



# **INDONESIAN HEART ASSOCIATION**

**Pengurus Pusat Perhimpunan Dokter Spesialis Kardiovaskular Indonesia**

HEART HOUSE, Jl. Katalia Raya No. 5, Kota Bambu Utara, Palmerah

Jakarta Barat 11430 – INDONESIA

Phone: (62)(21) 5681149, 5684220; Fax : (62)(21) 5684220;

E-mail :secretariat@inaheart.org, website:www.inaheart.org



## **Press Release, 29 September 2020 – World Heart Day PERKI**

### **Hari Jantung Sedunia “World Heart Day” Tahun 2020 Perhimpunan Dokter Spesialis Kardiovaskular Indonesia ( P E R K I )**

Pandemi COVID-19 telah menyoroti profesi kedokteran dan kesehatan, sistem kesehatan nasional, tanggung jawab individu, penyedia lapangan pekerjaan, fasilitas publik, sekolah dan lingkungan masyarakat dalam semua aspek kehidupan untuk menghadapi pandemic Covid-19. Pandemi Covid-19 yang tidak menentu sampai kapan berakhir, jumlah kasus Covid-19 terkonfirmasi semakin bertambah jumlahnya dan angka kematian yang terus meningkat. Diketahui bahwa 50% pasien yang dirawat di RS dengan Covid-19 memiliki penyakit penyerta atau komorbid dan 50% diantara penyakit penyerta tersebut adalah penyakit kardioserebrovaskular. Covid-19 dengan penyakit kardiovaskular yang dirawat diruang intensif mengalami kematian hingga 10,5 persen.

Sampai saat ini penyakit kardiovaskular masih menjadi ancaman dunia (*global threat*) dan merupakan penyakit yang berperan utama sebagai penyebab kematian nomor satu di seluruh dunia. Data Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menyebutkan, lebih dari 17 juta orang di dunia meninggal akibat penyakit jantung dan pembuluh darah. Sedangkan sebagai perbandingan, HIV / AIDS, malaria dan TBC secara keseluruhan membunuh 3 juta populasi dunia. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, angka kejadian penyakit jantung dan pembuluh darah semakin meningkat dari tahun ke tahun. Setidaknya, 15 dari 1000 orang, atau sekitar 4,2 juta individu di Indonesia menderita penyakit jantung.

Penyakit Kardiovaskular juga paling sering menyerang kelompok usia produktif, sehingga angka kesakitan dan kematiannya menyebabkan beban ekonomi dan sosial cukup besar terhadap masyarakat. Perhimpunan Dokter Spesialis Kardiovaskular Indonesia (PERKI), yang berdiri sejak 1957, adalah wadah organisasi profesi Dokter Spesialis Jantung dan Pembuluh darah (Sp.JP) di Indonesia, yang selalu berperan aktif dalam gerakan mengatasi penyakit kardiovaskular di Indonesia, mulai dari pencegahan penyakit hingga tatalaksana intervensi jantung termutakhir, mulai dari penyakit jantung sejak bayi hingga penyakit jantung dewasa.

Hari Jantung Sedunia (*World Heart Day*) adalah platform peningkatan kesadaran terbesar untuk kesehatan kardiovaskular dan tahun ini terutama difokuskan bagaimana menjaga kesehatan jantung ditengah pandemik dengan menjalankan protokol kesehatan pencegahan penularan Covid-19. Melakukan pencegahan penyakit kardiovaskular dari diri pribadi secara sendiri maupun secara berkelompok dalam kegiatan masyarakat di tengah Pandemi dengan membuat memastikan hal-hal sebagai berikut:

1. Bertanggung jawab pada diri kita dan orang sekitar kita untuk mematuhi protokol kesehatan pencegahan Covid-19 yaitu : Jaga jarak, gunakan masker dan cuci tangan
2. Memastikan kondisi tubuh fit dan cukup Istirahat
3. Mempertahankan aktifitas fisik dengan olahraga rutin dan teratur, menyediakan waktu minimal 30 menit dengan frekuensi minimal 3x seminggu untuk berolahraga.
4. Konsumsi 5 porsi buah dan sayur setiap hari sebagai diet tinggi serat



# **INDONESIAN HEART ASSOCIATION**

**Pengurus Pusat Perhimpunan Dokter Spesialis Kardiovaskular Indonesia**

HEART HOUSE, Jl. Katalia Raya No. 5, Kota Bambu Utara, Palmerah

Jakarta Barat 11430 – INDONESIA

Phone: (62)(21) 5681149, 5684220; Fax : (62)(21) 5684220;

E-mail :secretariat@inaheart.org, website:www.inaheart.org



5. Hindari polusi udara dan stop merokok
6. Tekanan darah sistolik diupayakan kurang dari 140 mmHg
7. Hindari obesitas dan makanan berkadar lemak tinggi. Kadar kolesterol LDL di upayakan kurang dari 113 mg/dl dan kadar kolesterol total kurang dari 190 mg/dl.
8. Bagi penderita penyakit jantung kronik seperti penderita gagal jantung kronik atau sindroma koroner kronik agar menggunakan layanan konsultasi online untuk kendali penyakit dan akses obat-obatan. Handari aktifitas berat yang mendadak pada penderita penyakit jantung kronik
9. Bayi dan anak-anak yang menderita penyakit jantung bawaan (PJB) agar dijaga kebersihan makanan, dirinya dan lingkungan serta memastikan jadwal kontrol bertemu ahli jantung
10. Jangan tunda ke dokter atau Rumah Sakit jika didapati keluhan nyeri dada (angina) yang tidak hilang dengan istirahat, sesak nafas yang makin memberat, pingsan, biru serta jantung berdebar yang menetap.

Pada tahun 2020 ini PERKI telah berkomitmen bergabung Bersama dalam 5 organisasi profesi (PAPDI, PDPI, PERDATIN, IDAI, PERKI) untuk bersinergi dengan pemerintah dalam upaya penyusunan panduan tatalaksana Covid-19. Upaya pelayanan kesehatan jantung di era Covid-19 oleh anggota PERKI tidak akan berhenti dan akan terus dilakukan. Namun PERKI sangat prihatin dalam suasana menghadapi penyakit kardiovaskular di tengah pandemic Covid-19 ini mengalami batu sandungan dengan terbitnya PMK No.24 tahun 2020. Hemat kami PMK No.24 tahun 2020 ini akan berdampak sangat luas bagi kualitas pelayanan kesehatan bagi masyarakat dan berpotensi terjadi friksi dan benturan antar sesama pemberi asuhan pelayanan pasien di RS.

Semoga dalam momen hari jantung sedunia tahun 2020 ini semua hambatan dan batu sandungan dalam geliat penanggulangan penyakit kardiovaskular dan perlawanan terhadap Covid-19 di era pandemi ini dapat dilalui bersama dengan baik dengan kerjasama semua pihak.

*Use ❤️ to beat cardiovascular disease  
Keep your heart safe during pandemic*

Dr. dr. Isman Firdaus Sp.IP (K), FIHA, FAPSIC, FAsCC, FESC, FACC, FSCAI  
Ketua Umum PP PERKI