Media KIE

GAYA CELEBES

Edisi - 8 - 1998



≈ Catatan KLGI III 1997

≈ AIDS Line

≈ Pengetahuan PMS

Untuk Kalangan Sendiri

YAYASAN GAYA CELEBES

AusAID

Media KIE

GAYA CELEBES

Edisi - 8 - 1998

Diterbitkan oleh

YAYASAN GAYA CELEBES
AusAID

Pelaksana Redaksi

**Andi, Lita,
Sultan, Zulkifli, Ramli,
Azis, Sujadi**

Sirkullasi

Azis, Zulkifli, Sultan, Ramli

Alamat Redaksi

**Bumi Tamalanrea Permai
Jl. Kebahagiaan Utara I
Blok A No. 70
Ujung Pandang**

**PO BOX 1309
Ujung Pandang, 90013
Telp. (0411) 513-983**

Daftar isi

2 Aktifitas Gaya Celebes

4 Profil

6 Catatan KLGI III 1997

Pelatihan KIE HIV/AIDS Pada Kelompok Sesama di Denpasar - Bali, 21 - 23 November 1998

9 Puisi

10 Pengetahuan PMS

Pedoman Pengobatan Penyakit Menular Seksual

14 Cerpen

Lumpur-lumpur Cinta

17 Humoria

19 AIDSLine

Diare pada ODHA

23 Tes - IQ

Dari Redaksi

Setelah kurang lebih tujuh bulan kami tidak hadir di depan pembaca mania KIE Gaya Celebes , kini kami hadir lagi pada edisi kedelapan.walaupun badai krismon masih melanda Indonesia,kami berusaha menampilkan rubrik-rubrik yang lebih menarik demi kepuasan pembacamania KIE Gaya Celebes.Pada edisi kedelapan ini merupakan edisi spesial berhubung karena pada tanggal 11 Juli nanti Yayasan Gaya Celebes akan memasuki usianya yang ke 3 tahun,untuk itu kami dari redaksi mengucapkan terima kasih banyak atas kiriman kartu ucapan ultahnya serta surat-surat, fax yang kami terima begitupun saran kritikannya.. Pada edisi spesial ini tak lupa juga kami ucapkan terima kasih pada DKT Indonesia atas kerja samanya yang baik, dengan diterbitkannya stiker "KATAKAN... !!!TANPA SUTRA, ENGGAK LAH YAU...DENGAN SUTRA, OKELAH YAU



Tidak lupa juga kami ucapkan selamat dan sukses pada Gaya Dewata selaku tuan rumah penyelenggara KKLGI.III 1997 semoga KKLGI berikutnya dapat terlaksana. Semoga kerja samanya untuk masa mendatang bisa lebih sukses lagi. "Salam Solidaritas"



AKTIFITAS YAYASAN GAYA CELEBES

- 21-23 November 1997 — KKLGL.III 97 di Denpasar Bali.Pelatihan KIE,HIV/AIDS pada kelompok sesama.
- 03 Maret 1998 — Pertemuan Nasional LSM peduli AIDS pelaksana AusAID
- 01 Maret 1998 — Pelatihan KIE tahunan pelaksana PEMDA TK.I SUL-SEL.SEKWILDA TIM koordinasi KIE SULSEL
- 16 April 1998 — Semiloka penanggulangan PMS dan HIV/AIDS.pelaksana FIK LSM AusAID
- 6-7 Mei 1998 — Pelatihan pendidik sebaya dan relawan baru penyuluh HIV/AIDS &PMS
- 15 Mei 1998 — Pertemuan triwulan dan MALAM RENUNGAN AIDS NUSANTARA 1998.(Kobarkan nyala api,terangi setiap hati:berjuang mengakhiri epidemi AIDS).
- 2-4 Juni 1998 — Pelatihan manajemen organisasi nirlaba pelaksana FIK LSM AusAID.

- 2-12 juni 1998 — Penataran Managemen Organisasi nirlaba FIK LSM - AusAID.
- 26 - 30 Juni 1998 — Pelatihan pendampingan, monitoring & evaluasi FIK LSM - AusAID.
- 29 juni-4 juli 1998 — Study banding pengelolaan (managemen) sukartelawan & monitoring program di Yayasan Citra Usadha Indonesia Denpasar Bali.



Setialah dengan pasangan anda....!!!!!!!
Jangan mengumbar cinta dimana-mana



AIDS
ada di sekitar kita

Kover kita pada edisi ini adalah aktifis Yayasan Gaya Celebes yang bernama Sultan dan Adli. Keduanya aktif sebagai relawan sejak tahun 1993. Sultan sekarang berusia 27 tahun sedangkan Adli tujuh tahun lebih muda. Sebagai relawan Sultan banyak dibantu oleh Adli utamanya melakukan outreach di tempat FGD (Focus Group Discussion).



Jadi jangan heran dimana ada Sultan disitu ada Adli (Jangan salahh!!!).

Disamping selain aktif di Yayasan Gaya Celebes, keduanya masih aktif kuliah di Sekolah Tinggi yang sama. Ada satu hal yang tidak bisa dilupakan dari kedua relawan ini yaitu rasa kebersamaan yang tingi diantara keduanya baik urusan resmi maupun pribadi.

Sultan berada dibawah naungan bintang Capricornus sedang Adli Aquarius. Herannya keduanya cocok dalam sifat dan tingkah laku keseharian mereka sehingga sampai sekarang sudah dua tahun menjalani *"persahabatan erat"*.

Warna menunjukkan CINTA. Sultan sangat tertarik pada warna ungu begitupun Adli. Ungu menunjukkan rasa kasih sayang dan pengertian yang tulus serta rasa yang dalam bila keduanya menemukan kekasih yang dicintainya.

Cita-cita yang tinggi masih menjadi dambaan kedua relawan ini. Sultan menginginkan menjadi seorang ekonom yang handal sedangkan Adli sama juga. Rasanya keduanya punya banyak persamaan bahkan sampai cita-citanya pun sama. Sultan dalam hal prestasi tidak banyak menonjol sedangkan Adli tau yach.....

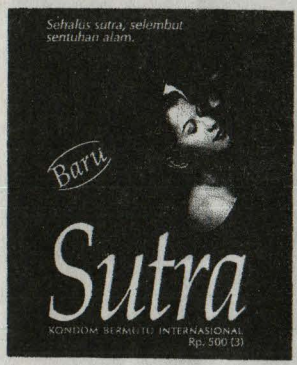
Banyak harapan yang disimpan Sultan dan Adli terhadap YGC, salah satunya semoga YGC dapat memberi arti untuk kelompok sasarannya dan dapat menjadi yayasan yang lebih bonafit di masa mendatang.

Untuk para relawan lainnya, ingatlah kata-kata ini : *"Jangan tanya apa yang Yayasan ini bisa berikan untuk kalian, tapi tanyakan apa yang dapat kalian berikan untuk kemajuan Yayasan kita ini"*, pesan Sultan diakhir wawancara.

Katakan,...!!!
Tanpa *Sutra*, Enggak Lah Yau...
Dengan *Sutra*, Oke Lah Yau...

Yayasan Gaya Celebes
Telp. (0411) 513983

Kerja sama



PELATIHAN KIE HIV/AIDS PADA KELOMPOK SESAMA DI DENPASAR BALI, 21-23 NOV 1997

By
Zulkifli
(Gaya Celebes)

Bertolak dari Ujung Pandang, melalui transportasi darat dan laut
Saya tiba di tempat tujuan, yang lebih dikenal orang sebagai pulau Dewata, dikota inilah saya mengikuti Pelatihan KIE HIV/ AIDS pada kelompok sesama
Bertempat pada salah satu hotel, semua peserta ngumpul bareng, dari sekian peserta pelatihan, terdiri dari berbagai daerah, yang mewakili organisasinya masing-masing, serta ada pula dari peserta individu, yang hadir pada acara tersebut, ada dari ***Gaya Semarang*** (*Semarang*), ***GISKA*** (*Kediri*), ***KAMA*** (*Malang*) ***LGS*** (*Yogya*), ***Lentera*** (*yogya*), ***Gaya Nusantara*** (*Surabaya*). ***Pandawa Lima*** (*Surabaya*) ***Gaya Dewata*** (*Bali*), serta penulis sendiri dari ***Gaya Celebes*** (*Ujung Pandang*), hadir pula tamu dari ***Amerika Serikat***, juga dari ***Australia***.

• *Hari Pertama*

Pelatihan diawali dengan per-kenalan dari tiap-tiap peserta kemudian dilanjutkan dengan membahas masalah, fisik, non fisik, seks dan seksualitas, kemudian pembagian koordinasi untuk tiap-tiap wilayah, serta di tutup dengan pembahasan mengenai struktur sub koordinasi yang hasilnya:

- Mengadakan rapat jaringan setiap tahun.
- Kongres diadakan apabila dipandang perlu.
- Pertemuan Regional diadakan sebelum rapat pertemuan tahunan.

• *Hari Kedua*

Saya ditemani rekan Budi dari Surabaya, kami berdua sebagai Fasilitator dan membawakan materi outreach, mengingat sangat pentingnya outreach pada kelompok sesama, maka Modul Workshop Outreach yang didiskusikan adalah:

- Tujuan outreach/peranan pekerja out-reach
- Prinsip-prinsip dasar out-reach
- Permasalahan di lapangan
- Permainan peran yaitu per-masalahan yang dialami petugas out-reach serta solusinya.

Oleh karena itu petugas out-reach mempunyai peranan yang sangat penting untuk mendukung kelompok sasaran supaya informasi membentuk perubahan. Kebiasaan-kebiasaan perilaku yang berjangka panjang pada seluruh kelompok sasaran (bukan hanya secara individu per individu), sehingga kelompok sasaran mampu mencegah pe-



ningkatan infeksi HIV baru

Hari ke tiga

Workshop Coming Out/ sex, seksualitas dan penyakit seksual

Hubungan golongan /entertainmen. Kemudian diakhiri hiburan pada malam kesenian sebagai acara puncak dan sekaligus pe-nutupan KLGI III 1998. Suasana terasa haru, disaat-saat kepulangan peserta, tiada lagi tawa canda, tiada lagi adu debat argumentasi, semua jadi hening, sepi, tinggallah bangunan hotel dan tempat persembahan jadi saksi bisu melepas kepergian peserta, selamat jalan teman- teman.

Samuel Pelitaong

Rina

si Waria Heboh

Rina yang pernah meraih waria terheboh adalah cover kita kali ini.

Rina selain aktif di YGC,waria terheboh ini masih mempunyai banyak kegiatan lain, Addo adalah nama pemberian kedua orang tuanya yang lahir pada tahun 1979 di kota Daeng. Biru dan Coklat adalah warna favoritnya sebagai jembatan mengarungi samudra cinta, Rina yang bertubuh sexy dengan berat badan 50 kg dan tinggi 156 cm demam dengan artis Naomi camble, ternyata cover kita heboh juga booo.....!!!!!

Dalam kesibukan sehari-hari ternyata Rina memberikan banyak bantuan pada YGC tapi dia merasakan adanya timbal-balik dari itu salah satunya seperti,sebelum aktif di YGC pengetahuan Rina tentang HIV/ASIDS & PMS masih samar-samar dengan aktifnya sekarang sudah OK (jangan salah). Jika anda tertarik untuk mengenal lebih jauh ataukah tertarik untuk bersahabat silahkan layangkan suratnya ke P O BOX 1309 Ujung Pandang so..... pasti deh dibalas



RINDU

Rinduku rindu waktu

Membengkak jadi nanah dalam penantian

Kata-kata dalam puisi makin membeku dalam benakku dan tak ingin ada kata menggugah rindu

Ingin kuremuk belulang jadi debu agar angin meniupkan sampai pangkal gairahmu

Durjana...

Kalamkan gemuruh laut tak sampai lampaui gemuruh dadaku...

NGIMKU

Kuingin jiwamu lurus seperti pedang para Nabi yang kau hujamkan di hatiku,dari darah yang menetes dari kepolosan

Akan menggenangi lembah dan ngarai agar tumbuh tunas-tunas baru

Semerbak harumnya menepis segala keraguan.

By Kevin



Pedoman Pengobatan Penyakit Menular Seksual

Penyakit Menular Seksual (PMS) tetap merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang penting di sebagian belahan dunia. Insiden PMS akut (parah) di negara bagian diyakini tinggi. Kegagalan dalam pemeriksaan serta mengobati PMS pada tahap awal dapat mengakibatkan terjadinya komplikasi yang serius dan berbagai gejala sisa yang meliputi infertilitas (kemandulan), janin lahir dengan berat badan rendah, infeksi neonatal (infeksi pada kehamilan) dan bayi. Disamping itu PMS menyebabkan pengeluaran dana yang sangat besar.

Adanya *human immunodeficiency virus* (HIV) dan *acquired immunodeficiency syndrome* (AIDS) telah memusatkan perhatian dunia kesehatan pada pemberantasan PMS. Sekarang telah jelas adanya hubungan yang erat antara penyebaran PMS konvensional dan transmisi HIV.meningkatkan resiko penularan HIV secara seksual.

Human immunodeficiency virus (HIV) dan *Acquired immunodeficiency syndrom* (AIDS) telah memusatkan perhatian dunia kesehatan pada pemberantasan PMS

Munculnya serta penyebaran infeksi HIV dan AIDS telah menimbulkan dampak yang penting pada penatalaksanaan dan pemberantasan PMS yang lain. Sebagai contoh pengobatan sifilis dapat

menjadi lebih sulit karena keadaan imunosupresi (penurunan kekebalan) yang disebabkan infeksi HIV yang menyertainya.

Selain itu kekebalan terhadap antibiotik dari beberapa parasit penyebab PMS makin meningkat, yang mengakibatkan regimen dan harga murah tidak efektif lagi.

Berbagai antibiotik baru (yaitu generasi ketiga sefalosporin dan fluoro kinolon) yang mampu mengobati infeksi oleh parasit yang telah kebal terhadap antibiotik muda didapat di Indonesia, namun mahal. Meskipun demikian pemakainannya harus tetap dipertimbangkan untuk menghindarkan akibat dari pemeriksaan yang tidak teliti yang mungkin menyebabkan timbulnya komplikasi, kekambuhan, meluasnya penyebaran serta terjadinya kekebalan.

- **Dasar Pemikiran Untuk Menetapkan Rekomendasi Pengobatan Standar**

Penanganan dari PMS adalah satu hal yang mendasar dari pemberantasan PMS karena hal ini akan mencegah terjadinya komplikasi dan gejala sisa, penurunan penyebaran penyakit dalam masyarakat dan memberikan suatu kesempatan yang khusus untuk melaksanakan pendidikan tentang pencegahan infeksi HIV. Pengobatan yang tepat pada pertemuan pertama dengan petugas kesehatan merupakan persyaratan kesehatan masyarakat yang penting dalam memberantas PMS.

Penggunaan pengobatan standar sangat dianjurkan

Pengobatan PMS harus memenuhi kriteria sebagai berikut: Efisiensi yang tinggi, Harga murah, toksisitas rendah, resistensi tidak mungkin terjadi atau terjadi lambat, Dosis tunggal, Tidak ada kontra indikasi untuk wanita hamil atau meyusui

untuk menjamin pengobatan yang cermat pada semua tingkat pelayanan kesehatan. Pengobatan standar tersebut memudahkan pula pelatihan dan supervisi petugas kesehatan, memperlambat berkembang kekebalan antibiotik terhadap agen penyebab PMS seperti Neisseria gonorrhoeae dan Haemophilus ducreyi (sifilis), dan merupakan salah satu faktor penting dalam pemakaian obat secara rasional.

Sesuai dengan anjuran WHO, maka perlu disusun suatu pedoman pengobatan PMS yang disesuaikan dengan kondisi di Indonesia.

- **Pentatalaksanaan Kasus**

Penatalaksanaan efektif dari penderita PMS tidak terbatas hanya pada pemberian antibiotik untuk memperoleh kesembuhan dan penurunan daya infeksi, namun ditujukan pula untuk menurunkan dan mencegah perilaku yang beresiko di kemudian hari dan menjamin bahwa pasangan seksual mendapat pula pengobatan yang tepat. Hal ini akan tercapai melalui:

- Diagnosis (pemeriksaan) yang tepat
- Pengobatan yang efektif
- Penyuluhan dalam menurunkan resiko dan pencegahan
- Promosi dan penyediaan kondom
- Melacak pasangan seksual dan mengobatinya
- Pemantauan klinik bila diperlukan

- **Pemilihan Obat**

Kebijakan yang terlalu ketat dengan memberikan obat yang kurang efektif pada pelayanan kesehatan tingkat perifer sedangkan obat-obat yang paling efektif yang biasanya lebih mahal hanya tersedia pada tingkat referal dapat menimbulkan angka kegagalan terapi yang tinggi, komplikasi dan meningkatnya rujukan, yang dapat mengurangi kepercayaan terhadap pelayanan yang diberikan. Kebijakan yang demikian tidak dianjurkan. Obat yang

dipakai untuk PMS pada semua fasilitas pelayanan kesehatan harus paling sedikit mempunyai efektivitas 95%. Kriteria untuk pemilihan obat terdapat di bawah ini:

Kriteria untuk pemilihan obat PMS

Obat yang dipilih untuk pengobatan PMS harus memenuhi kriteria sebagai berikut:

- Efisiensi yang tinggi
- Harga murah
- Toksisitas (kadar racun) dan toleransi yang dapat diterima
- Resistensi (kekebalan) tidak mungkin terjadi atau terjadi lambat
- Dosis tunggal
- Diberikan per oral (dimakan)
- Tidak ada kontra indikasi (efek sampingan) bila diberikan pada wanita hamil atau meyusui

Obat-obat yang diperlukan harus termasuk dalam Daftar Obat Esensial Nasional (DOEN), dan dalam memilih obat-obatan, keputusan tergantung pada kemampuan dan pengalaman petugas kesehatan.

Dikutip dari
PEDOMAN PENGOBATAN PENYAKIT MENULAR SEKSUAL
Departemen Ksehatan RI
Direktorat Jenderal PPM & PLP
1997

Info Pertemuan Bulanan



Pertemuan 3 bulanan akan dilaksanakan pada bulan Agustus 1998, pendaftaran pengisian acara terakhir awal Agustus 1998.

Lumpur lumpur cinta

by
Adli

Kota Balikpapan diselimuti asap akibat kebakaran hutan, semua masyarakat jadi panik dan takut oleh asap itu. Gugun pemuda yang sangat berbakat diolah vokal dan drama, menekuni bakatnya sejak anak-anak yang dididik oleh kedua orang tuanya. Sejak umur dua puluh empat tahun Gugun mulai mengenal dunia gay lewat pergaulan. Dalam lingkungannya ia sangat merasakan kebebasan, kebahagiaan bersama dengan teman-teman senasib.

Saat-saat malam telah tiba, hati Gugun saekan-akan ada dorongan untuk keluar hanya ingin bersua dengan teman-temannya. Gugun sangat bahagia dan enjoy selalu bersamanya, serasa tak ada masalah yang akan muncul dalam kehidupan masa depan.

Bulan Juni Gugun sangat merasakan kebahagiaan karena telah menemukan kekasih yang didambakan, ingin membangun rumah tangga yang kokoh dengan dasar pondasi cinta dihiasi dengan bunga-bunga asmara dan berpagar pohon cemara. Keindahan malam itu yang sangat dirindukan oleh Gugun telah terikat dalam hati sanubarinya. Serasa tak'kan terlupakan untuk selamanya.



Dalam kamar, Indra dan Gugun melamun diiringi lagu "My heart will go on-nya" Celine

Dion. Diakhir lagu Indra membuka percakapan "Gun... aku udah setahun di Kalimantan, kayaknya kepingin ke Ujung Pandang, bagaimana pendapatmu...?" Gugun hanya menatap wajah Indra. yang penuh pengharapan, karena cinta yang telah terbina lalu dititip dihati sanubari masing-masing, schingga Gugun menjawab "Bagaimana dengan aku sayang ...?", "Itulah yang aku risaukan, Bagaimana ...lu mau ikut atau diam aja di kota Kalimantan " jawab Indra."Kalau aku sih nggak mau pisah denganmu sebab tanpamu dunia ini terasa hampa". "Kalau gitu ikut aja ke Ujung Pandang biar kita menjalin rumah tangga yang kokoh ". itulah janji Indra kepada Gugun tetapi sesungguhnya dalam hati Indra tak ingin membawa Gugun ke kota kelahirannya dengan banyak alasan, tapi dengan rasa kasihan Indra tak sanggup menolak, akhirnya Indra mengajak walau dengan berat hati.

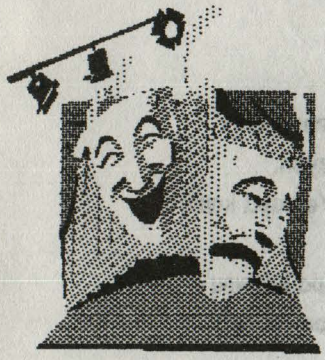
Awal bulan Agustus, Indra dan Gugun siap-siap untuk ke kota Daeng dengan segala macam keperluan. Malam yang ditaburi gemerlap bintang, Gugun keluar rumah untuk pamitan dengan teman-temannya khususnya dengan teman dekatnya, bahkan ada teman Gugun yang ingin ikut ke kota Anging Mammiri. Orang yang ingin ikut bersama dengannya adalah Roy dan Dede. Pukul 11.30 Indra, Gugun dan Roy serta Dede berada di bandara Sepinggan, mereka melihat skedul keberangkatan pesawat Garuda boeing 747 dari Balikpapan ke Ujung Pandang, tiba-tiba mereka dikejutkan dengan suara dari balik dinding tempat beradanya pengeras suara "Para penumpang tujuan Ujung Pandang di persilahkan memasuki pesawat melalui pintu dua". Roy dengan tertib berjalan sambil mengangkat koper berwarna coklat diikuti oleh Gugun, sementara Indra dan Dede jalan sambil ngobrol dan tak ketinggalan tangan mereka saling merangkul.

Pesawat Garuda boeing 747 telah lending di bandara Hasanuddin, semua penumpang siap-siap untuk meninggalkan

pesawat. Di depan pintu pesawat, Gugun berdiam sejenak sambil melihat-lihat situasi bandara Hasanuddin, namun Indra tetap membuntuti langkah Dede. Dalam hati Indra ingin mengajak Dede untuk tidur bersama walaupun hanya semalam, tapi apa boleh buat Gugun tetap setia mendekati Indra karena ingin membahagiakannya, apalagi Gugun sangat sayang pada Indra bahkan Indra hanya menyepelekan soal itu.

Mereka berempat langsung order taxi bandara dengan tarif dua puluh ribu rupiah dalam kota menuju tempat penginapan, berhubung Indra belum bicara dengan kedua orang tuanya tentang tamunya yang akan tinggal di rumahnya. Tiupan angin pagi mengiringi matahari muncul di ufuk barat, bunga-bunga kian bermekaran, burungpun tak ketinggalan bernyanyi, Indra dan teman-temannya jalan pagi di pinggir kolam sambil menikmati secangkir kopi dan sepotong roti. Pukul 10 lebih 15, Indra dan Gugun lagi asyik ngobrol karena Gugun sudah mulai tumbuh rasa jengkel kepada Indra."Gun ...kok tingkahmu seperti itu di depan teman-teman aku kan kesal!!!" kata Indra sambil menatap Gugun, tapi Gugun hanya dapat terdiam dan matanya berkaca-kaca sambil menatap Indra yang penuh dengan canda tawa."Why not...Indra?", soalnya belakangan ini kamu sangat aneh, lagi pula di antara kita siapa yang malu sebenarnya," jawab Gugun sambil mengeluarkan butiran air mata. "Apa maksudmu berkata seperti itu."bentak Indra dengan nada yang keras hingga Gugun semakin isak dengan tangisnya. Dalam hati Gugun sangat mengharap, namun semua itu hanyalah sia-sia belaka. Putuslah harapan Gugun di negeri perantauan, apalagi ketika ia melihat dengan mata kepala sendiri melakukan hubungan seks di depan Gugun. Walaupun amat gelap tapi Gugun masih dapat melihat situasi yang terjadi pada waktu itu.

Bersambung.....



Kolom rubrik Humoria ini disediakan untuk menampilkan pengalaman-pengalaman lucu yang ada di sekitar kita. Dan pengalaman-pengalaman yang rekan-rekan anggap unik untuk ditampilkan dan kami menerima tulisan dari rekan-rekan.

Aldona Ala Celine Dion

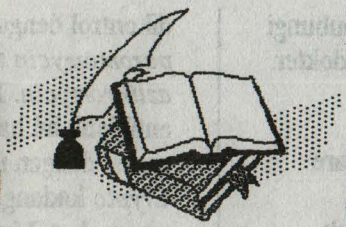
Demam Titanic telah melanda dunia saat ini, Tak terkecuali kaum Waria Ujung Pandang, seperti yang terjadi saat rekreasi ke Bantimurung. Dengan begitu Pede-nya Aldonna tampil play back dengan lagu My Heart Will Go On-nya mbak Celine Dion, Dengan penghayatan penuh (ngakunya sich emang kembarangnya Celine Dion) Aldonna begitu memukau penonton dan dewan juri, tapi lagi serius "Celine Dion" eh Aldona nyanyi tiba-tiba penonton pada ngakak. Rupanya tetong pelsong yang dipakai Aldonna melorot sampai di perut. Tapi dengan tetong yang melorot tersebut Aldonna tampil sebagai juara favorit (ternyata malam itu Aldona tidak pakai BH "buru-buru sich " ujarnya seusai acara)

Telepon Emas

Kala senja telah tiba Ririn dari Elite Salon mendatangi Yayasan Gaya Celebes dia bertemu dengan Yeyen.
Halo, Yen apa kabar sapanya dengan ramah, Yen apa kamu udah ngambas.
Yeyen langsung melototkan maya dan heran, apa katamu rin Ngambas najis eke khan slalu seks aman boo..jawab Yeyen.
Tiba-tiba Ririn melihat telpon Gaya Celebes yanf terbuat dari emas
R : "Lho ini telpon Kho bagus sekali"
Y : Emang ini telpon serba bisa, bisa nelpon ke surga ataupun ke neraka
R : Apa???, boleh ndak aku pakai
Y : Boleh aja
R : Aku mau nelpon Toni di surga boleh khan.

Ririn menelpon Toni ke surga, dan mulai memutar nomor telpon ke surga, sesaat kemudian ada jawaban, dan Ririn berbicara dengan Toni selama setengah jam,dan Ririn tertarik untuk membeli telpon tersebut dan Yeyen pun setuju.
Akhirnya Ririn membel telpon itu dan mencoba di Elite Salon untuk menelpon Neneknya di surga tapi tidak ada Neneknya di Surga akhirnya ia merasa ditipu oleh Yeyen dan menepon Yeyen di Gaya Celebes, serta menanyakan mengapa Nenek Ririn tidak ada di Surga, Yeyen hanya berkata coba telpon di neraka dan menutup telpon, Ririn pun mencoba menelpon neneknya dineraka dan mereka berbicara (bersambung ke hal 24)

AIDS Line



Diare

Pada odha (orang dengan HIV/AIDS) diare biasa disebabkan oleh banyak hal. Seperti obat-obatan, stres, penyakit oportunitis (Penyakit yang menyertai penyakit lain; dalam hal ini bisa disebabkan oleh parasit yang disebut *cryptosporidium dan microsporidium),* makanan tertentu, vitamin dosis tinggi dan mineral. Tetapi kadang penyebabnya tidak bisa diketahui dengan pasti, sehingga sulit ditangani.

Diare yang disebabkan oleh kuman *cryptosporidium* biasanya menyerang usus, disebut *cryptosporidiosis (crypto). Crypto* pada banyak orang dengan sistem kekebalan tubuh yang baik, biasanya tidak menimbulkan keluhan atau penyakit. Dokter akaan memeriksa kotoran (tinja) Anda untuk memastikannya.

APAKAH?

Diare adalah buang air besar lebih dari 4-6 kali sehari. Biasanya berair atau mencret. Pada *crypto* umumnya disertai turunnya berat berat badan, mual, muntah, kram, sakit perut dan demam. Pada diare yang lama, ada kemungkinan beberapa vitamin, mineral dan cairan yang dibutuhkan oleh tubuh ikut hilang.

Karenanya segera hubungi dokter.

PENCEGAHAN?

Diare sulit dicegah. Diare karena *crypto* sangat menular, dan sulit untuk menghindari kuman penyebabnya. Cara yang paling mungkin untuk menghindar *crypto* adalah menjaga kebersihan, sering mencuci tangan (terutama setelah berhubungan seks atau menggunakan kamar mandi), jaga tangan dan mulut agar bebas dari kotoran dan (tinja). Jika Anda melakukan hubungan seks dengan mulut dan anus, gunakan lateks sebagai pelindung. Diare karena *crypto* bisa disebabkan oleh air minum, jadi pastikan air dididihkan selama beberapa menit. Atau gunakan air mineral dalam kemasan botol. Jika jumlah sel darah putih Anda sedikit, penyakit ini jadi lebih mudah timbul.

PENGOBATAN?

Tidak ada obat yang benar-benar mematikan *cryptosporidium*, tapi diare yang ditimbulkannya bisa dikontrol dengan *paromomycin* atau *azithromycin*. Kedua pil antibiotik ini harus diminum sesuai dengan resep dokter. *Crypto* kadang bisa sembuh tanpa obat. Mungkin karena sistem kekebalan tubuh.

Mengubah jenis makanan, kadang dapat membantu mengatasi diare tanpa harus minum obat, atau setidaknya hanya memerlukan dosis kecil. Pola makan yang teratur juga dapat mengurangi keparahan diare dan akibat yang ditimbulkannya. Makan dalam porsi kecil tapi sering dan disajikan hangat-hangat dapat membantu. Produk susu (keju, susu, es krim), makanan-minuman yang mengandung kafein (kopi, coklat, the, soda), dan makanan berlemak sebaiknya dihindari. Susu kedelai bisa digunakan sebagai pengganti susu.

Obat-obat diare yang bisa dibeli bebas di pasaran tidak dapat memperbaiki keadaan, malah bisa memperburuk. Jika keadaannya demikian segera periksakan ke

dokter.Diare bisa menjadi hal yang berbahaya karena bisa bisa menyebabkan tubuh kekurangan cairan, terganggunya penyerapan makanan oleh usus, dan berat badan yang turun drastis. Jadi, hubungi dokter secepatnya.

BAHAN MAKANAN YANG MENGATASI DIARE:

Air putih (sedikitnya 2-4 liter setiap hari), kaldu, jus buah cair, dan air tajin. Serat yang dapat larut juga baik untuk mengatasi diare, karena akan memperlambat kerja usus dan mengikat cairan. Contohnya biji-biji gandum, roti putih, nasi putih, pisang, pasta, wortel dan buah-buahan yang dikupas seperti apel, pir, persik, aprikot, mangga dan tomat. Sedangkan buah yang dimakan bersama kulitnya hanya strawberi yang relatif aman. Untuk menggantikan susu dan krim, peran susu kedelai cukup berarti.

Diare yang lama dapat mengakibatkan hilangnya lapisan usus yang paling dalam. Untuk mengatasinya bisa menggunakan sam folat dosis tinggi dan asam amino glutamin. Diare sering menyebabkan makanan tidak dapat diserap dengan baik oleh usus. Jadi, sebaiknya vitamin yang Anda minum larut dalam air sehingga vitamin vitamin yang larut dalam lemak seperti vitamin A, D, E, dan K juga lebih mudah diserap. Jika diare Anda disebabkan karena saraf, beberapa pengobatan akupuntur mungkin bisa menolong. Pengobatan jenis ini juga hanya memberi sedikit beban pada tubuh Anda.

BAHAN MAKANAN YANG MEMPERBURUK DIARE:

Jus kental, minuman yang banyak mengandung mengandung gula dan alkohol dapat memperburuk diare. Begitu juga serat yang tidak dapat larut seperti gandum, roti gandum, muffin, jagung, brokoli, merica, kembang kol, kol, sukini dan bawang. Kulit buah-buahan cenderung sulit

diserap usus, tidak baik dikonsumsi oleh orang yang sedang diare. Lemak sulit dicerna, jadi sedapat mungkin dihindari. Kuliti ayam sebelum dimasak. Hindari daging dan sosis. Jangan gunakan margarin sama sekali dan sedapat mungkin hindari mentega, mayonnaise, bumbu salad dan krim. Tentu saja hindari juga makanan pedas.

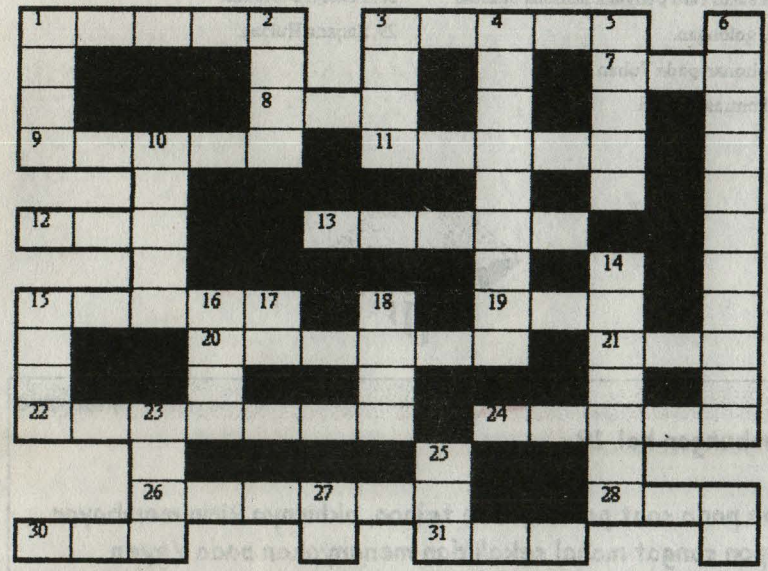
Tidak sembarang vitamin dan mineral dapat mengatasi diare. Jika Anda sedang diare, jangan minum vitamin C dosis tinggi. Akan lebih baik lagi bila diganti bentuk lain vitamin C. Sedangkan untuk mineral, sebaiknya hindari yang mengandung unsur magnesium. Pastikan Anda tidak meminum pil magnesium tambahan. Jika Anda biasa mengkonsumsi ganggang biru-hijau, sebaiknya segera dihentikan. Meskipun tidak banyak diketahui orang, penelitian membuktikan bahwa ganggang dapat menyebakan diare. Ada beberapa jamu yang bisa mengusir kuman, jamur dan zat-zat yang berbahaya lainnya dari usus.

Jika penyebab diare Anda adalah hal-hal ini, ada baiknya Anda bertanya pada orang yang mengerti tentang segala kemungkinan untuk mengatasinya.

Dikutip dari
Lembar Informasi
Senandika
Spritia



Tes - IQ



MENDATAR

1. Perahu kecil.
3. Sumpah.
7. Hadir.
8. Obat yang digunakan ODHA untuk menambah daya tahan tubuh dari virus AIDS
9. Sembah.
11. Batu permata.
12. Bendungan.
13. Golongan dalam masyarakat Hindu.
15. Penyebab penyakit (mis:HIV, flu, dll).
19. Jumpa.
20. Pantas, cocok.
21. Nusa Tenggara Barat.

MENURUN

1. Lawan jinak.
2. Komisi Penanggulangan AIDS Daerah.
3. Sari, pati.
4. Penggantian kerugian.
5. Suara harimau
6. Nama LSM di Ujung Pandang
10. Cendawan.
14. Sauh.
15. Pandangan.
16. Pendapat, saran.
17. Sarjana Ekonomi.
18. Bagian dari tangan.

MENDATAR

22. Pengasingan
24. Mantan.
26. Nama salah satu penyakit menular seksual.
28. Suku, golongan.
30. Permohonan pada Tuhan.
31. Alat kontrasepsi KB.

MENURUN

23. Orang Dengan HIV/AIDS
25. Yang diminum bayi.
27. Pekerja Outreach.
29. Sarjana Hukum.



Humoria

Sambungan hal. 18

Tiba pada saat pembayaran telpon, akhirnya Ririn membayar telpon sangat mahal sekali dan menanyakan pada Yeyen
Yeyen hanya berkata kalau Ririn memakai disitu itu termasuk Menelpon dengan pulsa Internasional.
Kalau di Gaya Celebes termasuk pulsa lokal, jadi amat murah.

by
Redaksi



JANGAN BIARKAN AIDS PARKIR DI TUBUH ANDA

AIDS TIDAK SAJA MENULAR, TAPI SANGAT MEMATIKAN!

