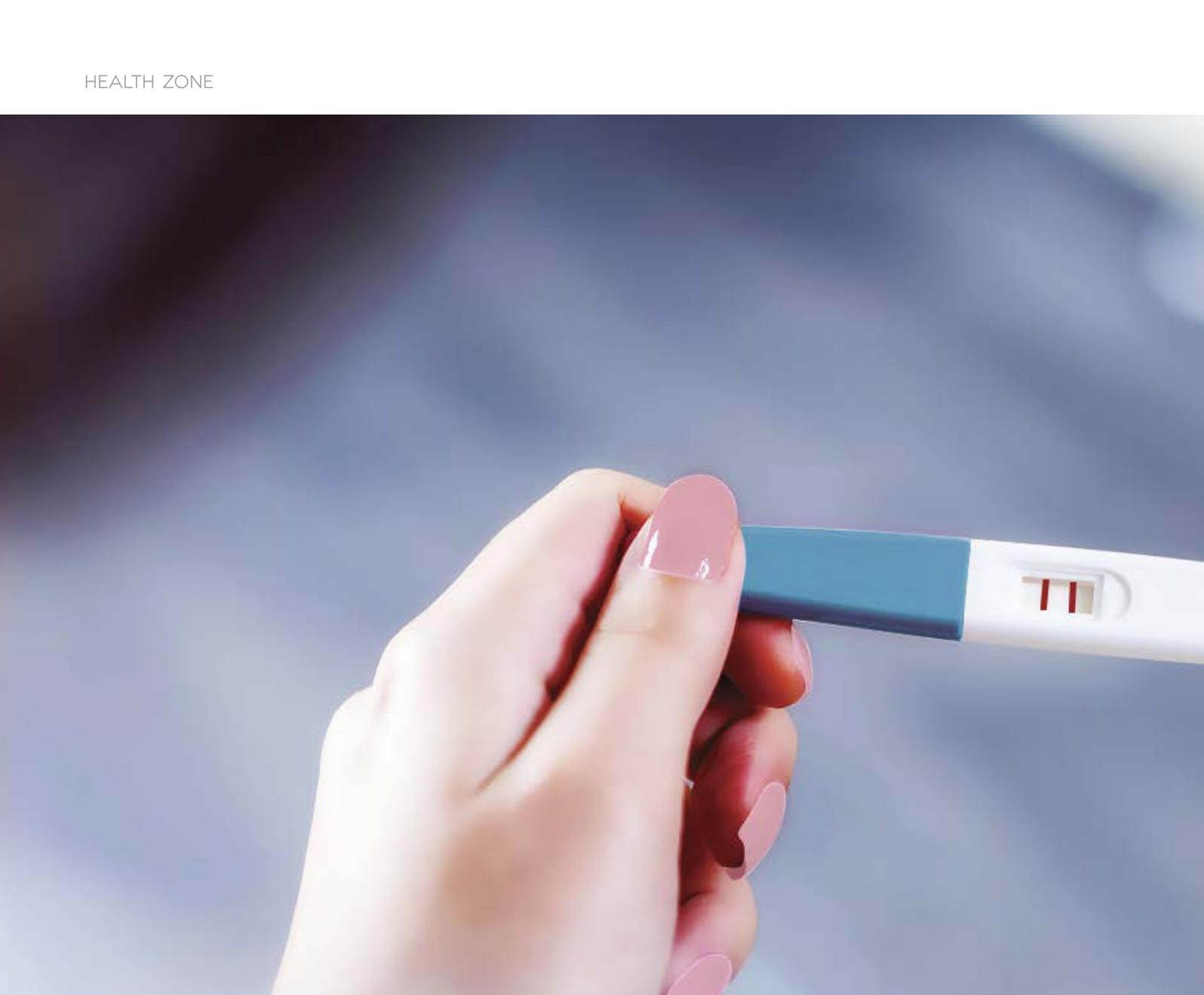
langit yang terlalu berlebih dibanding daratan. Bentuknya hitam di atas dan transparan di bagian bawah. Lain halnya dengan Polarizer berguna untuk menghilangkan refleksi cahaya matahari pada benda. Seperti pada bebatuan yang terkena air. Juga bisa membuat langit menjadi lebih biru.

Bermainlah dengan komposisi. Garis dapat menjadi *focal point* yang sangat kuat karena membantu mata menelusuri foto lansekap Anda. Seperti pada foto 1 dan 3 yang tampak menonjol dengan garis-garis yang memberikan kedalaman ruang yang luar biasa, dan prespektif berbeda. Mainkan pula kontras warna seperti pada foto 1 yang membuat foto lansekap Anda lebih dinamis.

Satu lagi hal wajib yang mungkin sedikit memberatkan, yakni *tripod*. Daripada menyesal karena tidak bisa menangkap pemandangan dengan sempurna, pastikan Anda membawa *tripod*. Kalau perlu bawa juga *release cable* atau *self timer* bersama *mirror lock up* agar kamera benar-benar tidak goyang.

Sedikit *sharing* ini mudah-mudahan bisa jadi bekal Anda berburu foto lansekap yang memukau.

Selamat mencoba!



# Melahirkan Normal Manfaat bagi Bunda dan Buah Hati

Proses melahirkan memiliki pengaruh besar terhadap perkembangan bayi. Proses tumbuh kembang, hingga ikatan psikologis dengan bunda turut ditentukan oleh metode persalinan. Kelahiran normal pun menjadi opsi paling menguntungkan bagi bunda.



Oleh: dr. Hendera Henderi, Sp. OG

*Spesialis Kebidanan dan Penyakit Kandungan  
National Hospital*

Rasanya senang ketika dinyatakan hamil. Momen-momen bahagia memimang buah hati dan dipanggil bunda pun semakin dekat. Salah satu yang harus dipikirkan calon ibu adalah metode persalinan.

Saat ini, perkembangan teknologi yang pesat membuat persalinan kian mudah. Untuk beberapa alasan, banyak calon bunda yang memilih melahirkan secara *caesar*. Tetapi, kemudahan itu hendaknya tidak mengesampingkan melahirkan buah hati dengan cara *normal*. Sebab, cara tersebut tetap dianggap yang terbaik untuk calon bunda maupun si kecil.

Banyak penelitian yang menunjukkan bahwa para bunda yang melakukan persalinan normal memiliki ikatan lebih kuat dengan bayi. Mereka lebih responsif dengan tangisan si kecil. Temuan tersebut didasarkan pada tes sensitivitas dengan MRI di area otak pengatur emosi, motivasi, dan kebiasaan.

Hal itu diduga disebabkan perbedaan pengalaman antara ibu yang melakukan persalinan normal dan metode *caesar*.

### **Back to Nature**

Beberapa calon bunda memang kurang berkenan dengan rasa sakit ketika harus memakai metode persalinan normal. Tapi, dengan merasakan sakit sebentar saat melahirkan, bunda bisa memetik dampak positif seumur hidupnya. Banyak sekali efek positif yang bisa dirasakan ketika memakai metode normal.





Metode *back to nature* dengan cara persalinan normal bisa membuat sang ibu lebih leluasa bergerak. Misalnya, ke kamar mandi, berjalan, atau mengubah posisi saat melahirkan. Bahkan setelah melahirkan bunda bisa langsung melakukan Inisiasi Menyusui Dini (IMD) yang merupakan momen yang paling penting buat bunda dan bayi.

Berdasar pengalaman bunda yang melakukan persalinan alami, pemulihan akan berlangsung lebih cepat. Mereka tetap bisa merasakan refleks tubuh dengan baik, bahkan bisa langsung berdiri, berjalan, atau mandi. Biasanya, mereka juga bisa makan dengan selera normal.

### **Baik untuk Bayi**

Metode melahirkan alaminya juga memiliki efek lebih baik terhadap si bayi untuk beradaptasi dengan dunia luar. Sekresi endorfin yang ditemukan pada plasenta atau ari-ari. Proses keluar dari rahim pun menjadi lebih menyenangkan bagi si kecil.

Bayi yang dilahirkan dari persalinan normal biasanya lebih sehat. Dengan terlahir sebagaimana mestinya, mereka telah melalui masa yang diperlukan selama kehamilan. Bukan hanya itu, bayi-bayi yang dilahirkan secara normal mempunyai paru-paru lebih kuat. Dengan melahirkan secara normal, risiko gangguan nafas pada bayi rendah. Ini karena saat melalui jalan lahir akan terjadi penekanan pada rongga dada bayi sehingga mengeluarkan air ketuban di dalam parunya. Juga saat proses melahirkan secara normal bayi menelan bakteri-bakteri baik yang sangat penting buat proses pencernaan sang buah hati.

### **Kunci Keberhasilan**

Ada tiga hal yang menjadi kunci keberhasilan melahirkan normal. Pertama, motivasi sang bunda serta dukungan dari suami

maupun keluarga tercinta. Kedua, rutin melakukan pemeriksaan antenatal pada tenaga ahli (spesialis kebidanan). Ketiga, fasilitas yang mendukung sang bunda melahirkan secara normal.

Melihat pentingnya kelengkapan fasilitas bagi kelancaran dan kenyamanan para ibu saat melakukan pemeriksaan maupun ketika melahirkan nanti, National Hospital membenamkan beragam peralatan terkini di Maternity Center-nya. Mulai dari sarana pemeriksaan antenatal yang dilengkapi USG 2 dimensi hingga USG 4 dimensi.

Maternity Center yang dilengkapi kamar bersalin, kamar bayi, dan kamar nifas tersebut, semua disatukan dalam satu lantai khusus di lantai 5 agar lebih aman dan nyaman bagi sang bunda dan buah hati.

### Maternity Bed Terbaik

Tak cukup sampai di sini, National Hospital juga memiliki fasilitas lain yang sangat istimewa di ruang bersalinnya, yaitu Maternity Bed modern yang sangat nyaman bagi bunda untuk melahirkan normal.

Beragam fitur canggih pada Maternity Bed ini didesain untuk mendukung para bunda melahirkan normal dengan berbagai posisi yang tidak dapat dilakukan dengan *bed* biasa. Dengan demikian bunda

bisa leluasa memilih posisi melahirkan mana yang paling nyaman untuknya. Saat bunda merasa nyaman kelancaran proses melahirkan pun sangat terbantu.

### Lebih Aman, Lebih Nyaman

Rasa nyeri yang dirasakan bunda selama proses melahirkan, dengan cerdas akan dikurangi oleh Maternity Bed ini melalui fasilitas *massage*. Cukup dengan menekan tombol *massage*, maka pijatan lembut di sekitar pinggang dapat dinikmati. Tanpa perlu mengonsumsi obat-obatan ataupun suntikan pereda rasa nyeri, mengurangi nyeri ketika kontraksi lewat pijatan merupakan solusi natural yang lebih aman bagi bayi dan bunda pastinya.

Pengaturan *fleksible* untuk posisi sandaran dan ruang kaki yang bisa diatur sesuai dengan postur tubuh, memberi kebebasan bagi bunda untuk mengatur kenyamanan yang dikehendaki. Matras tempat tidur ini pun terasa nyaman dengan lapisan *ultra comfort mattress* sehingga saat jeda kontraksi bunda bisa nyaman untuk tetap berada di atas *bed*.

Melihat kelengkapan fasilitas dan tenaga kesehatan yang ada, rasanya proses melahirkan normal di National Hospital bukan merupakan hal yang mengkhawatirkan lagi.





We are very proud for  **LINET**<sup>®</sup> HOSPITAL BED

first installation in Indonesia at  NATIONAL HOSPITAL

Indonesian Exclusive Distributor : \_\_\_\_\_  
**PT. D & V INTERNATIONAL MAKMUR GEMILANG**

Ruko Palmmyra, Jl. jalur Sutera Blok 26 A No. 18  
Alam Sutera - Tangerang  
T: (62) 21 2931 5027 (Hunting)  
F: (62) 21 2931 5030





# Green Concept Windows

“Rumah sakit bukan hanya untuk orang sakit, namun juga untuk orang-orang sehat yang ingin selalu sehat dengan memeriksakan dirinya secara berkala.”

Demikian wejangan yang disampaikan oleh Sinarto Dharmawan selaku Presiden Direktur PT Surabaya Jasa Medika, PT yang menaungi National Hospital.

Penggemar batik yang gaya hidupnya berubah drastis menjadi seorang yang menjalani “gaya hidup sehat” sejak berkecimpung di dalam pembangunan gedung rumah sakit dengan konsep “Green Building” ini mengungkapkan bahwa perencanaan pembangunan gedung National Hospital yang bisa dikatakan terlengkap fasilitasnya dan juga termodern memang melalui proses penelitian dan kalkulasi yang benar-benar matang.

Tak terkecuali untuk urusan kaca dan jendela di seluruh gedung National Hospital yang juga mengikuti standar *green building*. Sekalipun bangunan rumah sakit 10 lantai tersebut didominasi oleh kaca, namun suasana sejuk tetap melingkupi setiap sudut ruangan yang ada.

"Ini bukan berarti kita lantas boros dalam pemakaian pendingin udara karena poin penting *green building* adalah menghindari cahaya langsung matahari agar kita bisa menggunakan energi dengan lebih baik dan hemat," tutur Sinarto.

Untuk mewujudkan hal tersebut bisa dilakukan dengan tiga cara, yakni dari desain, pemilihan bahan, dan teknologi.

### Green Design

Dari sisi desain, *green design* inilah yang menjadi alasan mengapa bangunan National Hospital dibuat membujur dari Timur ke Barat, sehingga cahaya yang masuk ke gedung dari arah Utara dan Selatan, tidak menatap matahari langsung.

Kaca tersebut mengisi dinding kamar-kamar pasien, sehingga memungkinkan pasien menikmati pandangan luas di luar gedung. Ukuran jendela yang terbilang massif ini pun membuat kamar terlihat terang tanpa harus menyalakan lampu.

Tak sekadar memaksimalkan pencahayaan alami, bagi pasien sendiri, jendela yang lebar ibarat obat untuk mengusir kebosanan. Melihat burung-burung berterbangan melintasi jendela, lalu-lalang kendaraan di jalan, serta kesibukan matahari dan bulan yang bergantian menerangi cakrawala menjadi rekreasi sederhana yang sangat berarti bagi mereka yang harus seharian tergeletak di tempat tidur.

### Green Materials

Bukan National Hospital namanya kalau tidak memberi perhatian detail. Komitmen *green building* pun membingkai setiap jendela dan kaca yang ada di sini. Untuk memastikan cahaya yang masuk aman, National Hospital memilih membenamkan kaca Sunergy di rumah sakit dengan 205 tempat tidur.

Sunergy adalah kaca dengan *pyrolytic coating* yang mengkombinasikan *solar control* dan *thermal insulation*. Kombinasi dari dua lapis *coating* membuat Sunergy dapat mengurangi energi/panas dari sinar matahari hingga 35% serta memaksimalkan transmisi cahaya ke dalam ruang sehingga dapat mengurangi energi listrik untuk pendingin ruangan dan membuat ruangan lebih terang.

Kombinasi antara *solar control* dan *thermal insulation* dalam kaca ini mampu mengurangi transmisi energi/panas pada bangunan baik energi matahari langsung maupun re-radiasi energi dari lingkungan sekitar, sehingga bisa mengurangi *level* emisi CO<sub>2</sub> karena penghematan energi yang digunakan pada pendingin ruangan.





"Ini investasi yang cukup besar karena kalau dibandingkan dengan kaca biasa, harga Sunergy bisa sampai 5-6 kali lipat lebih mahal. Tapi bila melihat bahaya sinar matahari bagi kesehatan kita, investasi ini sebanding dengan keamanan yang diberikan," jelasnya.

Tak cukup sampai di sini, di bagian luar, setiap jendela di gedung ini dibingkai dengan tembok selebar 60 cm pada bagian kanan, kiri, dan atas, sehingga cahaya matahari akan dihalangi oleh tembok tersebut, menciptakan bayangan di luar jendela.

Terkesan sepele memang, tapi bila jendela itu tidak dikelilingi tembok, cahaya matahari akan langsung menembus ruangan dan membuat suhu di dalam ruangan lebih panas. Kalau sudah begini,



untuk mendinginkan AC harus dipasang pada suhu yang lebih dingin. Padahal pendingin ruangan saat dipasang pada suhu lebih dari 24°C akan butuh konsumsi energi yang besar.

Ukuran gedung yang tidak terlalu lebar, ternyata bukan perkara lahan bangunan yang terbatas, tetapi lebih memperhitungkan jarak maksimal agar cahaya matahari dapat menerangi hingga ke dalam gedung baik dari sisi kanan maupun kiri bangunan. Andai gedung National Hospital dibuat lebih lebar lagi, suasana di dalam ruangan rumah sakit mungkin tidak seterang ini bila tidak dibantu dengan pencahayaan di tengah ruangan. Sudah pasti, pencahayaan ekstra di dalam gedung sudah pasti pemborosan energi yang seharusnya bisa dihindari dengan desain cerdas seperti National Hospital.

### Green Technology

Tuntas dari segi desain dan bahan, konsep *green building* rumah sakit dengan luas bangunan total 32.000 m<sup>2</sup> tersebut disempurnakan dengan penggunaan teknologi pendukung yang tepat. Untuk pendingin ruangan, rumah sakit ini menggunakan sistem AC VRV (Variable Refrigerant Volume).

System VRV adalah suatu teknologi pengaturan kapasitas AC yang memiliki kemampuan untuk mencegah pendinginan yang berlebih pada suatu ruangan, sehingga dapat menghemat konsumsi listrik. Disamping itu, sistem AC VRV juga memiliki tingkat kebisingan rendah dan hemat tempat karena dapat menggunakan satu unit *outdoor* untuk men-*supply* beberapa unit *indoor*, serta dapat mengatur jadwal dan temperatur AC yang diinginkan secara terkomputerisasi.

Berbeda dengan pendahulunya (Single Split, Split Duct, dan lain-lain) yang menggunakan *freon* tipe R22, pada sistem VRV ini sudah menggunakan *freon* tipe R 410A (*non ozone*) yang sangat ramah lingkungan, sehingga bila terjadi kebocoran AC ini tidak akan merusak lapisan *ozone*. Di Jepang dan Amerika Serikat, R 410A sudah mulai digunakan untuk menggantikan R22. Di negara kita sendiri penggunaan AC VRV masih terbilang jarang karena AC jenis ini tergolong mahal.

"Pakai AC VRV atau tidak, kaca Sunergy atau bukan, sebenarnya pasien tidak akan tahu, selama kita bisa menjaga udara di dalam gedung tetap sejuk, lalu kenapa kita memilih untuk memperhatikan hingga sedetail itu dan berinvestasi lebih besar? Bagi kami ini adalah wujud komitmen, bahwa National Hospital bersungguh-sungguh untuk mewujudkan semua itu," pungkas Sinarto.

## PENGEMBANGAN RUMAH SAKIT

Intiland menunjuk arsitek dari Singapore yang memang berkompeten di bidangnya dan pernah membangun rumah sakit yang mendapatkan penghargaan secara Internasional, baik dari segi arsitektur, fasilitas, maupun kesehatan.

Gabungan ide dari Arsitek yang berpengalaman membangun rumah sakit, seperti Prof Tay Keng Soon dari Akitek Tenggara Singapore, Rudy Surjanto sebagai CEO National Hospital dan Sinarto Dharmawan sebagai Presiden Direktur PT Surabaya Jasa Medika serta dibantu dengan dokter-dokter dan juga staf ahli lainnya, akhirnya berdirilah National Hospital dengan megahnya.

Untuk melengkapi fasilitas rumah sakit, akan segera menyusul dalam waktu dekat Service Apartemen dan Supermarket yang akan sangat berguna bagi orang-orang yang datang dari luar kota, pastinya mereka memerlukan fasilitas-fasilitas yang bisa menunjang aktivitas mereka di rumah sakit untuk bisa selalu berada di dekat keluarga mereka yang sedang di rawat.

Kawasan lantai satu rencananya akan di jadikan Commercial Area, saat ini telah di buka Starbucks Coffee dan dalam waktu dekat Bangi Kopitiam juga akan membuka *outlet*-nya di sisi depan pintu masuk. Sedangkan di sisi utara di samping dari Starbucks Coffee akan dibuatkan jalan yang menyambung ke bagian belakang gedung yang nantinya digunakan sebagai *service apartment* bagi pengunjung rumah sakit.

Untuk sisi yang berada di samping jalan raya itu nantinya akan menjadi Commercial Area dengan "*pathway*" terbuka sepanjang sekitar 2KM sehingga orang-orang bisa berjalan santai menikmati kesejukan alam sekitar.

Tugas Management National Hospital untuk membuat rumah sakit yang baik dan juga tidak mahal seperti yang dibayangkan orang.





# Set A New Bar For Hospital Design

Wacana Baru Dalam Desain Rumah Sakit

Merancang bangunan rumah sakit memiliki permasalahan inheren yang harus diselesaikan, National Hospital muncul memberikan *standard* baru bagi desain rumah sakit yang berkualitas.

Sebuah bangunan untuk publik memang memiliki banyak permasalahan yang kompleks, begitu juga dengan bangunan rumah sakit yang memiliki beberapa *layer* kebutuhan ruang dan sirkulasi yang harus diperhatikan dan diwujudkan dengan baik. Di Indonesia, masih banyak rumah sakit yang belum mampu memberikan solusi desain yang komprehensif baik dari sudut pandang arsitektur, maupun kelayakan pelayanan kesehatan publik.

National Hospital hadir sebagai rumah sakit baru yang memiliki bangunan yang secara arsitektur dan interior yang berorientasi memberikan kenyamanan kepada publik yang datang. Oleh karena itu Majalah Indesign Indonesia kemudian tertarik untuk menghadirkan liputan tentang National Hospital dalam rubrik 'Fokus Indesign' yang memang menghadirkan beberapa karya arsitektur di Kota Surabaya. Dan ternyata bangunan rumah sakit ini semakin menarik perhatian redaksi melalui detail dan kualitas ruang-ruang di dalamnya yang sangat nyaman.

Berawal dari warna dan tampilan bangunan National Hospital yang secara arsitektur tidak mengacu pada desain-desain rumah sakit pada umumnya di Indonesia. Kombinasi *tone* warna biru, abu-abu, dan putih memberikan kesan 'adem' pada keseluruhan bangunan yang berujung pada kualitas ramah pada area penerimaan (*entrance*). Proporsi desain dari ruang-ruang yang ada sepertinya benar-benar diperhatikan agar pengunjung yang sehat maupun yang sakit mendapatkan kualitas ruang dengan visual yang lapang. Kualitas inilah yang membuat rumah sakit ini seperti meletakkan *standard* baru bagi desain rumah sakit di Indonesia.

Pengunjung yang sakit, memiliki keterbatasan gerak, atau membutuhkan pelayanan yang cepat, bisa menikmati ruang yang lapang dan sirkulasi yang lancar untuk bisa mendapatkan tindakan yang cepat dan optimal.

Ruang-ruang interior dengan desain yang berkualitas jelas memberikan kenyamanan pada pengunjung dan semua staf medis dan *non* medis yang beraktivitas di dalam bangunan. Pemilihan warna, material, dan tata cahaya juga sangat terencana untuk menghadirkan kualitas yang nyaman bagi semua pengguna dan juga membangun efek psikis yang baik. Harapannya tentu saja para pasien yang datang akan merasakan lebih nyaman dan tidak merasa seperti di rumah sakit yang menakutkan.

Secara psikologis hal ini menjadi penting, karena memperbaiki perasaan dan psikis dari pasien adalah bagian dari proses penyembuhan itu sendiri. Di sisi lain, kualitas higienis dan kebersihan juga menjadi

mudah dilakukan ketika desain juga begitu peduli dengan aspek-aspek tersebut.

Di National Hospital, desain ruang, furnitur, dan penanda justru tidak hadir apa adanya. Aspek estetika juga diwujudkan sebagai pendukung dari fungsional. Ini sebuah investasi jangka panjang yang mungkin tidak menjadi pertimbangan oleh rumah sakit lain sebelumnya. Pemilihan kursi periksa dengan warna atraktif yang mendapatkan penghargaan Red Dot Design Award merupakan bukti bahwa rumah sakit ini memilih yang terbaik dalam kualitas dan desain untuk memberikan pelayanan yang terbaik.

Indesign Indonesia menemukan banyak kualitas positif yang penting untuk disampaikan kepada pembaca. Menghadirkan desain National Hospital di dalam ulasan 'Fokus Indesign' merupakan apresiasi terhadap bangunan yang tidak hanya membentuk wajah Kota Surabaya, tetapi juga memperkaya khasanah desain arsitektur Indonesia.

# SPACIOUS MIND

BANGUNAN SEBUAH RUMAH SAKIT YANG MEMILIKI STANDAR INTERNASIONAL SUDAH SEHARUSNYA MEMILIKI EKSPRESI DESAIN YANG TERPERCAYA



**HALAMAN SEBELAH DAN ATAS** Tampilan bangunan yang sangat modern berupaya terlihat bersih dan profesional, tanpa harus menghadirkan ekspresi material yang *high profile*.

Tidak hanya kualitas estetika dan detail bangunan yang rapi, bersih, dan terlihat profesional, tetapi bangunan rumah sakit juga harus terlihat ramah menerima kedatangan para pasien dan pengunjungnya. Sebuah tipe bangunan yang mewadahi fungsi yang tidak rekreatif atau bahkan tidak untuk bersenang-senang.

Membayangkan datang ke rumah sakit ketika sedang menahan sakit yang sangat dan membutuhkan penanganan dokter segera, tentunya tidak diharapkan melihat desain atau detail bangunan yang simpel dan representatif. Hal inilah yang telah diupayakan oleh arsitek Prof. Tay Keng Soon dari Arkitek Tenggara.

Pengalamannya selama puluhan tahun merancang berbagai tipe bangunan, di antaranya rumah sakit di Singapura memberikannya pemahaman lebih mendalam tentang *priority* dalam desain bangunan rumah sakit. Desainnya juga harus memenuhi kebutuhan berbagai sudut pandang para medis, pasien, dan masyarakat umum. Rumah sakit saat ini juga membentuk pencitraan agar publik yang memanfaatkan fasilitasnya merasakan kenyamanan dan mendapatkan kesembuhan dan ketenangan dalam proses pengobatan dan menjalani tindakan medis.

Gedung National Hospital ini sengaja tidak menonjol secara penggunaan warna dan material. Arsitek sengaja memanfaatkan bentuk bangunan dan komposisi material untuk mewujudkan tekstur, kesan *solid*, dan bahkan berat-ringan yang membentuk dinamika desain. Pemilihan warna juga cenderung netral dengan *tone* warna biru dan abu-abu menjadi representasi dari warna *corporate* National Hospital.

Berada di Kota Surabaya yang memiliki iklim tropis dan kelembapan tinggi membuat bangunan ini terlihat kontekstual dan tetap terlihat menarik perhatian tanpa harus menonjol dalam cuaca kota yang panas dan lembab tersebut. Sebuah ekspresi desain yang mendukung visi rumah sakit untuk memberikan pelayanan kesehatan yang lengkap dan berkualitas pada masyarakat Surabaya.

Massa bangunan yang menjulang tinggi memiliki massa podium dan struktur kolom yang kokoh.

# HONDA

The Power of Dreams

## NEW HONDA FREED Sempurnakan Momen Keluarga Generasi Baru

Dewasa ini, kebutuhan akan mobil yang mampu menghadirkan inovasi dalam hal kenyamanan, gaya, keselamatan berkendara sekaligus *value of money* menjadi hal yang tak terelakkan bagi keluarga *modern* di Indonesia.

New Honda Freed menjawab kebutuhan akan keluarga generasi baru tersebut melalui New Honda Freed yang hadir dengan fitur yang lebih lengkap sehingga memberikan kepuasan berkendara yang maksimal.

Bahkan New Honda Freed type S telah dilengkapi dengan *Power Sliding Door* pada pintu penumpang sebelah kiri, *AC Double Blower* yang memberikan ke-

hingga ke baris ketiga, *Dual SRS Airbags*, *Side Turn Door Mirror*, *Security Alarm* dan *Map Light*.

Berbagai prestasi telah dicatatkan oleh New Honda Freed, baik dari segi penjualan maupun penghargaan di Indonesia. Tidak kurang dari 22 penghargaan bergengsi di Indonesia telah didapatkannya, seperti kategori MPV terbaik, pilihan konsumen hingga *Car of The Year*. Prestasi ini tidak lain merupakan bukti konsistensi Honda yang selalu mengutamakan kenyamanan berkendara namun tetap ramah lingkungan.

Kenyamanan ber-kendara ini tidak terlepas dari peran mesin *i-VTEC 1.5 liter* yang menghasilkan efisiensi bahan bakar dan tenaga



IT'S TIME TO  
**FREED**

yang besar. Transmisi otomatis 5 percepatan (5 AT) memberikan pengalaman berkemudi yang lebih nyaman bersama keluarga, baik di perkotaan yang padat hingga perjalanan ke luar kota sekalipun.

Transmisi dari New Honda Freed telah disesuaikan dengan kondisi kota di Indonesia, didukung dengan sistem transmisi D3 yang dapat mengatur percepatan sesuai dengan kondisi jalan.

Tidak perlu cemas dengan kapasitas New Honda Freed, karena mobil keluarga ini dapat menampung hingga 7 penumpang yang dapat duduk dengan lebih leluasa bergerak dari satu baris ke baris lainnya di dalam kabin berkat *Walk-Through Cabin*. Momen perjalanan keluarga menjadi semakin nyaman berkat kabin yang mudah diatur sesuai dengan

kebutuhan ditambah dengan kapasitas bagasi yang dapat menampung hingga 672 liter.

New Honda Freed sebagai mobil keluarga generasi baru tidak hanya cepat dan nyaman, namun juga dilengkapi dengan fitur keselamatan tingkat tinggi yang telah menjadi trademark dari produk Honda. Struktur bodi G-CON + ACE™, *Dual SRS Front Airbags* dan teknologi *ABS (Anti-lock Braking System) + EBD (Electronic Brake-force Distribution)* memberikan proteksi maksimum bagi pengemudi dan penumpang.

Semua fitur dalam New Honda Freed menjadikan perjalanan bersama keluarga menjadi pengalaman menyenangkan dan tidak terlupakan. Jadi, tidak perlu ragu lagi untuk melakukan perubahan menjadi "*New Generation Family*" bersama New Honda Freed.







Konsep  
"Mixed  
Use"  
untuk Surabaya



Perkembangan properti di Surabaya semakin menunjukkan eksistensinya. Keterbatasan lahan dan jumlah penduduk yang semakin bertambah seolah menjadi tantangan tersendiri bagi para *developer* untuk mempercantik kota. Hal ini mendorong berkembangnya suatu tipologi arsitektur kota yang bersifat multi fungsi atau lebih akrab disebut *mixed use*.

Fenomena paling menarik dari bisnis properti di Indonesia adalah pembangunan *mixed use* yang mampu membentuk komunitas di tengah masyarakat. Surabaya sebagai kota terbesar kedua di Indonesia setelah Jakarta jelas membutuhkan bangunan yang berada dalam satu kawasan terpadu ini. Sudah waktunya hadir bangunan *mixed use* yang mampu mengakomodir kebutuhan masyarakat akan hunian, bisnis, maupun hiburan.

### Mega Proyek Graha Festival

Kebutuhan ini diwujudkan melalui pengembangan Graha Festival di wilayah Surabaya Barat. Graha Festival merupakan mega proyek *mixed use* yang



dikembangkan oleh PT Intiland Development Tbk. Berada dalam satu kawasan sepanjang dua kilometer, Graha Festival menawarkan beberapa zona yang meliputi area perkantoran, ritel, apartemen, hotel, dan fasilitas rumah sakit.

Sejak tahun 2009, Graha Festival memulai pembangunannya melalui Loop, pusat *hangout* untuk kalangan muda yang berkonsep *outdoor*. Memasuki tahun berikut, Graha Festival melanjutkan pengembangannya dengan menghadirkan Spazio. Gabungan konsep bisnis, perkantoran serta *entertainment*-nya, membuat Spazio menjadi *business community centre* bagi para profesional dan *entrepreneur* Surabaya.

### Synergy Buildings

Sebuah kawasan yang terintegrasi dan mandiri tidak akan lengkap tanpa adanya fasilitas kesehatan bagi publik. Karena itu pada tahun yang sama



## INTERMEZZO

National Hospital dibangun sebagai bangunan "hospital, hospital hotel" untuk menyempurnakan pengembangan Graha Festival.

Tidak berhenti sampai di situ saat ini pengembangan terus berjalan, menjadikan Graha Festival menjadi pusat bangunan *mixed use* dimana satu gedung dan gedung lainnya saling terhubung dan terintegrasi. Semua bangunan yang berada dalam kawasan Graha Festival saling bersinergi, mengoptimalkan fungsi masing-masing maupun kesatuannya. Inilah makna dasar dari bangunan *mixed use*, semua menjadi efisien.

Kawasan lain akan sulit mempunyai *mixed use* selengkap Graha Festival. Hal ini dikarenakan minimnya lahan di Surabaya dan tidak ada lagi lahan seluas Graha Festival yang masih tersedia di Surabaya. Berlokasi strategis tepat di tengah jalan lingkar dalam barat Surabaya, Graha Festival tengah mempersiapkan pengembangan konstruksi infrastruktur serta aksesibilitas di Barat Surabaya.

Kedepan, bangunan *mixed use* akan menjadi model yang lebih disukai karena dapat menampung semua keinginan dan kebutuhan masyarakat.



Hadirnya gedung-gedung baru dengan tampilan desain modern di Graha Festival diharapkan dapat menambah ikon baru maupun perbendaharaan *skyline* arsitektur kota pahlawan ini.



## PT. ESA MEDIKA MANDIRI



Office: Jln. Ngagel Jaya Selatan - Komp Ruko RMI C No. 20 - Surabaya 60284 - INDONESIA  
Telp: (62-31) 505 3788, Fax: (62-31) 505 3791, Email: ptesa\_surabaya@esamedika.com



# Membangun Budaya Layanan di National Hospital

Oleh: dr. Agus Harjono, M.Kes ; dr Iwan Santoso, MMR ; Ruby Beluso Tumlos RN, MAN, PhD

National Hospital merupakan salah satu rumah sakit baru yang memiliki lokasi sangat strategis di wilayah barat Surabaya dengan desain bangunan serta peralatan dan infrastruktur yang dapat dibanggakan bagi masyarakat Jawa Timur khususnya warga Surabaya.

Visi menjadi rumah sakit andalan dengan komitmen untuk memberikan layanan unggulan sepenuh hati, diwujudkan National Hospital dengan menetapkan sebuah standar baru di bidang layanan kesehatan yang paripurna. Telah ditanamkan dalam setiap benak dokter, perawat, maupun petugas yang lain bahwa profesi yang mereka jalani di National Hospital merupakan panggilan untuk melayani. Membawa kenyamanan dan meringankan penderitaan pasien. Tidak hanya memperpanjang kehidupan, tetapi juga meningkatkan *quality of life* pasien.

Itulah mengapa dalam misinya, National Hospital berkomitmen untuk memberikan pengalaman dalam perawatan kesehatan melalui: layanan yang tulus, peralatan medis yang canggih, dan infrastruktur yang mutakhir. National Hospital juga memberikan perawatan pasien *superlative* dengan peralatan medis canggih dan keunggulan profesional, dengan *core value: professionalism, integrity, care, dan customer focus*.

Layanan sendiri merupakan upaya memberikan manfaat terbaik untuk memenuhi kebutuhan pelanggan dan sedapat mungkin dapat melampaui harapan pelanggan agar dapat memberi kesan yang mendalam sehingga mereka akan menjadi pelanggan loyal bagi National Hospital.

**Professionalism** ialah memberikan layanan sesuai standar sehingga dapat menghasilkan layanan yang berkualitas, aman, akurat, tepat, dan dapat dipertanggungjawabkan.

**Integrity** berarti dalam memberikan layanan tersebut dapat dilakukan secara konsisten dan diiringi rasa syukur serta dengan sepenuh hati.

**Care** yaitu memiliki rasa *empathy*, rendah hati, dan transparan dalam melayani pelanggan / *customer*.

**Customer focus** yaitu secara positif dapat berusaha memberikan layanan yang berfokus pada pelanggan / *customer* dengan hati yang tulus.

Untuk dapat memenuhi hal tersebut, maka manajemen rumah sakit membangun budaya layanan bagi seluruh jajaran petugas rumah sakit, tanpa terkecuali dari lini yang terdepan maupun unit-unit penunjang bahkan sampai pada staf dan *top management*, demikian juga seluruh dokter yang terlibat dalam memberikan layanan di National Hospital Surabaya.

Di bidang keperawatan semisal, tekad untuk senantiasa meningkatkan mutu pelayanan keperawatannya melalui pengembangan staf keperawatan (*staff development program*) dan pemantauan mutu pelayanan keperawatan (Quality Assurance in Nursing) pun ditanamkan.



Itulah mengapa, perawat di National Hospital dituntut untuk bisa berperan sebagai:

### 1. Care Provider

Memberikan Pelayanan Keperawatan secara holistik dan *“caring”* kepada semua pasien tanpa membedakan suku, ras, agama, dan sosial.

### 2. Patient Advocate

Melindungi hak pasien untuk mendapatkan informasi tentang kesehatannya, dan mendapatkan pelayanan sesuai dengan standar pelayanan medik yang ditetapkan.

Memastikan pasien mendapatkan pelayanan kesehatan yang terbaik melalui *case meeting* antar penyedia layanan kesehatan. Membantu menentukan pilihan pelayanan kesehatan sesuai kondisi pasien.

### 3. Communicator/Fasilitator/Mediator

Perawat di National Hospital dituntut untuk dapat melakukan perannya sebagai fasilitator demi pelayanan kesehatan yang aman dan efisien dengan cara meningkatkan *“interpersonal skill”*.



#### 4. Counselor

Membantu pasien adaptasi dengan keadaan kesehatannya saat ini (*coping with stress*). Memberi penyuluhan dan pendidikan sehubungan dengan kesehatannya. Mencarikan alternatif / solusi pelayanan kesehatan sesuai dengan kebutuhan pasien / keluarga.

#### 5. Change Agent

Perawat National Hospital dituntut mengembangkan "Critical Thinking" dan berani mengemukakan pendapat (mengaplikasikan ilmu dan kiatnya) dan memberikan usulan kepada dokter sehingga menghasilkan mutu pelayanan kesehatan yang prima.

Dalam membangun budaya layanan di National Hospital salah satu kunci penting adalah komunikasi yang dapat diartikan merupakan proses interaksi dua arah secara efisien, efektif, dan informatif dengan sopan dan ramah antara seluruh petugas National Hospital dengan pelanggan.

Tentunya kesuksesan dari seluruh upaya tersebut sangat ditentukan oleh komitmen masing-masing bagian untuk mencapai tujuan yang dicita-citakan. Tak hanya itu kerjasama antar bagian, sebagai sebuah *teamwork* yang *solid* juga menjadi dasar dari terwujudnya *quality service*.



# Homemade Facial Masks

Wajah adalah bagian yang punya kulit paling lembut. Ironisnya bagian ini pula lah yang paling sering terkena paparan sinar matahari dan polusi. Itulah mengapa rutin ritual merawat wajah penting dilakukan.

**S**alah satu caranya adalah dengan memakai masker wajah (*facial mask*) secara teratur. Cukup dengan meluangkan waktu tak lebih dari 15 menit setiap minggu, masker akan membantu merelaksasi otot wajah, sekaligus menutrisi kulit agar tampak lebih lembut dan sehat bercahaya.

Untuk mendapatkan perlindungan maksimal dari masker, berikut ada beberapa resep masker alami yang bisa Anda olah sendiri dari bahan-bahan yang ada di dapur. Pilih saja salah satu *home made facial mask* yang sesuai dengan jenis kulit Anda, dan buktikan sendiri bagaimana resep alami ini akan mengembalikan kilau sehat kulit wajah Anda.

## **KULIT KERING:**

Kulit kering, biasanya akan terasa ketat utamanya setelah dibersihkan dengan sabun. Jenis kulit ini punya kecenderungan lebih mudah berkerut, mengelupas, dan kemerahan. Resep masker berikut akan membantu untuk melembutkan kulit yang kering dan kasar.

### Bahan:

- 2 sendok teh *mayonnaise*
- 2 sendok teh *baby oil*

### Cara membuat:

Aduk kedua bahan, dan masker pun siap diaplikasikan ke seluruh wajah. Biarkan selama 20 menit, lalu bersihkan dengan air hangat.

### KULIT BERMINYAK:

Jenis kulit ini ditandai dengan kulit yang tampak berkilau utamanya di T-zone (dahi, hidung, hingga dagu). Produksi minyak di satu sisi memang membuat kulit terlihat lebih sehat, namun di sisi lain produksi minyak yang berlebih akan membuat kulit mudah berjerawat. Masker berikut akan membantu mengurangi kadar minyak berlebih di wajah Anda.

### Bahan:

- 1 buah pisang (lebih baik yang belum matang)
- 2 sendok makan madu
- 1 buah lemon

### Cara membuat:

Masukkan pisang dan madu dalam *blender*, hancurkan hingga rata. Tambahkan beberapa tetes perasan jeruk lemon, dan masker pun siap digunakan. Aplikasikan masker, biarkan selama 15 menit, kemudian bersihkan dengan *washlap* basah.

**Bila kulit Anda berminyak dan berjerawat, cobalah resep masker berikut ini:**

### Bahan:

- $\frac{1}{4}$  cup buah stroberi segar
- $\frac{1}{4}$  cup *plain yoghurt*

### Cara membuat:

Bila *yoghurt* dan stroberi masih dingin, biarkan terlebih dahulu hingga mencapai suhu ruangan. Selanjutnya masukkan kedua bahan tersebut dalam *blender*, hancurkan hingga rata. Sapukan merata ke seluruh wajah, dan biarkan selama 10-15 menit sebelum kemudian dibersihkan.



### KULIT KOMBINASI:

Hampir sebagian besar perempuan memiliki jenis kulit kombinasi. Tipe ini ditandai dengan kulit yang sedikit berminyak di T-zone dan kulit yang cenderung kering di bagian pipi. Untuk menyeimbangkan, resep *rose mask* berikut ini bisa Anda coba.

### Bahan:

- 6 lembar mahkota bunga mawar
- 2 sendok makan *rosewater*
- 1 sendok makan *plain yoghurt*
- 1 sendok makan madu, hangatkan dalam *microwave* selama beberapa detik.

### Cara membuat:

Hancurkan mahkota bunga mawar dengan *rosewater*, *yoghurt*, dan madu yang telah dihangatkan. Aduk hingga rata, dan masker pun siap digunakan. Aplikasikan masker selama 10 menit, lalu bilas hingga bersih.

### KULIT SENSITIF

Masker ini membantu mengatasi masalah kulit sensitif, seperti kemerahan, kulit terbakar atau iritasi.

### Bahan:

- 1 cup *plain yoghurt*
- $\frac{1}{2}$  cup *oatmeal*

### Cara membuat:

Campur kedua bahan hingga rata. Gunakan masker secara merata ke seluruh wajah, biarkan hingga 15 menit, kemudian bersihkan dengan *washlap* hangat dengan lembut. (dbs)

# SHOCKING COLLECTIONS OF SPADE

Bakat sebagai desainer memang mengalir deras dalam tubuh Katherine Noel Broshnahan. Perempuan berbakat yang akrab disapa Kate Spade yang menjadi dalang di balik kesuksesan *brand* dengan nama yang sama, Kate Spade.

Perempuan enerjik kelahiran Kansas City ini sempat bekerja di Departemen Aksesoris Mademoiselle di Manhattan. Di sanalah ia bertemu dengan suaminya Andy Spade yang tak lain merupakan kakak dari aktor David Spade.

Menjabat sebagai editor senior di Departemen Aksesoris Mademoiselle, jiwa kreatif Kate Spade rupanya mulai berontak. Mengamati perkembangan fesyen di pasaran, Spade merasa bahwa tak ada gaya yang pas untuk sebuah tas.

Ia pun mulai mengutak atik berbagai bahan dan membuat tas seuai imajinasinya. Puas dengan karyanya, perempuan lulusan Arizona State University ini kemudian mencoba memasarkan karyanya.

Ternyata banyak perempuan jatuh hati dengan *handbag* karyanya. Sukses dengan *handbag*, tahun 1993 Kate Spade menggandeng Joe Franklin dan kemudian mulai bereksplorasi dengan karya lainnya berupa alat tulis, sepatu, parfum, piyama, serta kacamata. Sebuah toko pertama pun akhirnya dibangun desainer peraih America's New Fashion Talent in Accessories tahun 1996 ini di New York City SoHo.

Siluet sederhana dengan detail yang cerdas serta paduan warna yang tajam menjadi ciri khas tersendiri bagi *brand* yang memiliki lebih dari 80 *retail shops* dan *outlet stores* di Amerika, serta tak kurang 100 *shops* di seluruh dunia.

Tak lepas dari ciri khas desainnya yang cerah, koleksi musim semi dan panas terbaru Spade tampak berwarna dengan munculnya campuran warna *pink* neon dan kuning, *pastel mint* dan grafis monokrom dalam desain bergaya retro 50-an serta 60-an.

Paduan kontras ini merupakan gebrakan yang berani, karena jika di tangan desainer yang kurang berpengalaman akan terkesan norak. Namun kesan itu tak sedikitpun nampak



  
**kate spade**  
 NEW YORK  
 NEW YORK



dalam koleksi terbaru Kate Spade, ditangannya warna-warna terang yang saling bertabrakan tersebut jadi terlihat elegan.

Kemegahan Kota New York, terutama daerah Manhattan menjadi sumber inspirasi utama *brand* ini, termasuk juga dalam koleksi terbarunya. Dari kemegahan pencakar langit, kesibukan jalanan, rambu-rambu lalu lintas hingga *city light* dituangkan menjadi beragam *outfit* yang menarik.

Selain perpaduan warna serta motif ceria, Kate Spade juga menyelipkan kesan *glamour* yang diambil dari Studio 54, yaitu *club* yang paling terkenal di New York pada tahun 70-an. *Tone shocking pink*,



hitam, *beige*, kuning, dan *disco purple* tampak sangat menarik saat disandingkan bersama bahan *sequin*, satin, *tweed*, dan *fur*.

Agar karyanya lebih *catchy*, Kate Spade juga berkolaborasi dengan Craig Redman. Seniman yang juga mencintai kota New York ini menciptakan versi *girly* dan *quirky* dari karakter andalannya, Darcel Disappoints. Ilustrasinya ini menghiasi beberapa item, seperti kalung, *sweatshirt*, dan *T-shirts*.

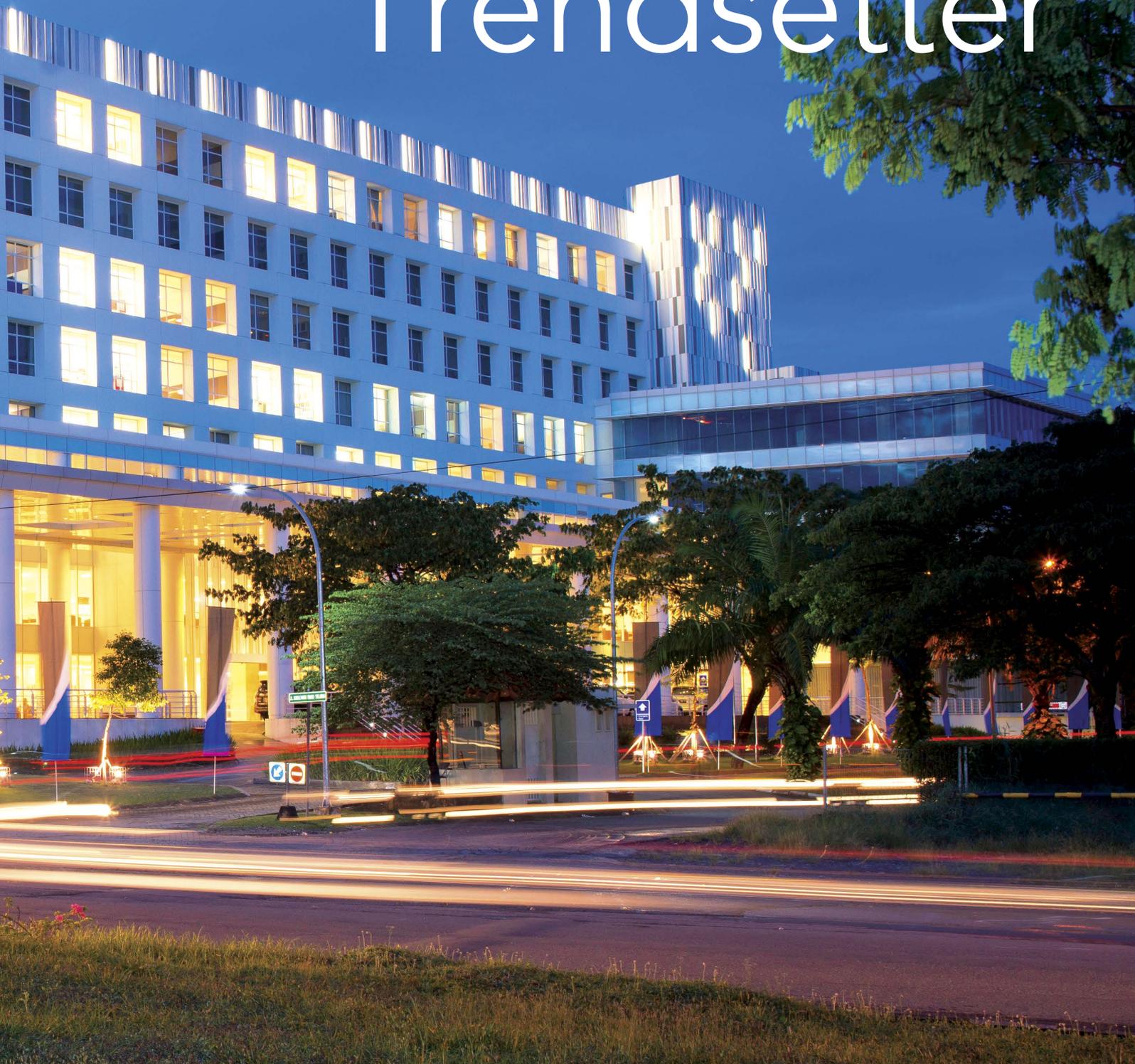
Untuk aksesoris, Kate Spade banyak berkspereimen dengan berbagai model *clutch* dan *oversized bag* yang dihasi detail *prints* serta *color clash*. Model *kitten heels* dan *ankle straps* pada alas kaki melengkapi koleksi ini.

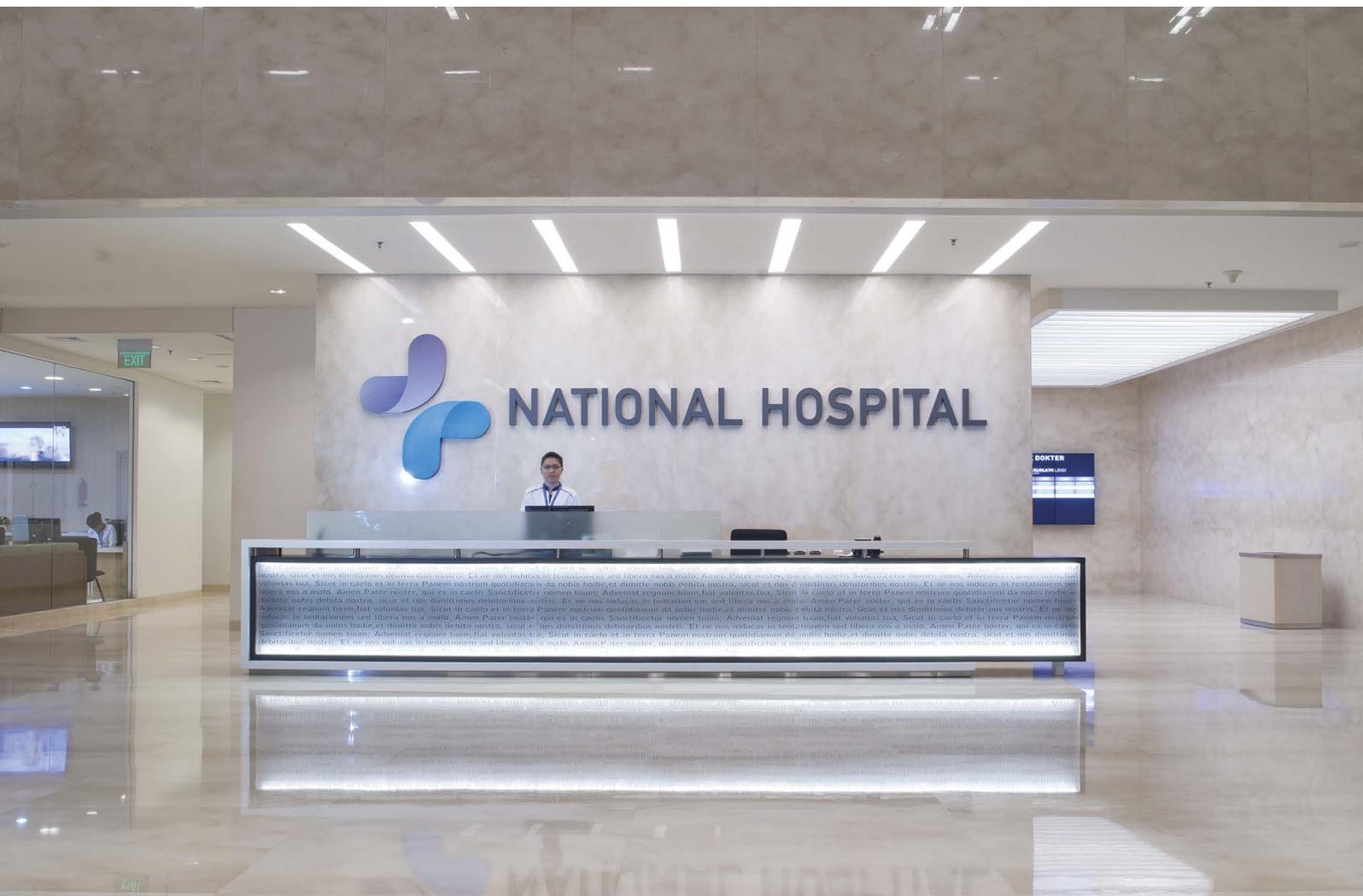
Buat Anda yang ingin tampil *girly and lady-like* dalam balutan warna-warna ceria, koleksi terbaru Kate Spade ini bisa jadi pilihan. (dbs)



SPIT

# National Hospital Excellence Trendsetter





Bila dalam pandangan heliosentris, matahari adalah *center of the universe* dan memiliki peranan vital bagi kelangsungan hidup planet-planet yang mengitarinya, pun demikian cita-cita National Hospital yang ingin menjadi *center of health care* di Indonesia serta punya peranan penting dalam menerapkan standar baru tentang pelayanan kesehatan paripurna.

Saat kali pertama mendengar “National Hospital,” nama ini terdengar akrab di telinga dan bersahaja. Kenyataan yang ditangkap indra pendengaran ini pun sejalan dengan kenyataan yang ada, kala kaki melangkah masuk ke dalam rumah sakit megah bergaya modern minimalis ini.

*Ambience* hangat melingkupi ruang lobi yang dibangun layaknya lobi sebuah hotel, sebuah kafe di sisi kiri dan ruang tunggu yang nyaman, mampu melepaskan ketegangan suasana rumah sakit pada umumnya kaku dan acap membuat pasien merasa dirinya sebagai pesakit yang hendak menghadap dokter untuk diadili.

Sapaan ramah petugas dari lobi hingga gaya berkomunikasi dokter-dokter National Hospital yang hangat, terbuka, serta solutif, membuat pasien seakan sedang membicarakan solusi kesehatannya dengan seorang teman baik. Peralatan penunjang medis maupun *non* medis terbaik di kelasnya, dibenamkan dalam setiap ruangan rumah sakit yang mengusung konsep *green building* ini.

Ini adalah secuil kondisi yang menjadi bukti kesungguhan National Hospital untuk tak sekadar memberi solusi bagi kesembuhan pasien, namun juga meningkatkan *quality of life* seorang pasien.

## What is a Name?

Dengan segala yang dimiliki, rasanya rumah sakit yang mendapat kehormatan sebagai rujukan kesehatan staf Kedutaan Besar Amerika ini layak disejajarkan dengan rumah sakit berskala internasional di luar negeri. Lantas mengapa National Hospital tidak memilih nama "internasional." Sementara banyak rumah sakit lain yang memiliki fasilitas di bawah National Hospital berlomba-lomba menyelipkan kata "internasional" pada namanya.

"Ada makna dalam dibalik nama National Hospital yang diusulkan oleh *founding father* kami, almarhum Ang Kang Hoo yang intinya secara implisit nama ini menuntut kita menjadi yang terbaik," tutur Rudy Surjanto, CEO National Hospital.

Bila kita menengok ke luar, hampir setiap negara memiliki rumah sakit dengan embel-embel nama "National Hospital" pada salah satu rumah sakit terbaik di negara itu. Karenanya, dengan menyandang nama "national", National Hospital pun ingin menjadi yang terbaik di Indonesia.

Lebih lanjut Rudy menceritakan bahwa, untuk menjadi yang terbaik kita harus menjadi jawara di negeri sendiri. "*Be local champion*, tidak perlu berlomba-lomba jadi internasional. Kita mulai saja dulu dari Indonesia. Biarlah masyarakat nanti yang menilai, karena pengakuan jauh lebih penting ketimbang sekadar memberi *label* nama *international*".

Visi menjadi rumah sakit yang dapat diandalkan dengan komitmen pada keunggulan dan perawatan penuh kasih, coba diwujudkan oleh rumah sakit yang berdiri megah di atas area seluas 8.530 meter persegi tersebut melalui tiga pilar utama sebagai misinya, yakni: layanan yang tulus, peralatan medis canggih, serta infrastruktur mutakhir.

## Heartfelt Service

Telah terpatrit dalam benak seluruh keluarga besar National Hospital bahwa prinsip dasar dari rumah sakit ini adalah melayani dan setiap manusia berhak mendapat pelayanan yang sama. "Kita mungkin tidak jago di semua bidang tetapi bukan berarti tidak melakukan yang terbaik di semua bidang, layanilah pasien seperti kita ingin dilayani," jelas CEO National Hospital tersebut.

Konsep *equal treatment* itu bisa dilihat dari *in room facilities* yang ada di National Hospital. Meski beda kelas berarti berbeda luasan ruang dan fasilitas tambahan yang ada, namun National Hospital tidak mengurangi kenyamanan dasar yang harus didapatkan oleh pasien.

Itulah mengapa, semua tempat tidur di rumah sakit ini, mulai dari kelas 3 hingga VIP sekalipun semuanya adalah *electric bed*, sehingga pasien atau petugas kesehatan yang berjaga bisa dengan mudah mengatur posisi tempat tidur. Inilah bentuk ketulusan layanan National Hospital yang tidak membedakan siapa pun pasien yang ditanganinya.



## Sophisticated Medical Equipment

Selanjutnya dari sisi teknologi, rumah sakit dengan 205 tempat tidur ini juga tidak main-main. Setiap fasilitas yang ada adalah yang terbaik di kelasnya. MRI 3Tesla teknologi terbaru yang merupakan satu-satunya di Surabaya, CT Scan 128 Slices dengan teknologi *low dose*, hingga Maternity Bed dengan fitur canggih yang akan membantu meningkatkan kenyamanan para ibu yang memilih melahirkan secara normal.

Tak cukup sampai di sini, National Hospital menyediakan beragam jenis ruang perawatan intensif mulai dari: Unit Perawatan Intensif atau Intensive Care Unit (ICU) untuk dewasa dan Pediatric Intensive Care Unit (PICU) untuk perawatan khusus anak-anak, serta Neonatal Intensive Care Unit (NICU) untuk perawatan intensif bayi baru lahir, hingga High Care Unit (HCU). Rumah sakit ini dilengkapi empat kamar bedah dengan standar tertinggi yang dilengkapi Central Sterile Supply Department (CSSD) serta ditambah lagi dua kamar bedah untuk One Day Care dan Endoskopi.

## State of The Art Infrastructure

Selain fasilitas, infrastruktur National Hospital juga tergolong memukau. Ini bisa dilihat dari

konsep *green building* yang diadopsi. Rumah sakit dengan 30 klinik spesialis tersebut penggunaan sistem pendingin ruangan yang hemat energi, pemakaian Sunergy Glass yang mampu mereduksi panas dan UV hingga 35 persen, serta fasilitas pengolahan limbah padat maupun cair terkini.

National Hospital juga menjadi rumah sakit pertama di Indonesia yang mengimplementasikan Vacuum Cleaner Central. Alat ini bertujuan menjaga tingkat kebersihan yang maksimal dari debu, virus, maupun bakteri yang berada di udara dalam lingkungan rumah sakit. Sementara itu, konsep desain interiornya mengacu pada rancangan khusus yang bertujuan mempermudah penggunaan dan mengutamakan keselamatan pasien.

Banyak hal baru yang diterapkan National Hospital, sehingga rumah sakit ini layak disebut sebagai *trendsetter*. Sebuah standar layanan kesehatan baru pun ditetapkan oleh National Hospital, dengan harapan akan timbul sebuah keinginan di masyarakat akan layanan kesehatan yang memperhatikan setiap detail aspek yang ada. Pada muaranya para penyedia layanan kesehatan di Indonesia harus meningkatkan *level* pelayanannya.





GET IN TOUCH



dr. Gede Utomo, Sp.A

# Rasa Cinta Pada Anak-anak

Memandang bayi-bayi yang lucu dan menggemaskan menjadi pelipur lelah bagi dr. Gede Utomo, Sp.A di tengah-tengah aktivitasnya yang padat.

**K**arier ayah tiga Anak ini, di bidang kedokteran diawali dengan PTT selama 3 tahun di perbatasan Papua dan Irian setelah berhasil lulus dengan memuaskan dari Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga.

Satu kondisi yang benar-benar menempa dan membentuk kekuatannya adalah ketika kelaparan melanda tanah Papua, dan ia harus mampu membantu siapapun yang memerlukan bantuan seperti melahirkan, operasi karena luka akibat bencana ataupun perang antar suku, dan juga merawat anak-anak yang terkena dampaknya. Selama masa PTT, pengalaman menolong banyak kelahiran baik itu kelahiran normal atau *caesar*, menjadi seorang *anesthetic* dalam team operasi *emergency*, dan juga merawat anak-anak yang sakit, menjadikan dr. Gede Utomo, Sp.A memiliki kemampuan unggul di ketiga bidang tersebut.

Sekembalinya ke Surabaya akhirnya dokter yang murah senyum ini memilih untuk mengambil Spesialisasi Anak. Bagi dr. Gede, Sp.A memandang bayi-bayi yang lucu dan menggemaskan sangat menyenangkan bahkan dapat menghilangkan rasa lelah ditengah padatnya aktivitas yang terkadang harus membuatnya terjaga hingga dua kali dua puluh empat jam.

Begitu mengantungi predikat Spesialis Anak, dokter berdarah campuran Bali dan Jember itu langsung mengikuti pendidikan khusus di bidang Neonatus atau penanganan anak-anak usia baru lahir sampai dengan 28 hari yang diselenggarakan RS Harapan Kita, Jakarta. Di sinilah ia mendalami semua hal yang berkaitan dengan NICU (Neonatal Intensive Care Unit). Ada perasaan bangga terselip karena ia berhasil meraih kesempatan langka itu, karena untuk mengikuti pendidikan tersebut tidak mudah, dalam satu periode mereka hanya menerima satu orang peserta saja. Ujian pendidikan ini bahkan telah terakreditasi oleh AAP (American Academy of Pediatric).

## Terbuka pada Pasien

Kepribadiannya yang terbuka tercermin pula dari caranya berkomunikasi dengan pasien yang juga mengutamakan keterbukaan. Baginya, cara ini akan membantu mempercepat proses penanganan pasien. Apapun kondisi pasien, dr. Gede, Sp.A akan menginformasikan kondisi tersebut dengan jujur tanpa menutup-nutupi.



Saat pasien berada pada kondisi gawat atau hasil laboratorium menunjukkan perlunya penanganan dari dokter spesialis di bidang lain, maka ia tak segan memberi rujukan ke dokter lain sesuai kebutuhan pasien. Baginya, semakin cepat pasien mendapatkan penanganan yang akurat akan semakin baik, sekalipun mungkin penanganan bukan datang dari dirinya.

### Bertindak Cepat dan Cekat

Berbicara soal penanganan bayi baru lahir, penggemar mobil balap ini menjelaskan tentang pentingnya fasilitas NICU seperti yang terdapat di National Hospital. Memang tak ada orang tua yang ingin buah hatinya lahir dan harus masuk NICU, namun keberadaan NICU menjadi pertolongan vital saat *si* kecil membutuhkan penanganan lebih lanjut. Bagi dokter yang terkenal detail dalam menangani pasiennya ini, kesigapan dan kesiapan dalam menghadapi berbagai kemungkinan bahkan yang terburuk sekalipun akan sangat membantu menyelamatkan banyak kehidupan.

“Semisal saat bayi lahir dan tidak menangis kencang, kita harus sigap memberi pertolongan dengan alat khusus yang akan membantu memompa paru-parunya sehingga ia bisa menangis. Pertolongan cepat sepuluh detik pertama ini akan membantu puluhan tahun yang akan dilewatkan *si* bayi ini nantinya,” urainya. Bila penanganan itu tidak dilakukan kecerdasan anak saat besar nanti akan terganggu.

Pada beberapa kasus, penanganan ini butuh peralatan lebih di NICU. “Itu maknanya, saya tidak mau kalau harus mendampingi proses kelahiran bayi di rumah sakit yang tidak memiliki fasilitas ini,” tambahnya.

### Terbaik untuk Ibu dan Bayi

Pada pasien-pasiennya, dokter yang tergabung dalam Perhimpunan Perinatologi Indonesia (Perinasia) ini juga selalu mengingatkan tentang pentingnya memberikan ASI Eksklusif sebagai asupan utama bayi. “Karena pada kenyataannya tidak ada satu susu formula-pun yang kadar nutrisinya setara dengan ASI, jadi kalau ingin yang terbaik untuk bayinya ya pilih ASI,” ungkap dokter yang selalu mengikuti perkembangan *gadget* terbaru ini.

Secara alami, saat seorang wanita mengalami kehamilan, maka seluruh bagian tubuh yang berkaitan dengan perkembangan bayi akan terbentuk dengan sempurna. Demikian juga air susu Ibu. Rangsangan dari hisapan bayi akan lebih memperlancar produksi ASI.

Karena seorang bayi juga memiliki intelegensia yang sempurna, saat di manja dengan susu formula dalam botol, kenyamanan tetesan susu pada botol akan membuat bayi malas untuk menghisap ASI. Hal ini akan mengakibatkan bayi “bingung puting” dan lebih menyukai hal yang mudah didapat.

“Itulah mengapa peran ibu dalam membantu tumbuh kembang bayi sangat penting, dan ASI Eksklusif adalah pilihan terbaik untuk perkembangan bayi. Tidak hanya menyangkut pertumbuhan dan perkembangan tubuh anak, namun yang lebih penting adalah emosional anak agar lebih mudah dalam bersosialisasi,” pungkasnya.

# Total Solution for Interior and Furniture



**G·G·S**  
interiors&manufacturing

VI|VE|RE  
group

PT. Gema Graha Sarana, Tbk. menawarkan layanan kontraktor interior dan manufaktur furnitur untuk perusahaan, instansi pemerintah, dan tempat-tempat komersial seperti perbankan dan lembaga keuangan, industri minyak dan gas dsb.

**P·G·M**  
mechanical electrical

VI|VE|RE  
group

PT. Prasetya Gema Mulia menawarkan layanan dan solusi dalam mekanikal elektrikal mulai dari jasa instalasi sampai dengan pemeliharaan, dengan membidik berbagai segmen pelanggan di sektor perkantoran, retail, pendidikan serta hospitality.

**L·K·S**  
furniture component

VI|VE|RE  
group

PT. Laminattech Kreasi Sarana menjadi agen tunggal resmi di Indonesia untuk produk laminasi dari Amerika, yaitu HPL (High-Pressure Laminate) dengan merek Wilsonart dan Arbo rite, Edging dengan merek Dollken dari Jerman dan Power Outlet dengan Merek Eubiq serta merupakan manufaktur PLC (Panel Laminated Component).

VI|VE|RE

*an atmosphere for life*

PT. Vivere Multi Kreasi dilengkapi dengan office product yang inovatif seperti workstation, kursi kantor (Steelcase - USA), meja eksekutif, trading desks (DAS - UK), lemari, karpet (Tandus - USA), dan "movable partitions" (JEB Asia). Sementara untuk koleksi rumah kami menawarkan kontemporer furnitur seperti wardrobe, dapur & vanity (Gamadecor Porselanosa Grupo - Spanyol), benda seni dan aksesoris.

Tel: (6221) 5365 1588 Fax: (6221) 53651559 / 69

[www.vivere.co.id](http://www.vivere.co.id)



# Running, Reinvented

Sensoria Fitness, membaca namanya sudah bisa ditebak, alat yang satu ini tentu ada kaitannya dengan kebugaran. Tak salah memang, Sensoria diciptakan sebagai *partner* olah tubuh Anda yang hobi *jogging*.

Alat ini terdiri dari sepasang kaus kaki berbahan khusus dan sebuah gelang kaki yang nantinya akan terhubung dengan tablet, *smartphone*, ataupun laptop melalui *bluetooth*.

Saat ini memang banyak aplikasi penunjang olah tubuh yang bisa ditemukan, baik dijual terpisah ataupun di-*download* melalui *smartphone* Anda. Namun belum ada yang benar-benar memberikan panduan sekompit Sensoria Fitness. Bila alat ataupun aplikasi lain sekadar menginformasikan berapa jarak yang Anda tempuh dan mengestimasi berapa kalori yang terbakar, maka perangkat yang diproduksi oleh Heapsylon, Nevada, ini juga bisa mengingatkan apakah Anda sudah melakukan olahraga tersebut dengan benar.

Sensor dari gelang kaki yang dihubungkan ke *smartphone* akan memberikan gambaran lengkap, bagaimana posisi telapak kaki Anda saat melangkah ataupun berlari. Saat kaki tidak menapak dengan benar, secara otomatis Anda akan diingatkan melalui pesan suara



yang bisa didengarkan melalui *headset*.

Dengan demikian perangkat yang tersedia dalam berbagai warna menarik ini sekaligus membantu mencegah terjadinya cedera saat berolahraga. Sebuah pencitraan tentang bagaimana Anda menapakkan kaki yang dilengkapi dengan titik-titik pendaratan yang berpotensi menyebabkan cedera bisa dilihat langsung dari *gadget* Anda.

Karena perangkat ini mengambil informasi yang diterima oleh kaus kaki yang Anda kenakan, Heapsylon berani menjamin bahwa informasi seputar jumlah langkah, jarak, hingga jumlah kalori yang dibakar,

dengan lebih akurat ketimbang alat lainnya.

Bila Anda ingin berlari dengan kecepatan tertentu, Sensoria akan mengingatkan apakah langkah yang diambil sudah sesuai dengan target yang hendak dicapai.

Melakukan olahraga rutin bersama Sensoria, Anda juga akan diajak untuk memahami lebih dalam tentang tubuh Anda untuk mengetahui bagaimana cara mencapai target yang telah Anda tetapkan.

Perangkat ini dapat terhubung dengan iPhone (iOS 6 atau di atasnya) dan Android (OS 4.2 atau di atasnya). Usai berolahraga Anda ingin memotivasi teman dan sahabat agar berolahraga juga? Tinggal *klik* saja, maka hasil latihan hari ini pun akan terunggah di akun sosial media Anda.

Alat ini bisa dibeli dengan mudah secara *online*, baik melalui *ebay* ataupun melalui laman resminya di [www.heapsylon.com](http://www.heapsylon.com).

*Learn how far, how fast, but more importantly how well you exercise.  
Reduce impact and run pain-free! (dbs)*



## Swing It with Style

Berayun santai dalam buaian, rasanya benar-benar menenangkan. Satu-persatu kepenatan seakan berayun menjauh. Untuk melengkapi acara bersantai Anda di rumah, Jim Zivic punya koleksi *hammock* elegan yang siap membuai Anda kapan saja.

Bukan Jim Zivic pastinya kalau tidak menciptakan sesuatu yang luar biasa. Termasuk juga dengan *hammock* terbarunya yang bergaya *ala viking*. Empat besi berkeping terjuntai menahan buaian dengan kerangka besi tersebut. Desainnya yang *simple* terlihat elegan dibalut matras berwarna coklat dengan bahan *royce suede*. Sebagai sentuhan akhir, sebuah bantal berbulu lembut dengan warna senada siap menemani Anda bersantai.

Dengan harga USD \$ 33.000, *hammock* karya desainer interior kebanggaan Amerika ini pun siap mengisi sudut rumah Anda dan memanjakan Anda setiap saat. (dbs)



## For The Astronaut Dreamer

Setelah sebelumnya meluncurkan beberapa koleksi menakjubkan, seperti jam yang dibuat dari serpihan kapal legendaris Titanic, serta jam dengan partikel dari Patung Liberty, perancang yang tidak pernah setengah-setengah dalam berkarya ini akan membawa Anda pada memori saat kanak-kanak melalui koleksinya yang bertajuk Moon Orbiter.

Kesan gagah dan glamor begitu erat dengan jam berukuran 49mm x 45mm x 20mm tersebut. Desain kotak model transparan berlapis *sapphire crystals*, membuat Anda bisa melihat detail elemen penggerak jam yang begitu mencuri perhatian ini.

Bukan hanya desainnya yang luar biasa, bahan untuk membuatnya pun tergolong fantastis. Bagaimana tidak, Jerome membuat karya terbarunya dengan mengambil beberapa bagian pesawat luar angkasa Apollo 11. Bahkan jarum jamnya disebut-sebut terbuat dari campuran debu yang diambil langsung dari bulan.

Mengenakan jam yang hanya dibuat 25 buah ini pun akan membuat Anda merasa begitu dekat dengan impian menjadi astronot. Melengkapi daftar *wow factor*-nya jam dengan fitur *water resistant* hingga 98 kaki atau sekitar 30 meter tersebut memiliki *strap* berwarna hitam dari kulit buaya, dan 32 butir permata di dalamnya.

Moon Orbiter Watch bisa Anda miliki dengan harga USD \$115.000, atau setara dengan separuh harga tiket berlibur ke luar angkasa bersama Virgin Galactic. Untuk melihat koleksi Jerome selengkapnya Anda bisa melihatnya di [www.romainjerome.ch](http://www.romainjerome.ch). (dbs)

GET IN TOUCH



■ dr. Achmad Fahmi, SpBS

# Dedikasi dan Tanggungjawab

Di Indonesia, belum banyak pakar yang menekuni bidang saraf utamanya *neurosurgery* untuk *movement disorder* (gangguan gerakan), dan dr. Achmad Fahmi, SpBS adalah satu diantara sedikit pakar *neurosurgery* yang telah berhasil melakukan berbagai tindakan operasi saraf dengan tingkat kerumitan tinggi.

Lulusan Universitas Airlangga yang menghabiskan masa kecilnya di Kota Malang ini benar-benar membuktikan kecintaannya pada Bedah Saraf. Tidak hanya dengan mengabdikan diri menjadi seorang dokter bedah saraf, namun juga bersedia membagi pengetahuan yang dimilikinya pada masyarakat Indonesia dengan mendirikan Indonesia Society for Stereotactic & Funcional Neurosurgery ([www.inassfn.org](http://www.inassfn.org)). Perkumpulan ini beranggotakan semua orang yang tertarik di bidang *stereotactic and functional neurosurgery*, baik mereka dengan latar belakang medis maupun awam yang ingin mendapatkan informasi lebih jauh tentang penyakit saraf dan penanganannya.

## Pengalaman Internasional

Enam tahun setelah mendalami bidang spesialis Bedah Saraf di Universitas Airlangga, dr. Achmad Fahmi, SpBS melanjutkan studinya mendalami bidang Movement Disorder dengan mengikuti pendidikan khusus Stereotactic and Functional Neurosurgery, di Tokyo Women's Medical University Hospital, (TWMU), Tokyo – Japan, di bawah bimbingan Prof. Takaomi Taira. Kemudian dilanjutkan dengan studi mengenai Interventional Pain Management, di World Institute of Pain di Miami, Florida-Amerika, dilanjutkan setelah itu dengan bidang yang sama pula di University of Birmingham, West Midlands – England.

Tahun lalu, tepatnya pada 4 - 6 Februari 2012, saat di Amerika, Alumni SMAN 5 Malang ini pernah membanggakan Indonesia dengan menjadi salah satu pembicara pada Kongres ke 6 World Institute of Pain. Topik yang diangkat adalah: Clinical Outcome of Steroid Injection and Ablative Radiofrequency in 43 Patients, berdasarkan pasien yang pernah di tangani. Tulisannya pun sudah dimuat di jurnal internasional: "Pain Practice" (February 2012, Volume 12, Issue Supplements 1 - 6th World Congress - World Institute of Pain - Wiley Online Library).

Selanjutnya sebagai anggota World Federation of Neurosurgical Societies (WFNS), undangan untuk menjadi pembicara di berbagai konferensi *neurosurgery* baik di tingkat nasional maupun manca negara selalu berdatangan. Afiliasi dengan organisasi bedah saraf nasional dan internasional juga ditekuninya, yaitu dalam Perhimpunan Bedah Saraf Seluruh Indonesia (PERSPEBSI), Congress of Neurological Surgeon (CNS), World Society for Stereotactic and Functional Neurosurgery (WSSFN), dan AO Spine.

### Stay Alert

"Susunan saraf manusia adalah salah satu bukti kuasa Tuhan, dimana jaringan sekecil itu mampu menjadi pusat pengaturan segala gerakan kita. Keunikan inilah yang membuat saya tertarik untuk menggeluti lebih dalam tentang saraf dan memilih melanjutkan studi tentang bedah saraf," tutur dr. Achmad Fahmi, SpBS.

Dokter yang kini bergabung sebagai dokter tetap di National Hospital tersebut mengingatkan agar kita senantiasa waspada terhadap setiap perubahan kecil pada tubuh kita. Dari kasus-kasus yang pernah ditanganinya, acapkali penyakit saraf ini terjadi akibat seseorang tidak cepat tanggap dengan keluhan yang dialami tubuh. "Indikasi awal bahwa saraf mengalami gangguan bisa beragam, mulai dari anggota tubuh yang nyeri, kesemutan, kelemahan, gangguan keseimbangan, bahkan gerakan tubuh yang tidak terkontrol," tuturnya. Jika ini terjadi, langkah terbaik yang bisa dilakukan adalah segera memeriksakan diri ke dokter.

Gangguan saraf belum tentu bisa terlihat dengan CT Scan maupun MRI, sehingga pengamatan klinis yang tepat sangat di perlukan. *Surgery* atau bedah saraf adalah tindakan *invasive* yang merupakan alternatif terakhir pengobatan sakit saraf. Bila gejala awal dapat disembuhkan melalui pengobatan, maka sesuai dengan prosedur internasional, harus melalui pengobatan yang tidak invasif, seperti obat-obatan maupun fisioterapi. Namun bila pengobatan berlanjut dan kemudian sampai menimbulkan efek samping, maka *surgery* adalah langkah terakhir.

Mendengar kata "operasi" bagi pasien tentu menjadi beban berat, namun metode pengobatan saraf dengan menggunakan tehnik Stereotactic Neurosurgery dan Endoscopic Endonasal yang dilakukan oleh dr Fahmi beserta tim Surabaya Neuroscience Institute memberi harapan bagi pasien untuk meraih sembuh tanpa rasa khawatir yang berlebihan. Memang mungkin belum banyak dilakukan di Indonesia, karena untuk keberhasilan operasi ini tak sekadar ditentukan oleh kepiawaian



dokter namun juga kelengkapan alat pendukungnya.

National Hospital yang dilengkapi dengan MRI 3T dan CT Scan 128 Slices tercanggih, sangat mendukung langkah dr. Achmad Fahmi, SpBS untuk menentukan diagnosa yang akurat, dan melakukan tindakan operasi ini dengan tingkat akurasi tinggi, minimal *invasive*, dengan proses penyembuhan yang sangat cepat dan tingkat keberhasilan yang tinggi pula.

Stereotatic Neurosurgery, tidak memerlukan pembukaan tempurung kepala yang besar, hanya dengan memasang *frame*, membuat sayatan kecil dan lubang berdiameter kurang lebih 1cm dengan luka minimal dan bius lokal, maka operasi ini pun bisa

dilakukan. Selama operasi dilakukan pasien dalam keadaan sadar dan dapat tetap berkomunikasi.

Masa bencana Tsunami Aceh dulu, ayah dua anak ini pernah bertugas memberikan pelayanan kesehatan ke Pulau Nias, Pulau Sigli, Pulau Simeulue dan tentu saja ibu kota Aceh, sebelum akhirnya beliau mengambil spesialis bedah saraf.

Mencapai apa yang diraihinya saat ini memang tidak mudah, butuh perjalanan dan perjuangan panjang. Moto dari seorang Taira yang tidak pernah dilupakan oleh penggemar Taekwondo ini adalah "fokus dan mengerjakan sesuatu dengan serius dan Per Ardua Ad Alta."

# SIEMENS





Yogi Gunawan dan Anne Kartika

# Berkah Cantik di Tahun Cantik

Tanggal cantik 12 bulan 12 tahun 2012, bagi pasangan Yogi Gunawan dan Anne Kartika benar-benar secantik keberuntungan yang mereka peroleh.



Ketegangan Yogi Gunawan seketika mencair saat tangisan bayi memecah keheningan suasana ruang bersalin National Hospital. Rasa syukur tak terlukiskan pun mengiringi pelukan pertama Anne Kartika yang mencoba menenangkan bayi mungil buah cintanya. Jessie Kallista Gunawan, demikian nama yang diberikan pada putri pertama mereka.

Tak ingin hal buruk terjadi saat kelahiran anak pertamanya, Yogi dan Anne terbilang sangat selektif dalam memilih rumah sakit yang menjadi rujukan saat persalinan nanti. Berbagai informasi dari kerabat dan sahabat pun jadi pertimbangan.

"Anak adalah karunia terbaik dari Tuhan, makanya saya dan istri ingin memberikan yang terbaik terutama untuk persalinannya," tutur Yogi. Senada dengan suaminya, Anne menjelaskan saat itu yang menjadi pertimbangan utama mereka dalam memilih adalah kelengkapan fasilitas, pelayanan, kenyamanan, dan juga kebersihan.

"Fasilitas terutama peralatan medis jadi pertimbangan penting karena saya akan melahirkan dengan cara operasi. Kalau tahu peralatannya lengkap kan rasanya hati ini tenang," imbuh Anne.

Setelah memilah dan memilih dengan mempertimbangkan semua kriteria yang ditetapkan, keputusan pun akhirnya jatuh pada National Hospital. "Kami sepakat memilih National Hospital karena rumah sakit ini masih baru, jadi sudah pasti kondisinya bersih. Kemudian saat melihat peralatannya yang canggih dan serba modern, kami semakin yakin kalau tidak keputusan ini tepat."

Rupanya penilaian kedua pasangan muda ini tidak salah, mulai dari *front office* yang menerima mereka saat kedatangan, petugas kesehatan yang melayani di kamar, hingga para dokter dan suster yang semuanya melayani dengan ramah dan sepenuh hati.

Ruang kamar VIP pilihan mereka yang luas dan mewah layaknya kamar hotel pun berhasil meredakan ketegangan baik sang bunda maupun anggota keluarga yang lain. "Rasanya tidak seperti di rumah sakit, justru lebih mirip hotel bintang lima, jadi sama sekali tidak ada kesan menakutkan," tutur Anne.

Melewatkan momen berharga kelahiran putri mungil mereka, terasa begitu sempurna dengan pelayanan dan fasilitas terbaik National Hospital yang didapatkan keluarga kecil tersebut selama berada di sini. "National Hospital benar-benar TOP," pungkas Yogi dan Anne kompak.



# Ah... Cuma Gigi Susu

Karena merasa akan digantikan dengan gigi tetap, sering kali orang tua abai terhadap perawatan gigi susu. Padahal sejatinya gigi susu yang terawat baik merupakan bekal bagi pertumbuhan gigi permanen anak kelak.

Banyak permasalahan gigi yang muncul saat anak sudah tumbuh besar yang sebenarnya bisa dicegah bila orang tua melakukan perawatan gigi sedini mungkin. Bila saat ini anak jadi rewel makan, memiliki gigi yang berjejal, tanggal sebelum waktunya, lambat pertumbuhan gigi tetapnya, itu adalah beberapa hal yang dapat terjadi jika gigi susu tidak dirawat dengan baik.

Secara medis, salah satu fungsi gigi susu adalah membantu asupan gizi anak. Karenanya jika gigi susu rusak anak cenderung menjadi malas makan, rewel, dan tak jarang hal ini akan merembet memengaruhi tumbuh kembang si kecil.

### Early Treatment

Semenjak gigi pertama muncul saat usia 6 bulan, perawatan gigi susu sebenarnya sudah bisa dimulai. Karena jumlahnya belum banyak, perawatan dapat dilakukan dengan menggosok gigi menggunakan kasa dan air matang. Selain gigi, pada usia di bawah dua tahun atau selama anak masih mengonsumsi susu, baik ASI maupun susu formula menggunakan botol, pembersihan lidah juga perlu diperhatikan. Sisa susu yang menempel di lidah bila dibiarkan akan membentuk lapisan putih. Lapisan ini sebenarnya adalah jamur yang lama kelamaan akan mengganggu indra pengecap sehingga anak jadi tidak selera makan.

Memasuki usia 3 tahun, dalam kondisi normal, gigi anak seharusnya sudah lengkap. Untuk menjaganya dari karies (berlubang) dan tanggal sebelum saatnya, ada beberapa langkah perawatan yang bisa dilakukan. Salah satunya adalah melapisi gigi dengan *fluoride* untuk melindungi gigi susu dari lubang akibat kebiasaan buruk anak yang tidak menggosok gigi teratur, mengonsumsi makanan manis seperti permen, cokelat, dan lain-lain.

### Let's Protect It

Sesi perawatan *fluoride* dimulai dengan menggosok gigi menggunakan *brush* (sikat) khusus, setelah bersih, baru kemudian dipulaskan lapisan pelindung (*coating*) berbahan *fluoride*.



## PARENTING

Setelah perawatan ini selesai, anak sebaiknya tidak melakukan kontak dengan makanan setidaknya selama 2 jam agar lapisan *fluoride* benar-benar menempel sempurna.

Perawatan lainnya adalah *fissure sealant* yakni pelapis untuk permukaan gigi geraham. Permukaan gigi geraham yang lebih bergeligi membuat gigi yang berada di belakang tersebut mudah berlubang karena sisa makanan mudah terselip di sana. Dengan lapisan pelindung ini risiko gigi berlubang pun bisa ditekan.

Gigi geraham besar pertama biasanya tumbuh saat anak berusia 6 tahun, kesalahan yang jamak terjadi adalah anggapan bahwa gigi geraham ini masih gigi susu, sehingga saat ada masalah seperti lubang misalnya, para orang tua tak segera memeriksakan ke dokter karena menganggap akan ada gigi tetap yang tumbuh menggantikan. Padahal geraham yang sering disebut dengan gigi 6 ini sudah gigi tetap.

Kedua perawatan tersebut tergolong sederhana dan tidak menimbulkan trauma pada anak. "Faktor



trauma ini yang jarang diperhatikan orang tua. Seringnya mereka datang saat gigi anak sudah dalam kondisi sakit atau sudah tidak bisa dilakukan perawatan. Sehingga memeriksakan gigi ke dokter identik dengan gambaran sakit, seram, dan hal menakutkan lainnya,” tutur drg. Imelda Fabiola A, Sp.KGA, Dokter Spesialis Gigi Anak National Hospital.

### It's Never Too Late

Tak ada kata terlambat, bila selama ini perawatan gigi susu terabaikan dan kondisi gigi anak terlanjur rusak dan tanggal sebelum waktunya, drg. Imelda menyarankan solusi perawatan untuk menyelamatkan gigi tetap. “Tanggal sebelum waktunya adalah faktor penyebab pertumbuhan gigi tetap yang tidak rapi atau berjejal. Saat gigi susu tanggal sebelum waktunya dan tidak ada perawatan lanjutan, posisi gigi yang lain perlahan-lahan akan bergeser, mengurangi ruang tumbuh gigi tetap,” jelasnya. Untuk itu, langkah terbaik yang bisa dilakukan adalah melakukan perawatan untuk mempertahankan posisi ruangan pada lengkung gigi, sehingga saat tumbuh gigi tetap akan berjajar rapi di tempat yang seharusnya.

Selain perawatan rutin secara klinis, disarankan pula pada orang tua untuk membantu menghentikan kebiasaan buruk anak yang dapat mengganggu pertumbuhan gigi dan berpotensi mengubah struktur lengkung gigi. Diantaranya seperti minum menggunakan *dot* hingga usia dua tahun ke atas, menghisap jari, menggigit bibir, atau kuku.

Dokter Imelda menambahkan, keberhasilan perawatan gigi anak sangat tergantung pada tiga hal yakni dari anak itu sendiri, dokter yang merawat, dan terpenting kepedulian orang tua. Tak perlu menunggu sampai terlambat, perawatan gigi sedari dini sangat membantu pertumbuhan buah hati Anda.

## FLOURIDE TREATMENT FACT

Kata-kata *fluoride* tentunya sudah tidak awam bagi para orang tua, hampir sebagian besar pasta gigi mencantumkan zat yang satu ini sebagai bahan utamanya. Namun mengapa perlindungan *fluoride* dari pasta gigi saja tidak cukup?

Sebenarnya *fluoride* adalah mineral yang secara alami terdapat dalam makanan dan minuman yang kita konsumsi. Setiap hari *fluoride* berserta mineral lain bertambah dan berkurang dari lapisan email gigi karena dua proses yaitu demineralisasi dan remineralisasi.

Demineralisasi merupakan proses hilangnya *fluoride* dari lapisan email gigi akibat serangan asam yang terbentuk dari bakteri plak dan gula di dalam mulut. Sebaliknya, mineral-mineral tersebut kembali melapisi email dari makanan dan minuman yang kita konsumsi.

Sayangnya, proses berkurang dan bertambahnya *fluoride* acap kali tidak seimbang. Gigi lebih sering kehilangan *fluoride* akibat kebiasaan buruk seperti mengonsumsi makanan yang manis, kebiasaan menggosok gigi yang salah, dan lain sebagainya.

Dengan perawatan *fluoride*, gigi akan diberi perlindungan menyeluruh. Tak sekadar lewat seperti pada pasta gigi, lapisan *fluoride* dalam perawatan ini bekerja lebih maksimal karena mampu melapisi dengan merata hingga ke bagian yang paling sulit dijangkau oleh sikat gigi sekalipun.

Pada anak usia di bawah 6 tahun, pelapisan *fluoride* dianjurkan karena sangat membantu perkembangan gigi tetapnya nanti. Selain mencegah gigi berlubang, lapisan *fluoride* juga akan mempercepat proses remineralisasi pada gigi buah hati Anda. Untuk perlindungan yang maksimal, perawatan ini perlu diulang dengan interval 6 bulan atau 1 tahun sekali, tergantung kondisi dan kebiasaan sehari-hari si kecil.



# Mom, Let's MÓve It.. Move It

Kehamilan bukanlah alasan berhenti berolahraga. Selama kandungan Anda tidak bermasalah, tetap aktif selama hamil dan rutin berolahraga sangat dianjurkan, karena terbukti penting untuk kesehatan Anda dan calon buah hati.





Banyak alasan dilontarkan saat sang calon ibu ditanya mengapa memilih tidak berolahraga ketika hamil. Mulai dari rasa takut terjadi sesuatu pada si jabang bayi, belum terbiasa dengan perubahan fisik yang tak jarang disertai mual, hingga perkara enggan karena memang tidak terbiasa berolahraga teratur.

Padahal sejatinya, untuk menjaga kesehatan ibu dan janin, ibu hamil setidaknya melakukan aktifitas fisik moderat selama 30 menit.

### Pregnancy & Exercise

Dengan tidak meninggalkan olahraga, Anda akan terhindar dari kenaikan berat badan terlalu banyak dan juga menurunkan risiko komplikasi kehamilan yang berhubungan dengan kelebihan berat badan seperti pre-eklampsia ataupun *gestational* diabetes. Latihan juga membantu meredakan ketidaknyamanan kehamilan seperti sakit punggung, kram kaki, bengkak

pada tangan dan kaki, varises, sulit tidur, kelelahan, hingga sembelit.

Bukan hanya itu, emosi yang tidak stabil dan cenderung meledak-ledak selama kehamilan dapat pula diredakan jika Anda menjaga tetap aktif saat hamil. Ini karena olahraga dapat meningkatkan tingkat energi dan membantu Anda mencapai stabilitas emosi.

### For Your Loved One

Banyak pilihan olahraga dan aktifitas moderat yang bisa dilakukan, mulai dari yang sederhana seperti jalan pagi, berenang, hingga ikut program senam hamil.

Ibu hamil dengan masa kehamilan diatas 6 bulan mungkin sudah tak asing lagi dengan senam ini. Rangkaian sesi senam yang diperuntukkan bagi perempuan berbadan dua tersebut dirancang khusus untuk melatih kelenturan otot-otot tertentu yang



menunjang persalinan, misalnya seperti otot perut, otot paha, dan otot panggul.

Tak hanya itu, dalam program senam hamil biasanya juga ada sesi khusus agar para calon ibu dapat melatih beberapa hal yang akan sangat berguna di masa persalinan nanti seperti latihan pernafasan, fleksibilitas, relaksasi, dan kerja otot jantung.

### Keep The Rules

Meski banyak manfaatnya, mengikuti senam hamil juga ada aturannya. Tak semua gerakan senam hamil bagus untuk setiap kandungan. Mereka yang memiliki riwayat melahirkan secara prematur, pendarahan, ataupun mengalami problem persalinan dan kehamilan lain, sebaiknya berkonsultasi dulu dengan dokter kandungan untuk memilih cara senam yang baik dan aman.

Senam hamil selain ikut program khusus juga bisa ditambahkan dengan gerakan senam sederhana yang bisa Anda lakukan secara mandiri di rumah. Dua bagian otot yang penting untuk semasa kehamilan adalah otot perut dan otot dasar panggul (*pelvic floor muscle*).

Memperkuat otot perut penting dilakukan karena seiring bertambahnya usia kehamilan, perut Anda tentu juga akan semakin membesar. Seringkali perut yang membesar ini membuat ibu hamil merasakan sakit atau pegal luar biasa di daerah sekitar pinggang, pinggul, dan paha. Jika Anda melatih otot perut, Anda bisa membuat otot-otot di sekitar daerah tersebut menjadi lebih rileks sehingga rasa pegal dan sakitnya dapat berkurang.

Lain halnya dengan manfaat yang bisa diperoleh dari senam untuk melatih otot dasar panggul (*pelvic floor muscle*) atau biasa dikenal dengan Senam Kegel. Pada ibu hamil, Senam Kegel akan membantu mengatasi masalah ketidakmampuan menahan pipis (inkontinensia) yang biasanya terjadi saat usia kandungan semakin tua.

Latihan ini penting karena kehamilan serta bertambahnya berat badan akibat hamil berdampak pada semakin beratnya beban yang harus ditanggung oleh otot panggul. Saat otot panggul melemah, maka organ-organ panggul wanita akan melorot dan menonjol keluar lewat vagina.

Pada kondisi inilah ibu hamil akan mengalami kesulitan menahan pipis yang terkadang tanpa sengaja keluar saat sedang bersin atau batuk. Senam ini juga membantu mengurangi risiko terkenaambeien (*hemoroids*). Dengan otot-otot dasar panggul yang kuat maka proses persalinan Anda nanti juga akan terbantu kelancarannya.

Melihat manfaatnya yang besar untuk ibu dan calon buah hati, tak ada salahnya jika Anda berkonsultasi dengan dokter kandungan dalam mencari olahraga yang aman untuk Anda selama masa kehamilan.

*So, mom.. let's play the music and move it.. move it.. (dbs)*



# Mom Please Try This at Home

**B**erikut ini adalah latihan sederhana untuk melatih otot perut dan serangkaian latihan untuk otot-otot dasar panggul. Bila kehamilan Anda tidak bermasalah, latihan berikut bisa dilakukan sendiri di rumah. Selamat mencoba!

## Latihan Penguatan Otot Perut:

1. Mulailah dengan posisi merangkak, lutut di bawah pinggul, tangan di bawah bahu, jari jari menghadap ke depan, dan perut diangkat agar menjaga punggung tetap lurus.
2. Tarik otot perut dan punggung ke arah langit-langit dan arahkan kepala ke depan. Tahan posisi tersebut selama beberapa menit lalu perlahan kembali ke posisi merangkak. Pastikan posisi punggung selalu lurus.
3. Lakukan latihan ini secara perlahan sebanyak 10 kali.

## Latihan Otot Dasar Panggul:

Teknik melatih otot dasar panggul atau biasa disebut senam Kegell yang paling mudah dan sederhana adalah dengan melakukan gerakan seolah-olah menahan kencing.

1. Tarik napas pelan-pelan sambil menarik otot dasar panggul seperti menahan kencing selama 5 detik.

2. Hembuskan napas pelan-pelan sambil mengendurkan otot dasar panggul.
3. Ulangi gerakan (1) dan (2) sebanyak 5 kali.
4. Secara bertahap tingkatkan lama menahan kencing 15-20 detik. Lakukan secara serial antara 6-12 kali tiap latihan. (dbs)





HELPING YOU  
TO SAVE MORE

*Lives*

**PT. IDS Medical Systems Indonesia**

Wisma 76, 17<sup>th</sup> Floor  
Jl. Let. Jend. S. Parman 76  
Slipi, Jakarta 11410 - Indonesia

Telp No : +62 21 2567 8989  
Fax No : +62 21 5366 1038  
Email : [IDNInfo@IDSMed.com](mailto:IDNInfo@IDSMed.com)



# Korelasi dan Konsekuensi Koreksi Rahang

Oleh: drg. David Buntoro K. MDS, Sp.BM

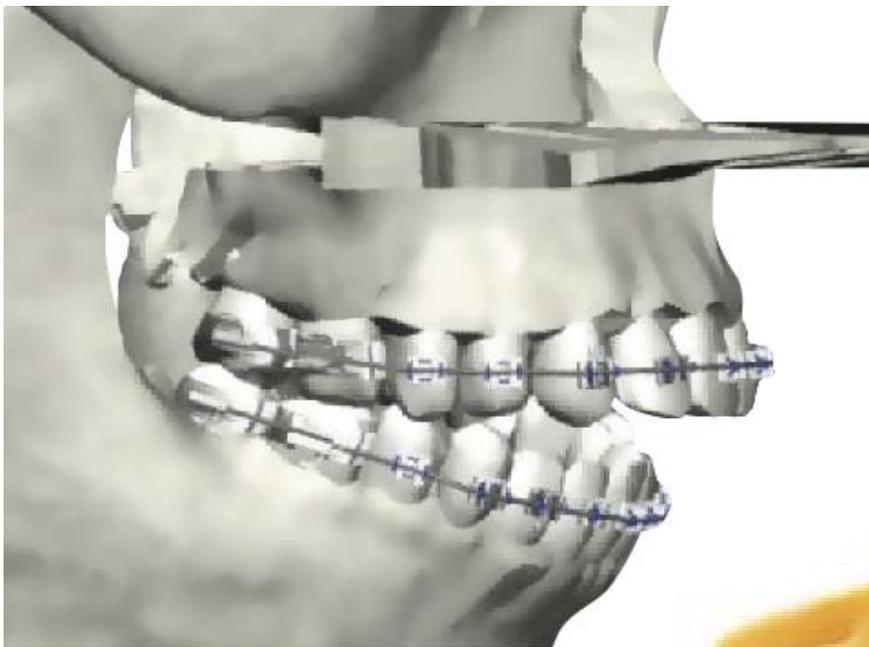
*Spesialis Bedah Mulut National Hospital*

Di negara kita, istilah operasi bedah rahang (*orthognathic surgery*) mungkin tak setenar prosedur operasi estetik lain seperti sedot lemak (*liposuctions*), bedah hidung (*rhinoplasty*), ataupun *breast implant* (pembesaran payudara). Namun sebenarnya operasi ini tak saja membantu menyempurnakan fisik seseorang tapi juga membantu meningkatkan *quality of life* pasiennya.

**B**ila melongok ke Korea keinginan penduduk negeri ini untuk memiliki wajah sempurna melalui *orthognathic* sangat tinggi karena semua selebritis asal negeri ginseng tersebut memiliki wajah oval yang sempurna. Mereka pun ingin meniru dengan melakukan operasi koreksi rahang.

*Orthognathic surgery* adalah operasi mengubah posisi rahang yang bertujuan untuk memperbaiki ketidakseimbangan antara rahang atas dan rahang bawah sehingga gigi bagian atas dan bawah dapat menggigit dengan benar. Selain memperbaiki kemampuan mengunyah, secara estetis perbaikan posisi rahang ini juga akan membuat penampilan wajah lebih seimbang dan harmonis.

Perawatan ortodontik sebenarnya tidak harus melalui operasi, pilihan lainnya adalah melalui pemasangan kawat gigi (*behel*) namun permasalahannya, tak semua permasalahan rahang dapat diselesaikan dengan perawatan ortodontik biasa. Faktor penyebabnya beragam, bisa karena tulang wajah dan rahang tempat gigi geligi tertanam tidak seimbang satu sama lain. Bisa jadi karena rahang bawah lebih besar ketimbang rahang atas, atau sebaliknya.



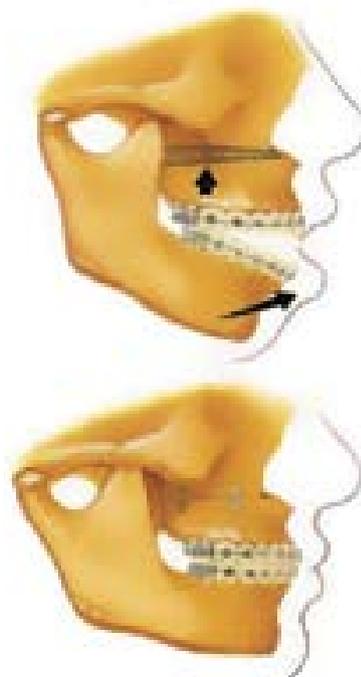
Jadi apabila yang bermasalah adalah susunan gigi geligi maka dapat diperbaiki dengan perawatan ortodontik saja, tetapi bila yang bermasalah rahang dan tulang wajah maka untuk memperbaikinya diperlukan Operasi Koreksi Rahang (Orthognathic Surgery).

### Improving Quality of Life

Operasi koreksi rahang sejatinya tak melulu soal memperbaiki penampilan seseorang agar lebih sempurna secara estetis, namun lebih dari itu operasi ini akan membantu seseorang menjalani hidup dengan lebih berkualitas. Ini mengingat rahang yang asimetris bisa memengaruhi kemampuan seseorang untuk mengunyah dan juga berbicara. Pada kasus tertentu ketidakserasian posisi rahang baik parsial maupun bisa melebar pada permasalahan lain yang lebih serius.

Misalnya saja kasus rahang kecil di bagian bawah, biasanya diikuti dengan keluhan tidur mengorok ataupun *sleep apnea* (gangguan tidur dengan kesulitan bernafas). Bila tidak ditangani, gangguan tidur yang berujung pada menurunnya kualitas istirahat seseorang tentu akan berpotensi memengaruhi kondisi fisik secara keseluruhan.

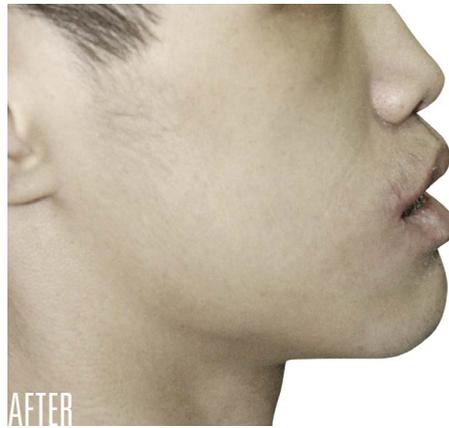
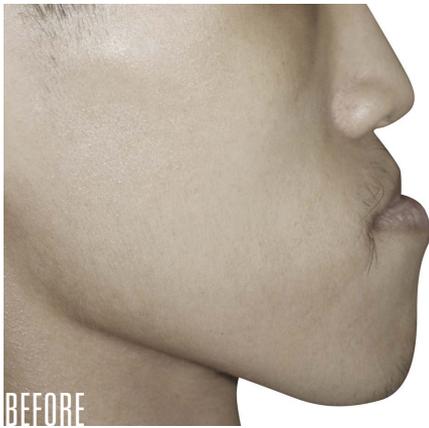
Secara garis besar, masalah seputar tulang rahang dibagi dalam dua kategori. Pertama kondisi rahang bawah pendek yang akan membuat wajah terlihat cembung seperti telur. Kedua kondisi rahang bawah panjang yang akan membuat wajah kelihatan cekung dengan bibir bawah menonjol lebih luar, atau sering disebut dengan rahang *cakil*. Pada kedua kasus ini pasien tidak akan dapat menggunakan gigi depan dengan baik untuk mengunyah makanan karena ada perbedaan besar atau celah diantara gigi bagian atas dan bawah.



### The Phases

Prosedur Operasi Koreksi Rahang terdiri dari tiga tahap, yaitu: perawatan ortodontik pra-bedah, pembedahan rahang, dan perawatan ortodontik *pasca*-bedah. Perawatan pra-bedah akan membantu menyeimbangkan lebar lengkung geligi atas dan bawah, memperbaiki posisi dan kemiringan gigi atas dan bawah sehingga setelah pembedahan diharapkan geligi atas dan bawah dapat bertemu secara baik dan harmonis. Proses ini membutuhkan waktu antara 6 hingga 8 bulan, tergantung kondisi pasien.

Setelah dokter gigi spesialis Ortodontik yang menangani *fase* pra-bedah menyatakan kondisi pasien siap, proses berikutnya adalah pembedahan yang ditangani oleh dokter gigi spesialis Bedah Mulut



dan Maksilofasial. Untuk menjaga posisi gigi geligi tetap di posisi barunya, tahapan selanjutnya adalah perawatan ortodontik *pasca*-bedah yang bertujuan memperbaiki susunan gigi setelah pembedahan agar hasilnya sempurna. *Fase* ini memakan waktu sekitar 6 bulan.

Bila dihitung dari awal hingga akhir, operasi koreksi rahang memang membutuhkan persiapan dan proses penyembuhan yang cukup panjang. Karenanya, selain kepiawaian dokter dan dukungan fasilitas medis yang

mumpuni, komitmen pasien dalam menjalani seluruh proses dari persiapan hingga akhir rahang sangat mendukung cepat tidaknya waktu yang diperlukan untuk penyembuhan.

Untuk membantu mengatasi permasalahan seputar rahang, Anda bisa berkonsultasi dengan tim dokter di National Hospital yang terdiri dari dokter gigi spesialis Ortodontik, dokter gigi spesialis Bedah Mulut dan Maksilofasial, serta dokter spesialis Anestesiologi.

**OTTO**  
Committed To Health

# OPIGRAN<sup>®</sup> Injection

Granisetron 1mg/ml, 3mg/3ml



**Effective solution with efficient cost**

- ✓ **More Potent** <sup>1,2</sup>
- ✓ **Longer Acting** <sup>1,2</sup>
- ✓ **Once Daily Dosage** <sup>1,2</sup>
- ✓ **Efficient Cost** <sup>1,2</sup>



Untuk informasi lebih lanjut hubungi :  
**PT Otto Pharmaceutical Industries**

Information Centre : MENSA I Building, 1<sup>st</sup> floor JL. H.R. Rasuna Said Kav. B-34 Kuningan, Jakarta 12940 Telp. : (62-21) 5254108 (Hunting) Fax. : (62-21) 5256309  
Factory : Jl. Dr. Setiabudhi Km. 12,1 Bandung 40391 Telp. : (62-22) 2786068 - 2786137 Fax. : (62-22) 2786818  
<http://www.ottopharm.com>

BODY TALK



# Tippy Teeth Talk

Seulas senyuman tentu akan tampak lebih memikat bila membingkai sederet gigi yang terlihat rapi dan sehat. Seperti halnya Julia Robert yang berhasil mempesona banyak pria dengan senyumannya yang selalu menampilkan sederetan gigi putih bersihnya.

**T**uhan sebenarnya menciptakan gigi manusia untuk dapat digunakan seumur hidup. Sayangnya, seiring bertambahnya usia, gaya hidup, dan juga kebiasaan sehari-hari tidak hanya umur manusia yang semakin berkurang, namun juga kualitas beberapa organ tubuh kita, termasuk juga gigi. Pada kenyataannya, saat ini ada sekitar 40% dari usia diatas 65 tahun sudah tidak memiliki gigi yang lengkap lagi.

## Teeth Mapping

Normalnya, gigi manusia akan berkembang dalam dua periode, yaitu periode gigi susu dan periode gigi dewasa. Proses kalsifikasi atau pematangan gigi dimulai saat janin berusia 7 bulan. Kemudian baru akan menyembul keluar mulai dari gigi bawah gigi seri, saat bayi berusia 6 – 12 bulan. Seluruh gigi susu akan muncul saat balita berusia sekitar 3 tahun. Jumlah gigi susu yang tumbuh lengkap berjumlah 20 gigi. Dan uniknya gigi-gigi muda ini akan tanggal secara alami saat usia mereka mulai menginjak 6 atau 7 tahun.



Saat kita berusia 21 tahun susunan gigi permanen kita sudah terbentuk. Pada umumnya kita memiliki 32 gigi yang terdiri dari 16 gigi pada setiap rahang atas dan bawah. Pada setiap rahangnya bila kita kelompokkan antara yang kanan dan kiri, maka terdiri dari: dua gigi seri (*incisor*), satu gigi taring (*cuspid*), dua gigi geraham depan (*premolar*), tiga gigi geraham belakang (*molar*).

### Teeth & Autopsy

Gigi adalah salah satu bagian tubuh yang dapat memfosil dengan baik, hebatnya enamel gigi adalah bagian dari tubuh kita yang paling kuat. Itulah mengapa gigi juga menjadi acuan untuk beberapa kasus otopsi. Sekalipun tak seunik sidik jari, gigi dapat dipergunakan sebagai alat identifikasi karena, pada kenyataannya tidak akan ada 2 orang yang memiliki susunan gigi yang tepat sama.

### Fenomena Gigi

Pasta gigi, baru di temukan sekitar seratus

tahun lalu. Sebelumnya, untuk membersihkan gigi nenek moyang kita menggunakan gerusan arang, gerusan kapur, *lemon juice*, serta campuran madu dan tembakau yang digosokkan ke permukaan gigi menggunakan tangan atau batang pohon.

Gigi yang kita bersihkan setiap hari sebenarnya hanyalah 2/3 dari ukuran gigi seluruhnya. Sepertiga lainnya berada di dalam gusi kita. Itulah mengapa sangat penting juga untuk menjaga kesehatan gusi.

Berkaitan dengan kesehatan gusi serta mulut, dokter gigi merekomendasikan agar kita menyimpan sikat gigi paling tidak berjarak 2 meter dari *toilet* agar saat *toilet* di siram, kuman yang terbang karena "*toilet flush*" tidak akan bisa sampai ke sikat gigi kita.

Kesehatan gigi dan mulut sangat berpengaruh terhadap kesehatan kita secara menyeluruh, bahkan juga mempengaruhi beberapa kasus penyakit akut seperti jantung, osteoporosis dan diabetes. Itulah mengapa menjaga dan merawat gigi dengan baik sejak dini penting dilakukan. (dbs)



## KALBE AT A GLANCE

Kalbe was incorporated in 1966. In 1991, Kalbe was listed on the Indonesia Stock Exchange as a public company. Kalbe has significantly grown from its humble beginnings as a pharmaceuticals business run from its founder's garage in North Jakarta. Today Kalbe has become the largest publicly-listed pharmaceuticals company in Southeast Asia, with a market capitalization of USD3.9 billion and a sales turnover of Rp10.91 trillion as of the end of 2011.

Kalbe has focused its business on four divisions: prescription pharmaceuticals, consumer health products, nutritionals, and distribution and logistics. Supported by over 15,000 employees, inclusive of 4,000 sales and marketing professionals covering the entire Indonesian archipelago, Kalbe maintains coverage of more than 70% of general practitioners, 90% of specialists, 100% of hospitals, 100% of pharmacies across Indonesia for the prescription pharmaceuticals market and 80% for the consumer health and nutritionals markets.

Innovation remains as the spirit that characterizes every stage of growth for Kalbe, as it has metamorphosed into the largest pharmaceutical company in Indonesia. Research and development for new products that are innovative, high-value, and appropriately addressing the needs of society with good prospects in the future continues to take place. In recognition of the reality that Indonesia is a vast archipelago, Kalbe continues to increase both the capacity and quality of its distribution services. Continuous improvement of its supply chain integration is among the main concerns of Kalbe in improving efficiency and cash flows of the Company.

After 4 decades of growth, Kalbe has transformed itself from a pharmaceuticals manufacturer into a provider of "comprehensive healthcare solutions", through offering a range of comprehensive health care solution products that goes from pharmaceuticals, nutrition, supplements, health foods and beverages to medical devices, including primary healthcare services. Through conducting comprehensive (or holistic) care for consumers, Kalbe is able to maintain and enhance its business competitiveness amid increasingly fierce competition, fortifying its competitive advantage for the future. It is our target to build global brands with high sales potential in every business unit, to support performance growth.

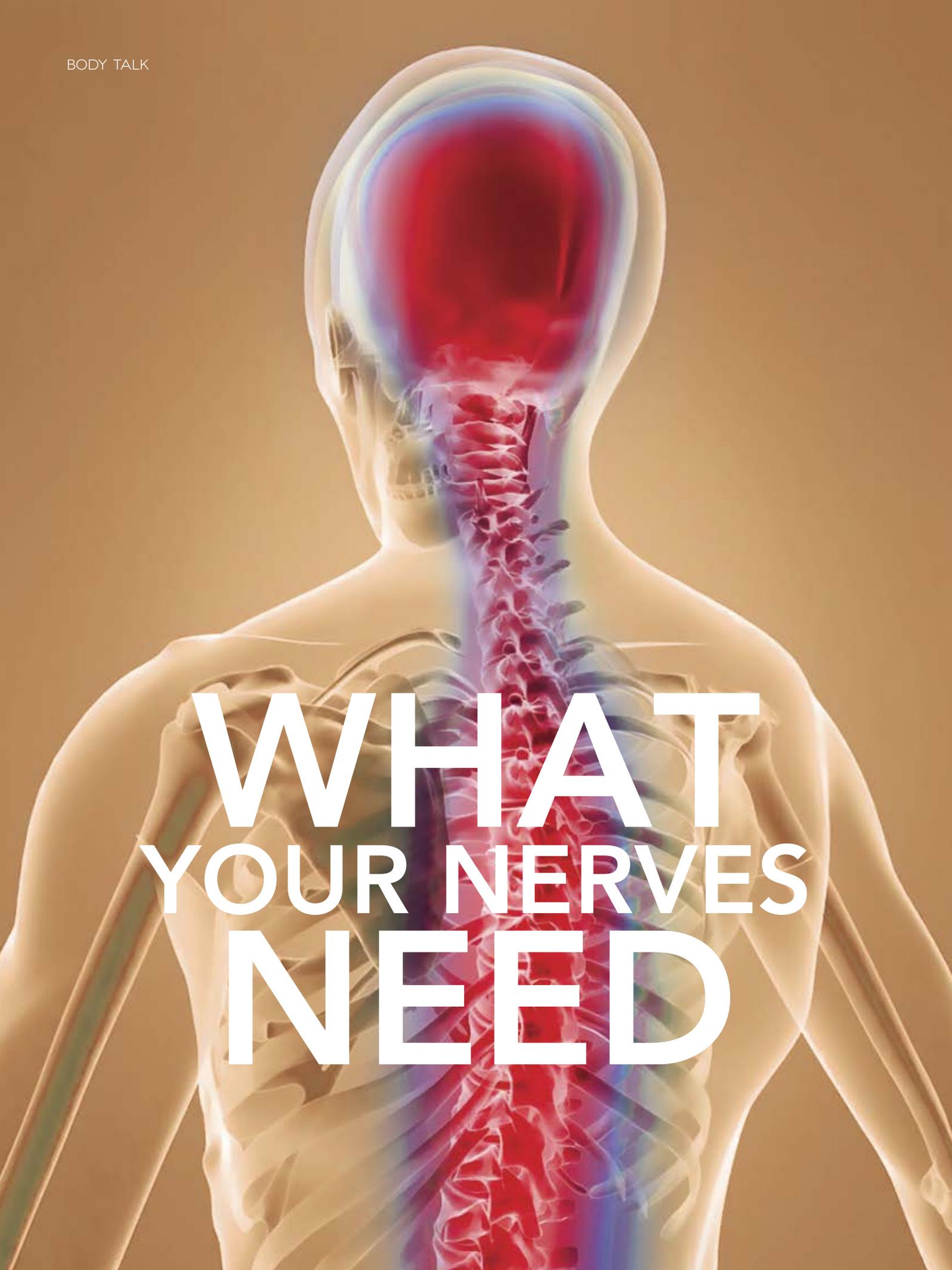
Maintaining sustainable growth through business unit synergy is Kalbe's hope in the journey to realize the Company's mission to improve health for a better life. With the support of quality human resources and through continuous improvement efforts in various business processes, Kalbe is optimistic that it will be able to achieve the Company's vision "to be the best Indonesian healthcare company, driven by innovation, strong brands and excellent management".

### *Kalbe in Brief*

Kalbe offers a comprehensive healthcare solution for all ages and medical needs comprising of prescription pharmaceuticals, consumer health, nutritionals products, and healthcare service, supported by an extensive distribution network to ensure Kalbe products availability throughout Indonesia.



BODY TALK



# WHAT YOUR NERVES NEED

Saraf adalah serat-serat yang menghubungkan organ-organ tubuh kita dengan sistem saraf pusat yaitu otak dan sumsum tulang belakang. Bila diibaratkan, saraf adalah kabel yang menyambungkan perintah dari *laptop* (otak) ke *printer* sebagai organ tubuh yang kita perintah.

**S**araf manusia terbagi menjadi dua bagian, yaitu saraf pusat – Central Nervous System (CNS) dan saraf tepi – Peripheral Nervous System (PNS). Yang di maksud dengan saraf pusat adalah otak (*brain*) dan sumsum tulang belakang (*spinal cord*). Sedangkan saraf tepi adalah saraf yang menyalurkan perintah dari saraf pusat ke organ yang di maksud, atau sebaliknya, mengirimkan laporan ke saraf otak bila organ menerima rangsang.

Otak pada anak yang baru lahir memiliki 10 miliar *neuron* (sel saraf). Tiga tahun pertama adalah masa pertumbuhan *neuron* dengan pesat. Saat berusia 6-7 tahun anak-anak telah memiliki 2/3 dari volume otak dewasa, dan perkembangan sel otak mengalami masa maksimal pada usia 10-11 tahun. Sehingga periode ini sangat penting sebagai landasan untuk memiliki susunan saraf yang kuat.

### Gangguan pada saraf

Akhir-akhir ini sering kita mendengar seseorang terkena penyakit saraf. Dan biasanya cenderung diketahui saat mereka berkunjung ke dokter dengan kondisi yang sudah parah.

Kerusakan atau gangguan saraf bisa saja

di akibatkan oleh trauma (benturan/ pukulan/ kecelakaan) dan juga metabolisme tubuh yang tidak lancar akibat dari obat-obatan yang kita minum serta gaya hidup tidak sehat.

Beberapa penyakit yang cukup familiar bagi telinga kita dan berkaitan dengan dengan saraf antara lain adalah: Parkinson, Alzheimer, Multiple Sclerosis, Stroke, Epilepsi, dan yang sekarang marak kita dengar yaitu Dystonia. Tapi Migrain dan sakit kepala juga masuk dalam katagori penyakit saraf karena berhubungan dengan sistem saraf pusat yaitu otak.

Pada umumnya penyakit saraf diderita saat usia sudah mulai senja yaitu menjelang 50 tahun. Sebagai orang awam, kita akan langsung mengatakan bahwa mereka telah tua dan mulai pikun. Memang benar kondisi memori usia di atas 50 tahun akan menurun karena banyak hal, namun bila hal tersebut disebabkan karena fungsi saraf yang terganggu, maka masih bisa dilakukan pengobatan yang sesuai dengan gangguan yang di derita.

### Deteksi dini

Diantara penyakit tersebut, ada beberapa penyakit gangguan saraf yang bersifat genetik, misalnya Parkinson dan Alzheimer. Sehingga bila ada ada anggota keluarga yang terkena gangguan tersebut sebaiknya dilakukan tindakan preventif, dengan mengunjungi dokter saraf dan berkonsultasi untuk mengambil langkah pencegahan yang tepat.

Memang hingga saat ini penyebab dari banyak gangguan saraf tidak bisa dipastikan.

Trauma atau benturan bisa jadi penyebab utama adanya gangguan saraf, selain lingkungan yang tidak sehat dan juga gaya hidup kita dalam mengkonsumsi makanan atau minuman.

Gejala penyakit saraf juga bisa sangat cepat dan bisa sangat berbahaya karena berhubungan dengan sistem pusat saraf kita.

Pada saat kita merasa anggota tubuh kita ada yang tidak bisa dikoordinasikan secara normal gerakannya atau panca indera Anda tidak se-sensitif biasanya bahkan cenderung semakin lama semakin berkurang, maka Anda harus mulai waspada.

### Bantuan yang tepat di saat yang tepat

Gangguan saraf tidak bisa kita remehkan begitu saja, karena bila tidak dilakukan tindakan untuk menghambat penyebaran atau mungkin juga penyembuhan, bisa berakibat sangat fatal, seperti kelumpuhan total. Untuk melindungi saraf Anda, memulai gaya hidup sehat dan rutin melakukan pemeriksaan kesehatan adalah langkah terbaik. *Healthy lifestyle is the best prevention ever.* (dbs)

# Lebih Dekat dengan National Hospital



Mengajak warga Surabaya mengenal dan melihat lebih dekat dengan National Hospital, pada bulan November 2012-Januari 2013 lalu, pihak manajemen National Hospital menggelar acara *open house*.

Berbagai komunitas pun hadir selama *open house* digelar, diantaranya adalah: Komunitas Senam Tera Indonesia, Komunitas Philippine, Warga Graha Family, Asosiasi Manajemen Indonesia, Mahasiswa Universitas Petra, dan juga Mahasiswa Universitas Ciputra.

Dalam kunjungan singkat yang sarat makna tersebut, para peserta *open house* diajak menelisik lebih lanjut tentang apa dan bagaimana National Hospital. Selanjutnya keingintahuan peserta tentang apa saja yang ada di dalamnya dipuaskan dengan mengajak mereka melihat satu persatu fasilitas yang ada di National Hospital.

Diharapkan melalui *open house* ini kedekatan antara warga Surabaya dan National Hospital dapat terjalin apik.

# Soft Opening National Hospital



Rangkaian melati digunting oleh perwakilan shareholders dan jajaran Direksi National Hospital. Inilah bagian dari seremoni Soft Opening National Hospital yang diadakan pada 12 Desember 2012 lalu.

Acara yang dihadiri oleh para dokter, perwakilan *consulate general*, kolega pengusaha, perwakilan *vendor* dan para wartawan ini dibuka dengan sambutan dari perwakilan Direksi National Hospital

yaitu Bapak Rudy Surjanto, selaku CEO. Selanjutnya para undangan diajak mendengarkan paparan tentang fasilitas yang ada di National Hospital, khususnya layanan unggulan radiologi berupa MRI 3 Tesla teknologi terbaru. Melengkapi rangkaian acara tersebut, undangan pun diajak *hospital tour* untuk melihat fasilitas yang ada di dalam rumah sakit ini. *Soft opening* ini sekaligus menandai telah resmi beroperasinya National Hospital.

## Indahnya Berbagi



Mata merupakan organ yang sangat penting bagi kita semua, agar kita diperkenankan untuk menikmati dan melihat keindahan alam semesta. Pada bulan Mei 2013 lalu, National Hospital berkerja sama dengan PUKAT (Persekutuan Usahawan Katolik Keuskupan Surabaya) mengadakan bakti sosial berupa pelayanan Operasi Katarak Gratis. Kegiatan yang diikuti oleh masyarakat Surabaya dan sekitarnya seperti Sidoarjo, Mojokerto, Jombang, dan Bangkalan ini merupakan salah satu bentuk program CSR (Corporate Social Responsibility) rumah sakit.

Katarak dipilih sebagai sarana pelayanan sosial karena manfaatnya

bisa langsung di rasakan oleh para penderita dan berguna untuk seumur hidup. Mereka yang datang dengan tanpa bisa melihat dunia, dalam hitungan menit bisa langsung melihat dunia dengan orang-orang yang mereka kasihi.

Ditangani oleh dokter-dokter yang berpengalaman, waktu yang diperlukan untuk melakukan operasi katarak ini pun berlangsung sangat cepat, sehingga dalam waktu yang sangat singkat Bakti Sosial Katarak yang diadakan oleh National Hospital dapat menolong lebih dari 145 orang pasien dalam dua hari.

## Workshop Interventional Pain Management



Salah satu masalah umum yang dihadapi oleh pasien penderita tulang belakang adalah nyeri kronis. Workshop Interventional Pain Management yang diadakan National Hospital Surabaya merupakan salah satu terobosan baru untuk mengobati nyeri kronis.

Workshop yang diselenggarakan pada 7-8 Juni 2013 ini bertujuan untuk melatih dokter spesialis guna mengontrol rasa sakit *back pain* guna meminimalisir operasi. "Ini karena dalam praktiknya belum banyak dokter spesialis di Indonesia yang tahu soal *interventional pain management*," jelas dr. Achmad Fahmi, Sp.BS selaku instruktur *workshop*.

Workshop yang dihadiri oleh 12 dokter spesialis dari seluruh Indonesia mulai dari bedah saraf, anestesi, saraf, serta *rehab medic*. Pada sesi pertama yang bertempat di RSUD Dr. Soetomo, peserta diajak membahas perihal punggung bawah pada *level 1* selanjutnya membahas leher pada *level 2*. Selanjutnya, sesi kedua dilakukan praktik *cadaver* (mayat) yang bertempat di National Hospital Surabaya" jelas dr.Fahmi. Workshop Interventional Pain Management dijadwalkan setiap empat bulan sekali dan telah diselenggarakan sebelas kali di Surabaya serta baru pertama kali diadakan di National Hospital Surabaya.

Selain dr Achmad Fahmi, SpBS sebagai instruktur dan dokter bedah saraf di National Hospital Surabaya, pembicara lain yang hadir dalam kesempatan tersebut adalah dr. Maxwirjo *pain specialist* dari California, USA; dr. Agus Turchan, Sp.BS selaku dokter bedah saraf di National Hospital, serta dr. David Tandian Spesialis Bedah Saraf dari RSCM Jakarta.

"Selain bekerja sama dengan RSUD Dr. Soetomo, Workshop Interventional Pain Management juga bekerja sama dengan UNAIR dan Perspepsi (Perhimpunan Dokter Bedah Saraf di Indonesia)" ungkap dr Achmad Fahmi, SpBS.

# CT Refresher Course



Dr Sri Andreani sedang memasukkan kasus-kasus ke dalam *workstation* dipandu oleh Bpk. Peter, *product specialist* CT dari GE Healthcare.



Sebagian pembicara dengan diabadikan bersama tim marketing GE Healthcare dan distributornya, PT Mulya Husada Jaya.

Kepedulian Perhimpunan Dokter Spesialis Radiologi Cabang VIII untuk selalu meningkatkan kemampuan anggotanya mendapatkan suport yang sangat berharga dari GE Healthcare Indonesia. Keduanya sepakat untuk bersinergi menyelenggarakan kursus-kursus pengembangan profesi berkelanjutan di bidang radiologi untuk anggota perhimpunan.

Sebagai pembuka realisasi kerjasama ini, dikemas satu kursus CT Scan level dasar yang diberi judul "CT Refresher Course I". Kursus perdana ini diselenggarakan di National Hospital Surabaya.

Selama dua hari, Sabtu dan Minggu, tanggal 22-23 Juni 2013, 25 dokter spesialis radiologi dari berbagai kota di Jawa Timur meluangkan waktunya untuk meningkatkan pengetahuan di bidang CT Scan. Walaupun publikasi kali ini sebenarnya spesial untuk anggota seputar Surabaya, ada satu peserta yang datang dari Manado, selain dari Kediri hingga Banyuwangi.

Memasuki hari kedua, kursus diisi dengan demo penggunaan

"workstation" yang disediakan oleh GE Healthcare, yang datang bersama Bapak Peter, seorang "product specialist" khusus CT, sebagai fasilitator kursus dalam topik sejarah perkembangan CT Scan serta potensinya di masa mendatang.

Kali ini PDSRI Cabang VIII menurunkan 7 orang instruktur untuk kursus dari masing-masing divisi yaitu: Dr. G.A. Indirawati (Ketua Cabang), Dr. Paulus Rahardjo (Penanggungjawab Kursus), Dr. Sri Andreani Utomo (Koordinator Acara), Dr. Budi Laraswati (Ketua Dept./SMF Radiologi FK Unair/RSUD Dr. Soetomo), Dr. Anggraini Dwi Sensusiaty, Dr. Lies Mardiyana dan Dr. M. Yamin S.S. (Ka. Instalasi Radiologi RSUD Dr. Soetomo).

Salah satu *highlight* dari pertemuan ini adalah kesempatan untuk berkeliling meninjau unit radiologi untuk mengenal lebih dekat tentang peralatan radiologi terkini yang dimiliki oleh National Hospital. Kegiatan ilmiah yang terakreditasi IDI ini hanyalah satu bagian dalam rangkaian kursus yang akan dilaksanakan setiap empat bulan ke depan.

## Deteksi Dini Penyakit Jantung Koroner Bersama AXA



Pada 28-30 Juni 2013 lalu, National Hospital menjadi tuan rumah *Event AXA Hospital Roadshow*. Beragam kegiatan mewarnai acara yang diselenggarakan selama tiga hari tersebut.

Salah satunya adalah Seminar Deteksi Dini Penyakit Jantung Koroner oleh dr. Johannes Nugroho Eko Putranto, SpJP dari National Hospital. Dalam paparannya, dr Nugroho menjelaskan saat ini penyakit jantung menjadi penyebab kematian tertinggi di dunia. Sekitar 4 dari 10 orang berpotensi mengalami kematian mendadak akibat serangan jantung. Padahal bila ditangani dengan baik, serangan jantung dapat dicegah.

Tak kurang 150 orang peserta yang hadir dalam seminar, itupun tampak antusias mendengarkan penjelasan dr Nugroho. Berbagai pertanyaan pun dilontarkan. Suasana pun semakin marak saat Delon mantan juara Indonesian Idol, muncul di panggung, menghibur peserta seminar.

# When Was Your Last Calcium Scoring ??

Penyakit Jantung Koroner adalah penyebab pertama kematian di Indonesia.

Sebanyak 42% orang yang meninggal akibat serangan jantung ini tidak mengetahui kalau dirinya mengidap penyakit jantung koroner.

Serangan jantung mendadak diakibatkan oleh penyempitan satu bagian arteri koroner dengan pengurangan aliran darah ke otot jantung serta adanya timbunan plak. Dengan bantuan Calcium Score dokter dapat memprediksi resiko anda terhadap penyakit jantung koroner sesuai dengan tingkat usia anda.

National Hospital menggunakan CT-SCAN 128 slices terbaru sehingga hasil pemeriksaan terhadap resiko jantung koroner lebih akurat.

Selain itu CT-SCAN National Hospital di lengkapi dengan teknologi Low Dose yang akan mengurangi paparan radiasi hingga 40% dibandingkan CT SCAN teknologi sebelumnya.



from  
~~IDR 1.150.000~~ to  
IDR **575.000**

and FREE  
• **Konsultasi Dengan Dokter Jantung**  
• **Voucher STARBUCKS COFFEE**

## CALCIUM SCORING

VALID UNTIL 31 DECEMBER 2013

MORE INFO

[www.national-hospital.com](http://www.national-hospital.com)  
+62 31 2975 700 ext : 1200 ( Radiology )

### VOUCHER

 NATIONAL HOSPITAL



Start each week by examining where personal health is on your "TO DO" list

Dapatkan disc **20%\*** untuk pemeriksaan **LABORATORIUM**

Berlaku sampai **31 Maret 2014**  
\*) syarat & ketentuan berlaku

Bawa voucher ini untuk potongan biaya

### VOUCHER

 NATIONAL HOSPITAL

Get a High Speed & High Definition **MRI 3Tesla** for your health diagnosis

IDR **500.000,-\***

Berlaku sampai **31 Desember 2013**  
\*) syarat & ketentuan berlaku

Bawa voucher ini untuk potongan biaya

### VOUCHER



 NATIONAL HOSPITAL

Hear your Heart..Heart your Health  
experience a **Low Dose CT Scan 128 slices** examination

IDR **500.000,-\***

Berlaku sampai **31 Desember 2013**  
\*) syarat & ketentuan berlaku

Bawa voucher ini untuk potongan biaya

### VOUCHER



 NATIONAL HOSPITAL

A wise step to **live healthy**  
We help you to **manage your health**

IDR **500.000,-\***

for **Platinum Medical Check Up Package**

Berlaku sampai **31 Desember 2013**  
\*) syarat & ketentuan berlaku

Bawa voucher ini untuk potongan biaya

### VOUCHER





# ERGONOMICS, WORKING PAINLESSLY

Bila Anda sering merasa kaku di leher ataupun nyeri pinggang, coba periksa tata letak meja dan ruang kerja Anda. Jangan-jangan, pengaturan dan pemilihan perangkat yang tidak ergonomis menjadi pencetus rasa sakit Anda alami.

**B**anyak cara untuk menjaga kesehatan, salah satunya dengan menciptakan tempat kerja yang ergonomis. Terkesan sepele mungkin, tetapi nyatanya tata letak yang tidak pas di tempat kerja bisa menjadi sumber penyakit yang acap kali tidak disadari. Penyakit akibat kerja sering kali diabaikan. Padahal, kalau dibiarkan tak menutup kemungkinan dapat memicu kondisi kesehatan yang semakin buruk.

Secara sederhana ergonomi mempelajari tentang hubungan kenyamanan dan efektivitas alat kerja dengan manusia sebagai pemakainya. Menurut prinsip ilmu ini seseorang akan bekerja lebih efisien dan efektif apabila lingkungan tempatnya bekerja nyaman.

Itulah mengapa, ruang kerja yang ergonomis sebaiknya didesain untuk memfasilitasi aktifitas empunya, antara lain dengan menyesuaikan perangkat kerja dengan ukuran tubuh, kekuatan, serta gerakan yang dilakukan penggunaannya. Tujuannya agar Anda dapat memanfaatkan perangkat kerja dengan lebih efektif.

Tata letak yang menerapkan prinsip ergonomis mencoba mereduksi faktor-faktor pengganggu seperti posisi duduk yang tidak nyaman, gerakan berulang-ulang, akses yang menyulitkan, tampilan yang sulit dibaca dan dipahami, serta kontrol perangkat kerja yang membingungkan.

Menerapkan prinsip ergonomis di tempat kerja sebenarnya sederhana. Langkah pertama bisa dimulai dengan mempertahankan posisi tubuh yang tepat. Atur tinggi kursi tempat Anda duduk agar kaki bisa menapak rata dengan lantai, sehingga posisi lutut dan *torso* sejajar.

Setelah membuat kaki dan tubuh nyaman, saatnya mencari meja yang pas. Sebagai patokan untuk



mengukur, letakkan siku di meja, bila posisi lengan bawah membentuk sudut antara 90-110° berarti meja tersebut sudah sesuai kebutuhan tubuh Anda.

Untuk menghindari cedera ataupun kekakuan pada pergelangan tangan, tempatkan posisi lengan saat mengetik agar pergelangan tangan mengambang di atas *keyboard* dengan nyaman. Letakkan *mouse* tak jauh dari *keyboard*, untuk memudahkan Anda melakukan transisi antara mengetik dan menggunakan *mouse*.

Kepiawaian dalam mengetik dengan sepuluh jari ternyata juga penting diperhatikan. Ini karena mereka yang belum bisa mengetik dengan lancar atau sering

disebut mengetik dengan sebelas jari punya risiko mengalami *occupational overuse injury*. Beban kerja mengetik yang seharusnya dibagi pada 10 jari yang kemudian hanya fokus pada 2 jari saja tentunya menyebabkan *overload* beban kerja pada jaringan jari.

Mereka yang mengetik dengan sebelas jari juga berisiko lebih sering mengalami ketegangan pada otot leher akibat aktivitas berulang-ulang melihat *keyboard* kemudian beralih *screen* yang terlalu sering.

Tak hanya yang belum lancar mengetik saja yang berisiko mengalami *occupational overuse injury*. Anda yang sangat mahir mengetik dan mampu mengetik sangat cepat juga berpotensi sama. Hal ini karena melakukan gerakan berulang secara berlebihan diketahui akan mengganggu kapasitas lubrikasi pada tendon serta memengaruhi kemampuan otot dalam menerima suplai oksigen yang cukup.

Amannya gerakan repetitif dalam mengetik ini antara 10.000-12.000 ketukan per jam.

*Ambience* di ruang kerja penting pula diperhatikan, salah satunya soal pencahayaan. Bila cahaya lampu di ruangan terpantul di monitor, sebaiknya pindah posisinya agar pantulan cahaya tersebut tidak mengganggu penglihatan Anda. Atur juga posisi barang-barang sesuai kebutuhan. Alat-atat yang

sekiranya sering digunakan sebaiknya diletakkan sejauh tangan bisa menjangkau dengan mudah. Hindari gerakan terlalu sering meregangkan tangan berlebihan untuk meraih barang-barang yang dibutuhkan.

Sementara itu, barang-barang yang jarang diutak-atik, lebih baik dimasukkan saja dalam almari. Dengan begitu meja pun tidak terlalu penuh sehingga nyaman digunakan dan nyaman dilihat.

Urusan meja dan kursi sudah tuntas, kini saatnya menengok ke bawah meja. Tak jarang ruang di bawah meja ini jadi gudang mini untuk setumpuk dokumen pekerjaan, dan barang-barang lainnya. Alhasil ruang gerak untuk kaki pun sangat terbatas. Padahal sejatinya kaki juga butuh ruang yang cukup lega agar Anda pun bisa nyaman bekerja. Atur ruangan di bawah meja agar Anda bisa meregangkan kaki untuk mengurangi ketegangan otot.

Perangkat sudah dipilih sesuai kebutuhan, kini saatnya membiasakan tubuh agar tidak berada pada posisi yang sama berjam-jam. Setelah satu jam konsentrasi penuh menatap deretan angka di komputer, beri kesempatan bagi mata dan tubuh Anda untuk rileks sejenak. Sekadar berjalan ke *pantry* untuk mengambil minum ataupun sudah bisa menjadi *short break* yang penting artinya bagi tubuh Anda.

Sedikit perubahan bisa membawa dampak besar bagi kesehatan Anda. Jadi jangan menunda membuat *ergonomic adjustments* di tempat kerja Anda. (dbs)





## Ergonomic World of iClubby

Sekilas penampilannya *workstation* koleksi iClubby ini terkesan seperti film *sci-fi*. Namun dibalik tampilannya yang tidak biasa, meja kerja ini menyanggah status *the most-desirable ergonomically optimized position at all times*.

iClubby hadir dengan memadukan antara kebutuhan tubuh akan *workstation* yang ergonomis, teknologi terkini, dibalut sentuhan desain eksklusif. Ketiga elemen ini pun menyatu menjawab kebutuhan tubuh, tuntutan kerja, serta *sense of stylish* Anda.

*Workstation* ini dilengkapi monitor LED 5,8 inci. Hanya dengan sentuhan jadi di monitor ini maka Anda pun dapat dengan mudah mengontrol suara, pencahayaan, bahkan gerakan iClubby. Untuk sesuai kebutuhan penggunanya, perangkat yang satu ini akan dirakit sesuai kebutuhan tubuh Anda, setiap detailnya pun dibuat seperti yang Anda harapkan.

Tak cukup hanya satu atau dua monitor, *workstation* ini bahkan dapat dioptimalkan dengan memasang 6 monitor *display* sekaligus, kira-kira total berukuran 150 *inchi*. Tentu saja layar LED tersebut dilengkapi fasilitas *audio* yang siap membuai pendengaran Anda. Bila tak puas dengan *audio built-in 2+1*-nya silakan saja manjakan diri Anda dengan kejernihan suara *high fidelity 5+1* atau *7+1* yang siap dibenamkan dalam *workstation* kesayangan Anda.

Kenyamanan adalah segalanya, itulah mengapa iClubby dibuat dengan perangkat opsional berupa *external skeleton arm and feet supports*, sehingga tangan dan kaki Anda pun akan terasa nyaman ke manapun ia digerakkan. Itulah *world of comfort and peace* yang dihadirkan iClubby untuk Anda. (dbs)



# PRESERVE YOUR NERVES

Saat Anda mudah merasa stres, gelisah, gugup, depresi, bisa jadi ini adalah merupakan alarm pertanda lemahnya sistem saraf tubuh. Ibarat perahu, saraf adalah nahkoda yang mengatur seluruh aktivitas di tubuh kita. Bila sampai terjadi sesuatu, sudah pasti fungsi utama saraf sebagai alat komunikasi, pengendali kerja, dan pengendali tanggapan akan terganggu.

**S**alah satu cara untuk membantu mencegah hal tersebut adalah dengan mengonsumsi makanan-makanan yang dapat membantu meningkatkan asupan nutrisi saraf. Karena bila tidak ditangani, kekurangan nutrisi pada saraf dapat berujung pada penurunan kognitif otak dan gangguan mental lainnya.

## What Your Body Need

Dari sederet vitamin yang ada, ternyata Vitamin B6, B12 yang punya peran penting dalam menjaga kesehatan saraf. Vitamin B6 sendiri diketahui bermanfaat untuk meningkatkan kinerja fungsi otak manusia. Saat tubuh kekurangan vitamin B6 maka kita akan mudah mengalami depresi, kesulitan belajar, kehilangan memori, hingga mati rasa. Lain halnya dengan vitamin B12 yang dapat membantu pertumbuhan sistem saraf serta melindungi saraf.

Perhatikan pula apakah menu harian Anda, pastikan mengandung Asam Folat yang cukup. Ini karena Asam Folat penting dalam membantu pembentukan fungsi saraf yang sehat. Kekurangan nutrisi ini mengganggu kepekaan tubuh menerima rangsangan (*irritabilitas*), insomnia, dan depresi.

Jangan ketinggalan, konsumsi pula makanan dengan kandungan Omega 3 tinggi. Zat ini berfungsi membuat bagian-bagian dari sel saraf. Sedangkan makanan dengan kandungan asam amino dibutuhkan tubuh kita untuk mengembangkan dan mendukung sistem saraf.

## BRAIN TONIC LIST

Bila ingin mendapatkan nutrisi penting tersebut, Anda dapat mencoba beberapa makanan yang kerap dijuluki *brain tonic* berikut ini.

### Whey

*Whey* kaya dengan L-glutamine, L-tryptophan, asam amino, dan gizi yang membantu meningkatkan fungsi *anabolic*. L-glutamine, yakni asam amino *non-essential* yang menjadi perintis *gamma-aminobutyric acid* (GABA) yang membantu mengatur sistem saraf dan memacu ketenangan. Sedangkan Tryptophan terbukti membantu dalam

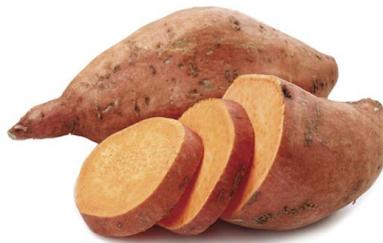
produksi serotin, yaitu hormon *neurotransmitter* yang mengatur endokrin, pencernaan, sistem saraf, serta kesehatan darah.

### Ubi jalar

Ubi jalar mengandung karbohidrat kompleks yang terdiri dari vitamin A, vitamin C, dan Vitamin B. Selain itu ubi jalar juga mampu menenangkan saraf, mengeliminasi saraf, dan menurunkan tekanan darah.

### Pisang

Pisang mengandung magnesium, vitamin B6, *potassium*, dan gizi lain yang membantu meningkatkan produksi dari mukosa yang membantu menjaga kesehatan pencernaan. Pisang juga membantu dalam produksi serotonin dan melatonin, hormon yang mengatur *mood* dan pola tidur serta memacu relaksasi dan meredakan *stres*.





### Teh

Teh mampu meningkatkan metabolisme dan memiliki kekuatan untuk memperbaiki kemampuan kognitif otak. Utamanya teh hijau yang mengandung asam amino yang dikenal dengan L-theanine yang meningkatkan *mood* dengan cara merangsang produksi dari Gelombang Alfa di dalam otak.

### Cokelat dan Cacao

Cacao memiliki antioksidan alami yang mencegah otak dari kerusakan akibat stres. Selain itu Cacao



mengandung L-tryptophan, *neurotransmitter* yang bertanggung jawab untuk menenangkan otak. Tapi cokelat dan *cacao* juga mengandung magnesium yang membantu merelaksasi otot, menurunkan tekanan darah tinggi, meredakan asma, dan mencegah diabetes.

### Bayam

Bayam disebut sebagai sayuran ajaib yang bermanfaat bagi kesehatan. Salah satunya adalah antioksidan yang mampu memperlambat penuaan otak dan sistem saraf. Selain itu bayam mengandung vitamin K dalam jumlah tinggi. (dbs)







# Luxury Dining at Platinum Grill

*"Always deliver perfection with personal attention."*

Tak sampai sepuluh menit dari National Hospital, terletak di kawasan perumahan Graha Famili, Surabaya Barat, menjadikan The Platinum Grill *single standing dining choice* yang tak akan dilewatkan siapapun yang ingin mendapatkan *unforgettable dining experience*.

## Breakfast Boost

Dari mulai jam 8:00 pagi hingga 11:00 untuk *week day* dan sampai jam 13:00 pada *week end*, The Platinum Grill menawarkan kesempatan menikmati *breakfast* yang akan membuat Anda ingin selalu datang dan datang lagi.

Betapa tidak, Restaurant besutan Chef Bobby yang juga merupakan pemilik restoran ini merupakan satu-satunya tempat di Surabaya yang mempersembahkan *signature breakfast*, Eggs Benedict. Sarapan kegemaran Ian Fleming, sang pencipta James Bond 007, yang muncul hampir di semua film James Bond.



Smokey Bacon yang renyah, tampil sempurna dipadu Poached Egg dengan kematangan pas yang langsung *melted* saat teriris pisau. Kelezatan cita rasa yang serasa masih melekat di lidah walau kita sudah meninggalkan area parkir *full paving* yang tersusun rapi diselingi rerumputan.

Menu lain yang tersedia untuk melengkapi *breakfast* ini pun tak kalah spesial. Pilihan *appetizer* yang pantang dilewatkan seperti Antipasto, *fresh juice* dari buah pilihan, atau Anda ingin memilih salah satu dari koleksi *freshly grounded* kopi istimewa yang didatangkan langsung dari tempat asalnya seperti Kopi Ethiopia, Guatemala, dan Brazil. Semuanya siap melengkapi *morning booster* Anda.

### Dazling Dinner

Ketenaran Platinum Grill sebagai tempat bersantap yang selalu mengutamakan *commitment of excellence* pada setiap *dish* dan *personal service* pada pengunjung, membuat tempat ini mampu memikat lidah dan hati siapa saja yang pernah singgah.

*Ambience* memikat di malam hari saat temaram, lampu berpadu dengan cahaya lembut rembulan, dan *background golf course* di sisi restoran, menambah keanggunan suasana Platinum Grill membuat dengan tempat ini pilihan tepat bagi Anda yang berburu *fine dining*.

Untuk menu makan malam yang tersedia mulai pukul 18.00 – 22.00, ada beberapa pilihan hidangan istimewa yang bisa dinikmati, diantaranya: Sirloin dan Tenderloin Steak, Pork Rib, serta beragam olahan *seafood*.

Berbicara tentang kelezatan hidangan olahan *chef* lulusan Teknik Mesin sebuah universitas terkemuka di Australia ini, ternyata rahasianya adalah pemilihan bahan baku yang terbaik dipadu dengan bumbu sederhana yang tidak berlebihan yang semuanya dimasak dengan hati. Menurutnya, memasak tak sekadar memasukkan bumbu ini itu, namun perpaduan antara ilmu fisika, kimia, dengan sentuhan seni, serta disempurnakan dengan kecintaan pada dunia kuliner. Hasilnya, masakan istimewa, apapun olahannya.

### Special Occasion

Selain menikmati *breakfast, lunch*, ataupun *dinner*, The Platinum Grill juga pas untuk merayakan momen-momen istimewa, seperti *wedding anniversary, birthday party, buffet dinner, wedding, baby shower*, dan lain sebagainya.

Mau yang istimewa? Platinum Grill menawarkan Chery Amor Package, dimana mereka akan menyulap *roof top* menjadi *main course dinner just for two*



dengan segala pernak pernik yang menggambarkan cinta. Untuk menambah kesan romantis, *dessert* akan dihadirkan di tengah kolam, dipenuhi dengan gemerlap *floating candle*.

*And as a gift*, Platinum Grill akan mengabadikan *special moment* Anda dengan menghadiahi foto yang dicetak di atas kertas eksklusif sehingga bisa langsung dipasang untuk menghiasi meja kerja, dinding, atau *showcase* Anda di rumah.

*Find the premium food with premium experience only at Pratinum Grill.*



dr. M.Sofyanto, Sp.BS

dr. Agus Anab, Sp.BS

dr. Gigih Pramono, Sp.BS

dr. Bambang K, Sp.S

**TOTALLY CARE**  
YOUR  
**Brain & Spine**  
PROBLEM

Totally Care Team | Totally Care Services | More Than 10 Years Experience  
Personally Neurosurgery Service | Well Equipped Modern Medical Technology  
Friendly Faces Will Greet You As Local Culture

**NATIONAL HOSPITAL** : Phone **031 2975 700 (ext.3711), 031 2975 711 (Direct Line) 031 77 333 559, 0822 3086 3030**  
Consultation, Hotel Reservation & Airport PickUp : **082 230 086 3030, (031)77333559**

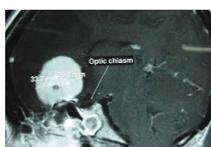
[www.brainspine.co](http://www.brainspine.co)



TEAM



KEYHOLE



TUMOR



CERVICAL



SMALL INCISION



LUMBAL



HEMIFACIAL SPASM



**LOKASI:** Pantai Sukamade masuk kawasan Taman Nasional Meru Betiri, Desa Sarongan Kecamatan Pesanggaran, Kabupaten Banyuwangi, Jawa Timur.  
**JARAK:** 98 kilometer dari kota Banyuwangi.  
**WAKTU TEMPUH:** 4-5 Jam dari Kota Banyuwangi.

# THE SERENITY OF SUKAMADE BEACH



PERLAHAN LANGIT TERTUTUP TIRAI HITAM MALAM, SEBENTUK BULAN MENGHIASI DENGAN SINARNYA YANG TEMARAM. BINTANG-BINTANG TERLIHAT BERKERLIP DI SEKITARNYA, SEAKAN TAK INGIN KETINGGALAN MEWARNAI INDAHNYA MALAM DI LANGIT SUKAMADE.

Waktu sudah menunjukkan pukul 22.00 dan saya pun mulai terhanyut mendengar nyanyian malam dan desir ombak yang menghipnotis. Lamunan saya pun buyar seketika saat seekor penyu hijau sepanjang 1,5 m muncul dari tepi pantai, merangkak perlahan mencari tempat untuk bertelur. Usai berjuang melahirkan ratusan telur, dengan lembut sang induk menutupi butiran-butiran kehidupan itu dengan pasir pantai.

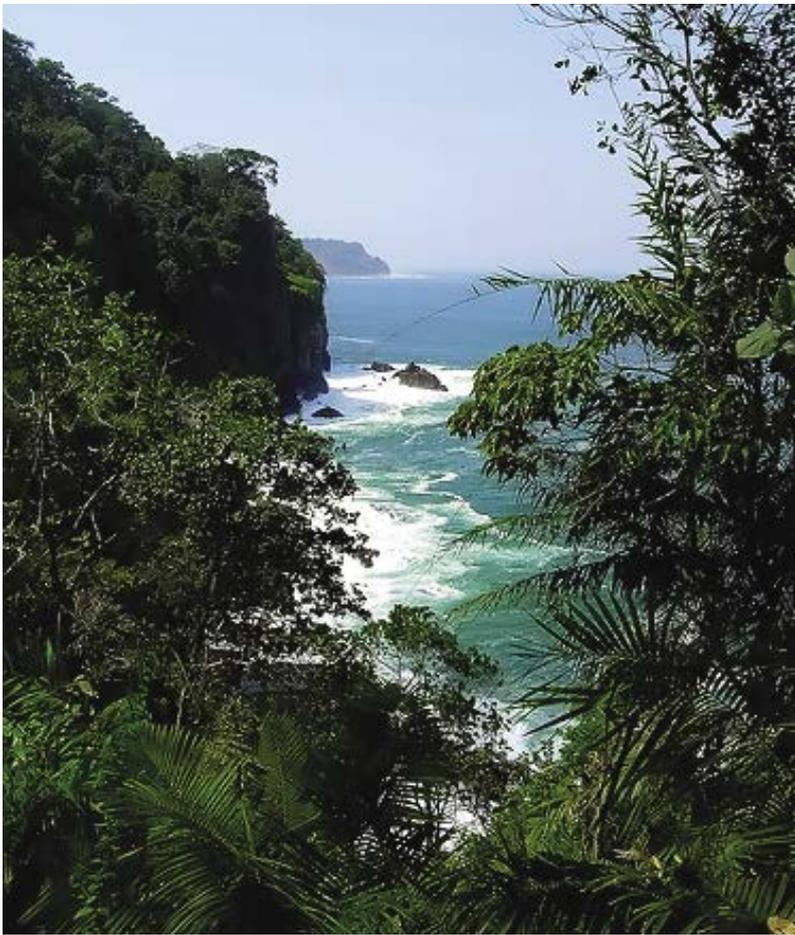
Benar-benar sebuah pemandangan menakjubkan yang membuat saya rela seandainya waktu berhenti berdetak agar dapat menikmati keindahan ini lebih lama lagi

Sukamade, desa kecil dengan pantai seluas 3 km yang berjarak sekitar 97 km arah Barat Daya Kota Made, Banyuwangi memiliki nama besar di kancah konservasi penyu



ALL IMAGE: BANYUWANGI TOURISM





dunia. Lokasi ini kali pertama ditemukan tahun 1927 oleh Belanda. Kawasan yang dikelilingi perkebunan kopi, karet, serta perkebunan alam seluas 1.200 hektar tersebut menjadi salah satu tempat penangkaran penyu terbaik dari 9 penangkaran penyu lain yang ada di negara kita.

Penyu yang paling sering mendatangi pantai Sukamade untuk bertelur adalah Penyu Hijau (*Chelonia mydas*), sedangkan tiga jenis lainnya yang suka mengunjungi pantai seluas 3km ini adalah: Penyu Lekang (*Lepidochelys olivacea*), Penyu Sisik (*Eretmochelys imbricata*), dan Penyu Belimbing (*Dermochelys coriacea*).

### Extra Effort

Butuh tenaga dan persiapan ekstra memang untuk dapat menyaksikan keajaiban alam Sukamade, jalan berbatu, sungai setinggi lutut, adalah beberapa tantangan yang akan Anda temui selama perjalanan. Untuk sampai ke sana, dari Banyuwangi Anda bisa mengambil jalan menuju Pesanggrahan yang berjarak 60 km, kemudian berbelok ke Sarongan sekitar 20 km.

Sepanjang jalan, hijaunya hutan tropis yang meneduhkan akan mengiringi sepanjang perjalanan



Anda. Melewati Sarongan perjalanan dilanjutkan ke Rajegwesi.

Siapkan kamera karena Pantai Rajegwesi siap menjadi latar untuk mengabadikan momen liburan tak terlupakan di sini. Pantai Rajegwesi adalah pantai yang akan menyapa Anda sebelum sampai ke Sukamade. Hamparan pasir putih tampak serasi dengan birunya laut berhiaskan ombak yang bergulung dan terhempas di tepian. Pelipur lelah yang mujarab usai melalui perjalanan yang cukup melelahkan.

### Road to Serenity

Puas mengabadikan bentang alam Rajegwesi, perjalanan menuju Sukamade akan semakin menantang. Jalan berbatu terjal dan tanah liat sepanjang 15 km dari Rajegwesi ke Sukamade menanti untuk dilalui. Hati-hati melintas di sini karena terkadang ada beberapa ruas jalan yang menyempit karena tanah longsor. Selanjutnya ada 4 sungai besar dan 3 sungai kecil yang harus dilalui. Menurut penduduk, bila musim hujan tiba beberapa sungai tersebut meluap sehingga membuat kendaraan tidak bisa lewat. Satu-satunya jalan adalah menyeberang memakai rakit.

Siap-siap dikejutkan dengan keindahan berikutnya yaitu Teluk Hijau yang tampak seperti zamrud raksasa dari atas. Untuk melihat lebih dekat hamparan air laut berwarna hijau segar tersebut, di tersedia jalur berupa tangga kecil yang cukup curam untuk menuju ke Teluk Hijau. Hati-hati saat melangkah, terutama bila Anda berkunjung di musim hujan. Tangga darurat ini akan sangat licin dan butuh konsentrasi ekstra agar Anda tidak terpeleset. Dari sini Pantai Sukamade sudah tak jauh lagi.

Sebagai pilihan tempat beristirahat Anda bisa menginap di *cottage* yang tersedia di sekitar pantai, atau bermalam di *camping ground* sembari menghangatkan malam dengan bara api unggun.



### Turtle Time!

Sekalipun sepanjang bulan ada penyu yang singgah untuk bertelur, namun saat terbaik untuk ke sana adalah sekitar bulan Mei-Juli, karena ini adalah puncak musim penyu bertelur. Acara melihat penyu bertelur dimulai pada malam hari sekitar pukul 19.00 karena biasanya induk-induk penyu tersebut mulai mendarat di pantai pukul 19.30 lalu kembali ke laut pada pukul 24.00.

Penyu-penyu tersebut akan naik ke pantai pada saat matahari telah benar-benar tenggelam yaitu sekitar pukul 19.00 dan akan berada di pantai untuk bertelur sekitar 5 jam. Sekali bertelur mereka mampu menghasilkan 100 hingga 150 butir dalam semalam.

Dari bentangan hamparan pasir sepanjang 3 km, hanya sekira 700 meter di tengah saja yang selalu di datangi sebagai tempat favorit mereka. Namun ada juga penyu-penyu yang mendarat hanya untuk sekedar bercengkerama dengan penyu jantan. Dan pemandangan ini pun sangat sayang untuk dilewatkan.

Hati-hati saat mengamati induk penyu bertelur, karena bila mereka merasa terganggu, maka mereka akan menunda proses bertelur dan kembali ke laut.



Gangguan yang tidak mereka sukai adalah suara bising, gerakan yang mengagetkan, dan yang paling utama adalah cahaya. Rupanya penyu-penyu ini malu bila di lihat saat mereka sedang bertelur.

Di saat inilah campur tangan kita diperlukan untuk membantu penyu melindungi telur mereka dan menjaganya sampai menetas. Usai induk-induk bertelur, petugas penangkaran akan menggali semua telur dan memindahkan mereka ke tempat



penangkaran buatan. Selain lebih aman dari *predator* yang ingin menyantap telur penyu baru seperti babi hutan, anjing hutan, dan biawak, upaya ini juga sangat membantu mengamankan benih kehidupan tersebut dari tangan-tangan manusia yang ingin merusak habitat alam. Telur-telur penyu tersebut akan menjalani proses penangkaran selama 60-75 hari.

### Another Side of Sukamade

Selain mengamati penyu bertelur, masih banyak kegiatan mengakrabi alam lainnya yang bisa dilakukan di sini, salah satunya adalah ikut dalam kegiatan konservasi penyu dengan melepas “*tukik*” si bayi penyu mungil untuk mengenal samudra pertama kalinya. Selain itu banteng, macan tutul, kijang, dan berbagai jenis monyet adalah sederetan satwa yang menyebut Sukamade sebagai rumah. Mengamati keseharian mereka di alam liar adalah pengalaman lain yang bisa Anda nikmati di sini.

Bila tertarik dengan *bird watching*, kawasan hutan lindung TNMB juga menjadi tempat tinggal bagi kawanan burung merak, berbagai elang, rangkong, serta berbagai jenis burung langka lainnya. Bila sedang beruntung di sini Anda juga bisa melihat Bunga Raflesia, si bunga bangkai yang saat mekar penuh diameternya bisa mencapai diameter 40 cm lebih. Puas berjalan menyusuri hutan lindung, silakan rileks sejenak, sembari berkanon menyusuri hutan mangrove yang terletak di muara Timur Pantai Sukamade. Kicau burung, hijaunya vegetasi yang menyejukan, menjadi *little escape* yang pas untuk melonggarkan sejenak ketegangan serta melupakan kesibukan pekerjaan kantor.



# Sorry, We're Not Twins

Penyu dan kura-kura, walaupun sekilas tampak mirip dan sama-sama memiliki rumah (*karapas*) yang selalu dibawa ke mana-mana, ternyata satwa yang tampak seperti saudara kembar ini bila diperhatikan memiliki beberapa perbedaan. Lalu bagaimana cara membedakannya?

Kura-kura memiliki empat kaki bercakar, karena mereka hidup di dua alam dan kaki mereka benar-benar dipakai untuk berjalan di darat. Sedangkan penyu memiliki empat sirip menyerupai kaki yang mereka gunakan untuk berenang di laut, karena mereka termasuk hewan laut.

Dari segi ukuran fisik, penyu lebih besar dari kura-kura dan juga bulus. Penyu terberat memiliki panjang sampai 2 m dan berat hingga 900kg. Sedangkan kura-kura yang terbesar hanya bisa mencapai 130cm dengan berat 300kg. Untuk bulus ukurannya lebih kecil dari keduanya.

Kura-kura mampu menyembunyikan kepalanya dalam tempurung ketika merasa terancam, sedangkan penyu dan bulus tidak.

Kura-kura memakan tumbuhan sedangkan penyu dan bulus makan hewan laut.

Yang paling istimewa dengan penyu adalah, seekor penyu betina akan kembali ke tempat asal di mana dia ditetaskan dan mengenal pantai untuk pertama kalinya saat dia akan bertelur. Ke belahan bumi manapun dia berpetualang, saat akan bertelur dia akan kembali ke tempat asalnya.

*What a wonderful world...*





## DAFTAR DOKTER NATIONAL HOSPITAL

### SPESIALIS ANAK

#### PAEDIATRIC

dr. Darma Yudha Hostiadi., SpA  
dr. Gede Utomo, SpA  
dr. Silvester Hariwidodo D., SpA  
dr. Susanto, Msi Med., SpA

### SPESIALIS ANDROLOGI

#### ANDROLOGY

dr. Susanto Surya Atmatdja. MS., SpAnd (K)

### SPESIALIS BEDAH ANAK

#### PAEDIATRIC SURGERY

dr. Fendi Matulatan, SpBA

### SPESIALIS BEDAH DIGESTIV

#### DIGESTIVE SURGERY

dr. Tomy Lesmana, SpB-KBD  
Dr. Vicky Sumarki B, dr, SpB-KBD

### SPESIALIS BEDAH PLASTIK

#### PLASTIC SURGERY

dr. Tjandra Purnawan, SpBP - RE

### SPESIALIS BEDAH SARAF

#### NEUROLOGY SURGERY

dr. Achmad Fahmi, SpBS  
dr. Agoes Turchan, SpBS  
dr. Wihasto Suryaningtyas, SpBS

### SPESIALIS BEDAH UMUM

#### SURGERY

dr. Alexander Surya Agung, SpB  
dr. Barmadisatrio, SpB  
dr. Lewis Lie, SpB  
dr. Welly Budi Santosa, SpB

### SPESIALIS BEDAH UROLOGI

#### UROLOGY SURGERY

dr. Edwin Ongkorahardjo, SpU  
DR., Dr., Wahjoe Djatisoesanto, SpU

### SPESIALIS GIGI

#### DENTISTRY

drg. David Buntoro Kamadjaja, MDS, SpBM  
drg. Fatmawati Ali  
drg. Imelda F. Anggriawan SpKGA  
drg. Jeanny Kathleen Hartini

### SPESIALIS JANTUNG

#### CARDIOLOGY

dr. Andrianto., SpJP., FIHA  
dr. I. Gde Rurus Suryawan., SpJP (K), FIHA  
dr. Johannes Nugroho Eko P., SpJP (K), FIHA  
dr. Widyawan Priyo P., Sp. JP

### SPESIALIS KEBIDANAN & KANDUNGAN

#### OBSTETRIC AND GYNAECOLOGY

Dr. dr. Amang Surya Priyanto., SpOG, F-MAS  
dr. Eston Aryawan Hadibrata, SpOG  
dr. Frans O.H Prasetyadi, SpOG (K)  
dr. Hendera Henderi, SpOG  
dr. Muhammad Ilham A. Akbar, SpOG  
dr. R. A. Sita Daniswati, SpOG  
dr. Widjaja Indrachan, SpOG  
dr. Yunnanto Yosediputro, SpOG

### SPESIALIS KULIT & KELAMIN

#### DERMATOLOGIST

dr. Djoni Pandapotan Sirait, SpKK  
dr. Ni Putu Ary W. MKes. SpKK  
dr. Novita Damayanti, SpKK

### SPESIALIS MATA

#### OPHTHALMOLOGIST

dr. Anton Subhyakto, SpM  
dr. Syenny Budi Handoko, SpM, Msc

### SPESIALIS PARU - PARU

#### PULMONOLOGY

dr. Farida Angraini Soetedjo, SpP  
dr. Ignatius H. Handoko Tanuwijaya, SpP

### SPESIALIS PENYAKIT DALAM

#### INTERNIST

dr. Dewanto Tedjopranoto, SpPDr  
Dr. Hans Tandra, SpPD, KEMD, PhD.  
dr. Sukendro Sendjaja, Msc., SpPD  
dr. Wahyunugroho Loka, SpPD

### SPESIALIS SARAF

#### NEUROLOGY

dr. Agoes Willyono, SpS  
dr. Biati Widjaja, SpS  
dr. Dian Maria Pia SpS  
Prof. dr. Djoenaidi W., PhD., SpS (K), SpKJ

### SPESIALIS T H T

#### OTORHINOLARYNGOLOGIST

dr. Antonius Harijanto Widjaja, SpTHT-KL  
dr. Budi Sutikno, SpTHT-KL  
dr. Dendy Hamdali, SpTHT  
dr. Ursula Yudith Sawitri, SpTHT-KL

### SPESIALIS TULANG & TRAUMATOLOGI

#### ORTHOPEDY AND TRAUMATOLOGY

dr. Nario Gunawan, SpOT  
dr. Stephanus Hendrata D., SpOT  
dr. Taufin Warindra, SpOT  
dr. Teddy Heri W, SpOT

### INSTALASI GAWAT DARURAT

#### EMERGENCY

dr. Aldrich Kurniawan Liemarto  
dr. Christina Maria Oentiono  
dr. Maria Evie Isyanti Budisantosa  
dr. Pinkan Devyantary Wohon  
dr. Rovi Anggoro  
dr. Teddy Goenawan  
dr. Theodora Perdanawati Yusuf

### RADIOLOGI

#### RADIOLOGY

dr. Fransisca Notopuro., SpRad  
dr. Paulus Rahardjo., SpRad (K)  
dr. Sianny Suryawati., SpRad  
dr. Sri Andreani Utomo., SpRad (K)

### PSIKIATRI

#### PSYCHIATRY

dr. Erikavitri Yulianti., SpKJ  
dr. Margarita M.Maramis., SpKJ (K)

Emergency  
031-2975 788

committed to serve



- MRI, CT, CathLab, X-Ray
- Ultrasound
- Patient Monitor
- Defibrillator
- ECG, CTG, Holter
- Treadmill

STERIS®



- Sterilizer
- Washer/Disinfectant
- Surgical Table
- Surgical Light
- Equipment Management
- ScrubStation

visit us at : [www.bercaniaga.co.id](http://www.bercaniaga.co.id)



**PT BERCA INDONESIA**

Jl. Kutai 24  
Surabaya 60241  
Telp: (031) 5674477  
Fax: (031) 5677118

Supported By:

