



A. Obat yang Tidak Membatalkan Puasa

Menurut keputusan bersama para ahli agama dan kesehatan yang dibuat di Maroko pada 1997, jalur pemberian obat yang tidak membatalkan puasa adalah :

1. obat tetes untuk mata dan telinga
2. obat semprot hidung, tetes hidung dan inhaler;
3. semua macam obat yang diserap melalui kulit (salep, krim, dll);
4. pembersih vagina, ovula, suppositoria
5. penyuntikan melalui kulit, otot, sendi, atau vena (kecuali penyuntikan nutrisi parenteral);
6. oksigen dan gas-gas anestesia (obat bius);
7. penyegar mulut (spray ataupun cairan yang tidak ditelan)

B. Jadwal Minum Obat Saat Puasa

1. Bila aturan pakainya 3 kali sehari

Setelah makan:

Minumlah obat setelah makan berbuka puasa, sebelum tidur (setelah menyantap sedikit makanan) dan setelah makan sahur

Sebelum makan:

Bila aturan pakai 3 kali sehari sebelum makan: Minumlah obat setelah minum berbuka puasa lalu setengah jam sesudahnya barulah menikmati makanan berat. Penggunaan ke dua saat hendak tidur (kira-kira jam 10 malam), tapi perut jangan diisi makanan setengah jam sebelumnya. Penggunaan obat ketiga minimal setengah jam sebelum makan sahur.

2. Bila aturan pakainya 2 kali sehari

Setelah makan:

Minumlah obat setelah makan berbuka puasa dan setelah makan sahur.

Sebelum makan:

Minumlah obat setelah minum berbuka puasa. Setengah jam sesudahnya barulah menikmati makanan berat. Minum obat berikutnya minimal setengah jam sebelum makan sahur

3. Bila aturan pakainya 1 kali sehari

Setelah makan:

Kita bebas memilih setelah berbuka puasa atau saat sahur.

Sebelum makan:

Kita bebas memilih setelah minum pembuka puasa (setengah jam sebelum makan berat) atau setengah jam sebelum sahur.

C. Informasi khusus

1. Obat antihipertensi

Obat antihipertensi kini sudah banyak di formulasi untuk pemakaian sekali dalam sehari. Jika dokter telah meresepkan antihipertensi semacam ini, lebih disarankan agar obat diminum saat makan sahur sehingga obat tersebut dapat mengendalikan tekanan darah selama beraktivitas di siang hari. Riset menunjukkan bahwa tekanan darah mencapai angka paling tinggi pada pukul 9 - 11 pagi dan paling rendah pada malam hari setelah tidur. Oleh karena itu, sebaiknya obat antihipertensi diminum pada pagi hari. Perlu hati-hati jika obat anti hipertensi diminum malam hari karena mungkin terjadi penurunan tekanan darah yang berlebihan pada saat tidur.

2. Obat maag

Jika dokter telah meresepkan obat yang hanya digunakan sekali dalam sehari, misalnya omeprazol, lansoprazol, esomeprazol atau pantoprazol sebaiknya diminum pada malam hari sebelum tidur. Sedangkan obat maag yang

lazimnya diberikan sehari dua kali, misalnya ranitidin, cimetidin atau famotidin, maka hendaknya dipilih saat malam hari sebelum tidur dan pada waktu makan sahur. Hal ini disebabkan asam lambung mencapai kadar paling tinggi pada saat dini hari, sehingga sebaiknya diminum malam hari untuk mencegah kenaikan asam lambung berlebihan.

3. **Obat antidiabetes**

American Diabetes Association memberikan rekomendasi sebagai berikut:

Obat	
Perubahan Saat Puasa	
Biguanid, metformin 500 mg tiga kali sehari, atau metformin SR	
Metformin saat buka puasa 1000 mg, dan 500 mg saat sahur	
Thiazolidinedione, pioglitazone satu kali sehari	
Tidak berubah	
Sulfonilurea dosis 1 kali sehari	
Setengah dosis saat sahur dan dosis penuh saat buka puasa	
Insulin, misal premix 70/30 dua kali sehari (30 unit pagi dan 20 unit malam)	
Setengah dosis malam saat sahur dan dosis penuh pagi saat buka puasa (mis: 30 unit saat buka dan 10 unit saat sahur), Pertimbangkan untuk beralih pada insulin glargine atau detemir plus lispro atau aspart	

minor-latin;mso-hansi-theme-font:minor-latin;mso-bidi-font-family:"Times New Roman";
mso-bidi-theme-font:minor-bidi;mso-ansi-language:EN-US;mso-fareast-language:EN-US;mso-bidi-language:AR-SA">

 </blockquote><p class="MsoListParagraphCxSpFirst" style="margin-left:54.0pt;mso-add-space:auto;text-align:justify;text-indent:-18.0pt;mso-list:l1 level1 lfo1">4.<i>Obat penurun kolesterol</i></p><blockquote> </blockquote><p class="MsoListParagraphCxSpMiddle" style="margin-left:54.0pt;mso-add-space:auto;text-align:justify"> </p><blockquote> </blockquote><p class="MsoListParagraphCxSpMiddle" style="margin-left:54.0pt;mso-add-space:auto;text-align:justify;text-indent:-18.0pt;mso-list:l0 level1 lfo2">5.<i>Obat dengan indeks terapeutik sempit dan Antibiotik</i></p><blockquote> </blockquote><p class="MsoListParagraphCxSpMiddle" style="margin-left:54.0pt;mso-add-space:auto;text-align:justify"> </p><blockquote> </blockquote><p class="MsoListParagraphCxSpMiddle" style="margin-left:54.0pt;mso-add-space:auto;text-align:justify;text-indent:-18.0pt;mso-list:l0 level1 lfo2">6.<i>Pasien CKD</i></p><blockquote> </blockquote><p class="MsoListParagraphCxSpMiddle" style="margin-left:54.0pt;mso-add-space:auto;text-align:justify;text-indent:45.0pt">Ketika berbuka, hindari makanan tinggi pottasium dan fosfor (mis: kurma, aprikot, makanan yang digoreng, kacang-kacangan, keju, softdrink, the, kopi). Selain itu, dianjurkan minum air 1 ♦ 2,5 liter untuk rehidrasi, namun hindari minum air berlebihan karena akan menyebabkan ketidakseimbangan dan kelebihan cairan.</p><blockquote> </p><p class="MsoListParagraphCxSpLast" style="margin-left:18.0pt;mso-add-space:auto;text-align:justify"> </p> <p class="MsoNormal" style="text-align:justify">Pustaka</p> <p class="MsoListParagraphCxSpFirst" style="text-align:justify;text-indent:-18.0pt;mso-list:l2 level1 lfo3">1.</p>
http://www.moh.gov.sa/depts/Pharmacy/Documents/%D8%A7%D9%84%D8%AF%D9%84%D9%8A%D9%84.pdf">http://www.moh.gov.sa/depts/Pharmacy/Documents/%D8%A7%D9%84%D8%AF%D9%84%D9%8A%D9%84.pdf </p> <p>

class="MsoListParagraphCxSpMiddle" style="text-align:justify;text-indent:-18.0pt; mso-list:l2 level1 lfo3">2.http://care.diabetesjournals.org/content/28/9/2305 </p> <p class="MsoListParagraphCxSpMiddle" style="text-align:justify;text-indent:-18.0pt; mso-list:l2 level1 lfo3">3.http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4214028/ </p> <p class="MsoListParagraphCxSpLast" style="text-align:justify;text-indent:-18.0pt; mso-list:l2 level1 lfo3">4.http://hisfarsidiy.org/panduan-minum-obat-saat-berpuasa-di-bulan-ramadhan/ </p></blockquote>
