

# Kodim 0209/LB Melaksanakan Penyuluhan Kesehatan Hipertensi Bagi Personel

Redaktur LB - [LABUHANBATU.UPDATES.CO.ID](http://LABUHANBATU.UPDATES.CO.ID)

Jun 30, 2024 - 23:26



*Kasdim 0209/LB Mayor Inf S.H.Tanjung Membuka Kegiatan Penyuluhan Kesehatan Hipertensi*

LABUHANBATU - Hipertensi atau tekanan darah tinggi sering disebut sebagai "silent killer" karena sering kali tidak menunjukkan gejala sampai menyebabkan komplikasi serius.

Penderita hipertensi perlu memantau tekanan darah mereka secara teratur dan mengikuti saran serta pengobatan dari dokter untuk menjaga tekanan darah tetap terkendali, penderita hipertensi dapat mengambil langkah nyata untuk

mengendalikan tekanan darah mereka dan menjaga kesehatan jantung. Mengingat urgensi tersebut, Letkol Inf Yudy Ardiyan Saputro, S.I.P. Dandim 0209/Labuhanbatu sebagai bentuk perhatian akan pentingnya kesehatan seluruh personel dan PNS Kodim 0209/Labuhanbatu memerintahkan personelnnya untuk hadir dan memahami materi penyuluhan kesehatan hipertensi oleh Polkes 01.09.03/LB pada Kamis (27/6/ 2024).



Kegiatan ini dilaksanakan dengan Narasumber dr. Ayu Soraya Lubis di Aula Manunggal Kodim 0209/Labuhanbatu mulai pukul 08.30 WIB sampai dengan selesai.

Penyuluhan ini diikuti oleh Kasdim 0209/Labuhanbatu Mayor Inf S.H.Tanjung dan seluruh personel dan PNS Kodim 0209/Labuhanbatu. Terlihat juga Lettu Ckm Suyanto Ka.Polkes 01.09.03/LB juga turut mendampingi jalannya acara bersama personel dan PNS Polkes 01.09.03/LB lainnya.

Para peserta diberi materi dan pemahaman seputar pencegahan dan pengendalian hipertensi. Dalam kesempatan tersebut, dr. Ayu Soraya Lubis menyampaikan bahwa Hipertensi tidak memandang usia, penderita Hipertensi bisa dialami usia muda bahkan lansia. Penting bagi kita mulai memperhatikan pola konsumsi garam, gula, dan lemak termasuk perilaku merokok. Tekanan darah tinggi dapat menyebabkan komplikasi yang akarnya berada di gaya hidup sehari-hari.



Penyuluhan yang berlangsung selama dua jam tersebut disambut baik seluruh peserta penyuluhan. Kesempatan sesi tanya jawab yang diberikan oleh pembawa acara mengundang reaksi pertanyaan yang dilontarkan peserta dan saling terintegrasi sehingga timbul diskusi yang menarik.

Letkol Inf Yudy Ardiyan Saputro, S.I.P berharap dengan terselenggaranya kegiatan Penyuluhan ini dapat memberikan dorongan khususnya personel Kodim 0209/Labuhanbatu untuk menjaga kesehatan mereka dengan lebih baik. Sebab hipertensi dapat menyebabkan penyakit komplikasi serius yang diantaranya penyakit jantung, gangguan serebral (otak), stroke, penyakit ginjal, kerusakan retina, gangguan saraf, penyakit pembuluh darah.

**MENCEGAH LEBIH BAIK DARIPADA MENGOBATI.** Jadilah dokter bagi diri sendiri karena kita yang tahu bagaimana kondisi kesehatan kita.