

SURAT PENCATATAN CIPTAAN

Dalam rangka perlindungan ciptaan di bidang ilmu pengetahuan, seni dan sastra berdasarkan Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta, dengan ini menerangkan:

Nomor dan tanggal permohonan : EC002024235338, 26 November 2024

Pencipta

Nama : **Dr. dr. Siufui Hendrawan, M. Biomed**
Alamat : Letjen S. Parman St No.1, RT.6/RW.16, Tomang, Grogol Petamburan, West Jakarta City, Jakarta 11440, Grogol Petamburan, Jakarta Barat, DKI Jakarta, 11440
Kewarganegaraan : Indonesia

Pemegang Hak Cipta

Nama : **Dr. dr. Siufui Hendrawan, M. Biomed**
Alamat : Letjen S. Parman St No.1, RT.6/RW.16, Tomang, Grogol Petamburan, West Jakarta City, Jakarta 11440, Grogol Petamburan, Jakarta Barat, Dki Jakarta 11440
Kewarganegaraan : Indonesia

Jenis Ciptaan : **Poster**
Judul Ciptaan : **TRIGLISERIDA**
Tanggal dan tempat diumumkan untuk pertama kali : 26 November 2024, di Jakarta Barat
di wilayah Indonesia atau di luar wilayah Indonesia

Jangka waktu perlindungan : Berlaku selama hidup Pencipta dan terus berlangsung selama 70 (tujuh puluh) tahun setelah Pencipta meninggal dunia, terhitung mulai tanggal 1 Januari tahun berikutnya.

Nomor pencatatan : 000807770

adalah benar berdasarkan keterangan yang diberikan oleh Pemohon.

Surat Pencatatan Hak Cipta atau produk Hak terkait ini sesuai dengan Pasal 72 Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta.

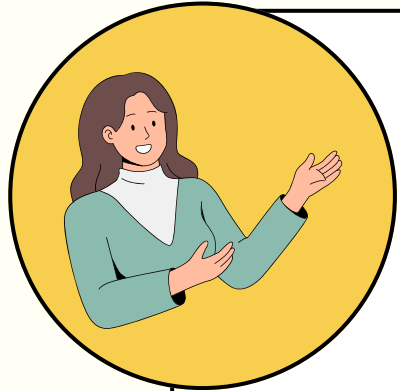


a.n. MENTERI HUKUM DAN HAK ASASI MANUSIA
DIREKTUR JENDERAL KEKAYAAN INTELEKTUAL
u.b

Direktur Hak Cipta dan Desain Industri

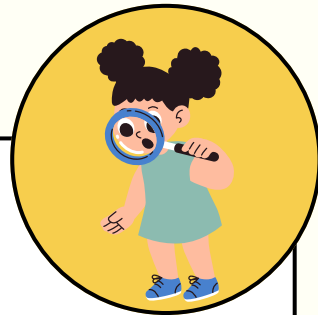
IGNATIUS M.T. SILALAH
NIP. 196812301996031001

TRIGLISERIDA



APA ITU TRIGLISERIDA ?

Trigliserida adalah salah satu jenis lemak dalam darah yang berasal dari makanan atau diproduksi oleh tubuh sebagai cadangan energi. Kadar trigliserida yang tinggi di dalam tubuh dapat meningkatkan risiko penyakit kardiovaskular dan gangguan metabolik lainnya.



KLASIFIKASI KADAR TRIGLISERIDA (mg/dL):

- **Normal:**
 - Kadar < 150 mg/dL
- **Perbatasan Tinggi:**
 - Kadar antara 150 - 199 mg/dL
- **Tinggi:**
 - Kadar antara 200 - 499 mg/dL
- **Sangat Tinggi:**
 - Kadar ≥ 500 mg/dL
 - Membutuhkan perhatian medis lebih lanjut



FAKTOR RISIKO:

- **Pola makan buruk:**
 - Tinggi gula, karbo olahan & lemak jenuh
- **Obesitas:**
 - Terutama lemak perut
- **Kurang aktivitas fisik**
- **Diabetes & gangguan metabolik**
- **Konsumsi alkohol berlebih**

KOMPLIKASI KADAR TRIGLISERIDA TINGGI:

1. **Penyakit jantung koroner:**
 - Penumpukan plak di arteri
 - Hambatan aliran darah
2. **Pankreatitis:**
 - Peradangan pankreas akut
3. **Sindrom metabolik:**
 - Meningkatkan risiko penyakit kardiovaskular
 - Risiko diabetes tipe 2
4. **Aterosklerosis:**
 - Penyempitan & pengerasan arteri
 - Risiko stroke meningkat



PENCEGAHAN:

- **Pola makan seimbang:**
 - Tinggi serat, rendah lemak & gula
- **Olahraga teratur:**
 - Min. 150 menit/minggu
- **Batasi gula & karbo olahan**
- **Jaga berat badan ideal**
- **Hindari/kurangi alkohol**

PENGOBATAN:

- **Fibrat:**
 - Meningkatkan metabolisme lemak hati
- **Omega-3:**
 - Suplemen minyak ikan dosis tinggi
- **Niacin (Vit B3)**
 - Perbaiki profil lipid darah
- **Statin:**
 - Terutama untuk pasien risiko kardiovaskular

