

Akademi Farmasi Surabaya Bersama Dinas Kesehatan Kota Surabaya Berbagi Manfaat Makanan Dan Minuman Probiotik Kepada Para Lansia

17 Oktober 2022



Gambar 1. Dosen Akfar Berfoto bersama dengan peserta penyuluhan

Akademi Farmasi Surabaya melalui kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat yang dilakukan oleh para dosennya telah melaksanakan kegiatan penyuluhan “Olahan Probiotik Sebagai Pilihan Konsumsi Berkhasiat Untuk Masyarakat Lansia” bekerjasama dengan Dinas Kesehatan Kota Surabaya. Kegiatan ini dilaksanakan pada 6 Oktober 2022 di Lapangan Ketintang Wiyata VI, Surabaya.

Para lansia adalah golongan usia yang paling sering dihantui oleh penyakit degeneratif. “Penyakit degenartif merupakan gangguan dimana terjadinya penurunan fungsi atau kerusakan struktur tubuh yang terjadi secara bertahap” Ujar Bu Floreta Fiska Yuliarni, M.Si., dosen yang bertugas sebagai penyuluh. “Contoh dari penyakit degeneratif antara lain kolesterol, diabetes, katarak, glaucoma, arthritis, infeksi saluran kencing, stroke dan lain sebagainya” ujar Ibu Lailatus Sa’diyah,S.Pd., M.Si. melanjutkan keterangan dari Ibu Floreta. Penyakit degeneratif dipengaruhi oleh gaya hidup yang kurang seimbang serta seiring bertambahnya usia dan paling banyak dialami oleh para lansia.



Gambar 2. Pengecekan tekanan darah dan kadar gula darah acak

Kegiatan ini dihadiri oleh para lansia yang tergabung dalam paguyuban lansia setempat, yang dibina oleh Kader dan Puskesmas Gayungan Surabaya. Kegiatan diawali dengan pengecekan kesehatan yang terdiri atas cek tekanan darah dan tes kadar gula darah acak. Setelah itu peserta diarahka untuk mengikuti penyuluhan mengenai makanan dan minuman probiotik. Para peserta sangat antusias terhadap penyuluhan yang diberikan oleh dosen Akfar. Pertanyaan-pertanyaan mengenai materi penyuluhan diutarakan secara bergantian.

“Alhamdulillah para peserta sangat semangat dan antusias. Banyak peserta yang bertanya dan ingin tahu mengenai materi yang di bawakan oleh tim Akademi Farmasi Surabaya” ucap Ibu Hera, Kader Lansia setempat.



“Makanan dan minuman probiotik sangat baik dikonsumsi untuk lansia karena probiotik atau mikroba baik dalam makanan atau minuman tersebut dapat menjaga kesehatan saluran pencernaan para lansia. Selain itu makanan atau minuman probiotik diketahui mengandung kandungan yang lebih kaya dan baik yang mampu mengatur sistem imunitas serta meminimalisir risiko infeksi dalam tubuh serta menurunkan resiko penyakit degeneratif yang umumnya dialami oleh para lansia.” terang Ibu Kinanti Ayu Puji Lestari,S.Pd., M.Si. ketua kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Kegiatan ini diharapkan dapat memberikan wawasan baru bagi masyarakat khususnya lansia dan dapat dilaksanakan secara rutin dan berkelanjutan.