



BUANG Obat dengan Benar

Bila obat telah kadaluwarsa atau rusak maka obat tidak boleh diminum, dan perlu dibuang.

Jangan buang secara sembarangan, agar tidak disalahgunakan.

Berikut cara membuang obat dengan benar:

1. Pisahkan isi obat dari kemasan.
2. Lepaskan etiket dan tutup dari wadah/ botol/tube.
3. Buang kemasan obat (dus/blister/strip/ bungkus lain) setelah dirobek atau digunting.
4. Buang isi obat sirup ke saluran air (jamban) setelah diencerkan. Khusus sirup Antibiotik, masukkan ke dalam plastik dan diencerkan air atau campur dengan tanah, kemudian buang ke tempat sampah.
5. Obat tablet dihancurkan lebih dulu, kapsul dibuka dan isinya dituangkan ke dalam plastik, dicampurkan air atau tanah, kemudian buang ke tempat sampah.
6. Gunting tube salep/krim terlebih dulu dan buang terpisah dari isinya ke tempat sampah.

DAGUSIBU



DAPATKAN Obat dengan Benar



GUNAKAN Obat dengan Benar



SIMPAN Obat dengan Benar



BUANG Obat dengan Benar

Pustaka:

1. Buku Saku Cara Penggunaan Obat, 2015, Ditjen Binfar dan Aikes, Kemenkes RI, Jakarta
2. [https://gudangilmu.farmasetika.com/apoteker-bantu-](https://gudangilmu.farmasetika.com/apoteker-bantu-masyarakatmelaluigerakankeluargasadarobatdenganDAGUSIBU)

masyarakatmelaluigerakankeluargasadarobatdenganDAGUSIBU

Kesehatan menjadi tanggung jawab bersama, marilah kita lebih peduli terhadap penggunaan obat-obatan yang benar dimulai dari keluarga tercinta dengan

DAGUSIBU



DAPATKAN



GUNAKAN



SIMPAN



BUANG

OBAT



RUMAH SAKIT
PUSAT OTAK
NASIONAL



IKATAN
APOTEKER
INDONESIA

DAPATKAN Obat dengan Benar



Saat mendapatkan obat, perhatikan:

- Obat dalam kondisi baik, utuh, dan tersegel
- Label kemasan terdiri dari nama, dosis, komposisi, indikasi, cara penggunaan efek samping, dan kotraindikasi
- Tanggal kadaluwarsa jelas terbaca
- Terdapat nomor ijin registrasi dan logo golongan obat



HINDARI INTERAKSI OBAT YANG MERUGIKAN

Susu

kenapa Susu? Karena susu dapat menghambat penyerapan antibiotik dalam tubuh, contohnya tetrasiklin, siprofloksasin, dan ofloksasin.

Kopi

Kandungan kafein pada kopi dapat meningkatkan efek samping obat, seperti rasa gugup, gangguan tidur, dan peningkatan denyut jantung.

Contoh obatnya: antiasma (Albuterol dan teofilin) dan Obat-obat yang dapat merangsang susunan saraf pusat seperti klozapin.

Teh

Teh mengandung senyawa tannin yang dapat mengikat zat besi dan beberapa obat seperti efedrin dan kolsikin, akibatnya dapat menghambat proses penyerapan obat dalam tubuh, selain itu teh juga mengandung kafein.

Alkohol

wajib dihindari, sampaikan kepada dokter/apoteker jika sebelumnya mengonsumsi alkohol

SIMPAN Obat dengan Benar

- Agar obat tidak rusak, simpan sesuai petunjuk pemakaian pada kemasan
- Kebanyakan obat tidak boleh terpapar sinar matahari secara langsung
- Simpan di tempat tertutup dan kering, atau sesuai petunjuk yang tertera



Simpan ditempat yang aman dari jangkauan anak-anak



Simpan obat dalam kemasan asli dan wadah tertutup rapat, Label jangan dilepas karena berisi aturan pemakaian



Suhu penyimpanan obat:

a. 2-8°C, artinya obat disimpan dalam lemari pendingin, bukan di dalam freezer.

b. 15-30°C atau 25-30°C, artinya disimpan pada suhu ruangan biasa, bukan di dalam lemari pendingin (kulkas).

Tidak boleh terlalu panas, misalnya di dekat jendela atau



GUNAKAN Obat dengan Benar

Tidak menggunakan obat orang lain meski gejalanya sama

Tanyakan ke Apoteker untuk informasi penggunaan obat yang lebih lengkap



Tepat waktu



Obat bebas dan bebas terbatas tidak digunakan terus menerus, jika sakit berlanjut, hubungi dokter

Gunakan obat sesuai cara penggunaannya



Untuk ibu hamil dan menyusui, tanyakan obat yang sesuai



Habiskan antibiotik

Hindari Potensi Efek Samping Obat

Sampaikan Hal ini Ketika Konsultasi ke Dokter

atau Membeli Obat di Apotek:

1. Pernah mengalami alergi atau reaksi yang tidak diinginkan terhadap obat-obatan tertentu.
2. Sedang melakukan pola diet tertentu seperti diet rendah garam, rendah gula, atau senyawa lain.
3. Sedang Hamil atau Menyusui
4. Sedang mengonsumsi obat-obat lain.

Hanya di sarana kefarmasian yang resmi seperti:



Apotek



Rumah sakit/
klinik/
Puskesmas



Supermarket/
toko obat

Ada 4 Golongan Obat, Yaitu:



- Bisa diperoleh tanpa resep dokter
- Obat dijual bebas di pasaran

OBAT BEBAS



- Obat keras yang dapat diperoleh tanpa resep dokter
- Terdapat tanda perhatian/peringatan pada kemasan

OBAT BEBAS TERBATAS



- Obat hanya dapat diperoleh dengan resep dokter
- Obat hanya tersedia di Rumah Sakit dan Apotek

OBAT KERAS DAN PSIKOTROPIKA



- Obat hanya dapat diperoleh dengan resep dokter
- Penggunaan obat diawasi dengan ketat
- Obat dapat menimbulkan ketergantungan

NARKOTIKA