

# DA GU SI BU

**DAPATKAN, GUNAKAN, SIMPAN, dan BUANG**  
Obat Dengan Baik Dan Benar  
Agar Kamu & Orang Lain Tidak Jadi  
Korban Obat Kedaluwarsa

Disusun dan dikompilasi oleh :  
Tim PKM Akademi Farmasi Surabaya

Erlyn Dwi Cahyani, Sulfa Putri, Deby Nanda Tri Widia, Tiara Sri Dewi,  
Izzatul Ma'rifah, Ninda Alfia Nini, Raissa Atholah Manda, Nina Yurzaq,  
Rianalike Hartanti, Yeni Melina, Rhezita Tri Oktaviana

Pembimbing :  
Apt. Rahmad Aji Prasetya, M.Sc.

# DA GU SI BU

**DAPATKAN, GUNAKAN, SIMPAN, dan BUANG**  
Obat dengan baik dan benar



**Ayo Kenali DAGUSIBU Obat !!**  
**Agar Kamu & Orang Lain Tidak Jadi**  
**Korban Obat Kedaluwarsa**

# DAPATKAN OBAT DENGAN BAIK DAN BENAR

Belilah Obat di Apotek untuk menjamin keaslian obat dan mendapatkan informasi obat yang jelas.



## TIPS MENDAPATKAN OBAT DENGAN BENAR :

- ✓ Perhatikan Penggolongan Obat
- ✓ Perhatikan peringatan yang ada di brosur dan kemasan obat
- ✓ Perhatikan Tanggal Kedaluwarsa Obat

## PENGGOLONGAN OBAT :

### OBAT KERAS

Pembelian dengan resep dokter  
Harus dibeli di Apotek



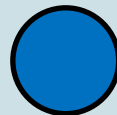
### OBAT BEBAS

Bisa dibeli tanpa resep dokter  
Bisa dibeli di Apotek dan toko obat berijin



### OBAT BEBAS TERBATAS

Bisa dibeli tanpa resep dokter  
Bisa dibeli di Apotek dan toko obat berijin

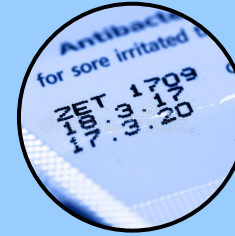


## TANDA PADA OBAT BEBAS TERBATAS

P. No. 1 Awasi Obat Keras Baca aturan pakai	P. No. 2 Awasi Obat Keras Hanya untuk kumur
P. No. 3 Awasi Obat Keras Hanya untuk bagian luar	P. No. 4 Awasi Obat Keras Hanya untuk dibakar
P. No. 5 Awasi Obat Keras Tidak boleh ditelan	P. No. 6 Awasi Obat Keras Obat Wasir Jangan ditelan



# CIRI - CIRI OBAT YANG RUSAK



Obat telah melewati masa kedaluwarsa (expired)

Untuk kapsul lunak yang telah rusak, ditandai dengan perubahan warna dan bentuk seperti contoh di gambar



Untuk tablet atau kaplet yang rusak, ditandai dengan perubahan bentuk atau warna atau munculnya bintik pada tablet atau kaplet

Untuk obat seperti tetes mata, hidung, atau telinga yang sudah terbuka lebih dari beberapa bulan, sebaiknya tidak dipakai



Obat dengan kemasan yang sudah rusak atau terbuka dalam waktu lama sebaiknya tidak dikonsumsi



# BUANG

## OBAT DENGAN BAIK DAN BENAR

Konsultasikan dengan APOTEKER di Apotek untuk mengetahui cara membuang obat dengan benar.



### TIPS MEMBUANG OBAT

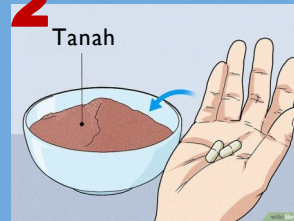
1



Hilangkan semua label dari wadah obat

Untuk kapsul, tablet atau obat dengan bentuk padat lainnya, hancurkan dahulu dan campur obat tersebut dengan tanah.

2



3



Obat yang sudah dihancurkan dan sudah dicampur dengan tanah, selanjutnya dimasukkan plastik dan dibuang ke tempat sampah

Untuk obat dengan bentuk cair, cairan dibuang pada kloset. Sedangkan botol atau wadah obat dibuang ke tempat sampah.

4



**! Intinya Obat Harus Dimusnahkan Dan Tidak Tersisa !**

# GUNAKAN

## OBAT DENGAN BAIK DAN BENAR

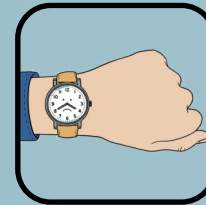
Konsultasi dengan APOTEKER di Apotek agar dapat menggunakan obat dengan benar.



### SEBELUM MENGGUNAKAN OBAT

- ⇒ Pastikan obat yang digunakan sudah betul.
- ⇒ Pastikan obat masih baik
- ⇒ Baca peringatan dalam kemasan
- ⇒ Pastikan apakah obat bisa langsung digunakan atau ada cara tertentu yang harus dilakukan sebelum mengkonsumsi obat.
- ⇒ Gunakan obat dengan benar

### TIPS MENGGUNAKAN OBAT



**Minum Obat sesuai waktu**



**Gunakan obat sesuai aturan pakai**



**Apabila anda hamil atau menyusui. Tanyakan obat yang sesuai**

# CARA PAKAI OBAT TETES MATA



Cuci tangan dengan sabun sampai bersih

Pastikan obat yang akan dipakai dalam kondisi baik dan tanggal kedaluwarsa yang masih lama



Kocok botol terlebih dahulu sebelum digunakan

Buka tutup botol tanpa menyentuh ujung pipet botol, untuk menghindari kontaminasi pada obat



Kelopak mata ditarik ke bawah sampai membentuk "parit". Teteskan obat pada pada parit tersebut.  
\*untuk anak-anak teteskan obat pada bagian pelupuk mata

Bila ada 2 macam tetes mata, gunakan dengan selisih penetesan 5 menit. Antara obat satu dengan lainnya



Tutup botol tanpa menyentuh ujung pipet botol untuk menghindari kontaminasi pada obat

Simpan obat di tempat yang terhindar dari paparan sinar matahari atau pada lemari es bagian pintu



# SIMPAN OBAT DENGAN BAIK DAN BENAR

Konsultasi dengan APOTEKER di Apotek cara menyimpan obat. Karena setiap obat memerlukan cara penyimpanan yang berbeda



## TIPS MENYIMPAN OBAT



Baca aturan penyimpanan obat pada kemasan

Simpan dalam kemasan asli dengan etiket yang masih lengkap, untuk menghindari salah konsumsi obat



Perhatikan tanggal kedaluwarsa dan kondisi obat



Jauhkan obat dari paparan sinar matahari langsung, suhu lembab, suhu tinggi, bau menyengat, dan lainnya



Simpan di tempat yang aman dan jauh dari jangkauan anak-anak



# CARA PAKAI OBAT SUPPOSITORIA



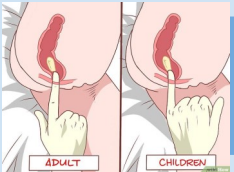
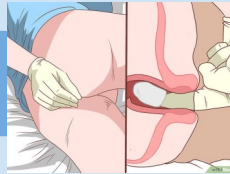
Cuci tangan dengan sabun sampai bersih

Bisa menggunakan sarung tangan sekali pakai atau langsung dengan tangan



Posisikan tidur miring dengan salah satu kaki ditekuk atau seperti posisi memeluk guling

Masukkan suppositoria dengan posisi ujung yang seperti peluru masuk ke dubur terlebih dahulu



Untuk penggunaan suppositoria pada anak-anak masukkan dengan menggunakan jari kelingking secara perlahan. Sedangkan untuk dewasa menggunakan jari telunjuk

Luruskan kaki dengan masih di posisi badan miring, lalu rapatkan pantat seperti pada gambar



Jika dirasa obat sudah masuk ke saluran dubur dan tidak keluar kembali, tunggu beberapa saat hingga obat bekerja



Cuci tangan hingga bersih dengan sabun



# CARA PAKAI OBAT SALEP MATA

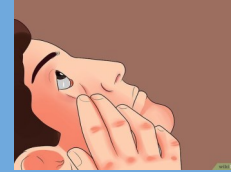


Cuci tangan dengan sabun sampai bersih

Buka tutup tube salep mata dengan tanpa menyentuh pipet ujung tube



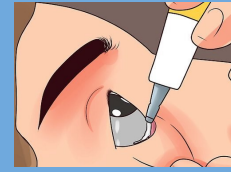
Posisikan kepala mendongak ke atas dan sedikit tarik kelopak mata kebawah membentuk parit



Posisikan pipet tube sedekat mungkin dengan kelopak mata, untuk memudahkan penggunaan



Oleskan salep pada kelopak mata secara tipis-tipis dan merata dengan perlahan



Pejamkan mata dan tunggu beberapa saat hingga dirasa obat sudah meresap



Cuci tangan hingga bersih dengan sabun



# CARA PAKAI OBAT TETES TELINGA



Cuci tangan dengan sabun sampai bersih

Hangatkan obat sesuai suhu tubuh dengan menggendang botol obat selama beberapa menit



Apabila obat berbentuk suspensi maka kocok botol terlebih dahulu

Tarik daun telinga untuk melebarkan lubang telinga, dengan posisi kepala miring dan telinga yang akan ditetesi berada di atas



Untuk penggunaan tetes telinga pada anak-anak, untuk memudahkan bisa dengan memposisikan tidur tengkurap dengan posisi kepala miring

Teteskan obat tepat pada lubang tengah telinga



Jika dirasa obat sudah masuk ke saluran dubur dan tidak keluar kembali, tunggu beberapa saat hingga obat bekerja



Posisikan kepala tetap miring selama beberapa saat sampai dirasa obat telah merasuk



# CARA PAKAI OBAT TETES HIDUNG



Cuci tangan dengan sabun sampai bersih

Bersihkan hidung dengan menghembuskan udara keluar dari hidung dengan pelan



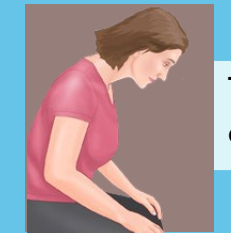
Posisikan kepala mendongak ke atas dengan sedikit ke belakang sambil duduk atau berbaring



Teteskan obat dengan posisi pipet tetes sedekat mungkin dan tepat tengah lubang hidung



Tundukkan kepala dalam posisi duduk dengan sedikit membungkuk



Gerakkan kepala ke kiri dan kanan beberapa kali selama beberapa saat



Cuci tangan hingga bersih dengan sabun

