GREAT Reads

Vol. 58 | Mei 2025

GREAT Health Article

- Meningkatkan Metabolisme Tubuh untuk Membantu Penurunan Berat Badan
- Wheat Dextrin: Manfaat dan Cara Penggunaan yang Tepat

GREAT Health Promo

- Maygic Deals
- E-voucher Discount Up To 20%
- Priority Hospital di Beberapa Rumah Sakit Ternama

28 YEARS IN INDONESIA
116 YEARS IN ASIA

Great Eastern
A member of the OCBC Group

Reach for Great

GreatEasternid
GreatEasternLifeid
GreatEastern_id

GREAT Health Article

Meningkatkan Metabolisme Tubuh untuk Membantu Penurunan Berat Badan

dr. Evi Verawati, Mgizi, SpGK

Dokter Spesialis Gizi Klinik

PRIMAYA EVASARI HOSPITAL

Banyak orang merasa sulit menurunkan berat badan meskipun sudah mengurangi kalori dan berolahraga. Hal ini mungkin terkait dengan **laju metabolisme** yang lambat, yaitu proses tubuh dalam mengubah makanan menjadi energi.

Apa Itu Metabolisme?

Metabolisme adalah proses kimia dalam tubuh untuk menghasilkan energi. Energi minimal yang dibutuhkan tubuh disebut ***Basal Metabolic Rate*** **(BMR)**, yang bisa mencapai 70–80% dari total energi harian. BMR yang rendah sering dikaitkan dengan metabolisme lambat.

Mengapa Metabolisme Penting untuk Berat Badan?

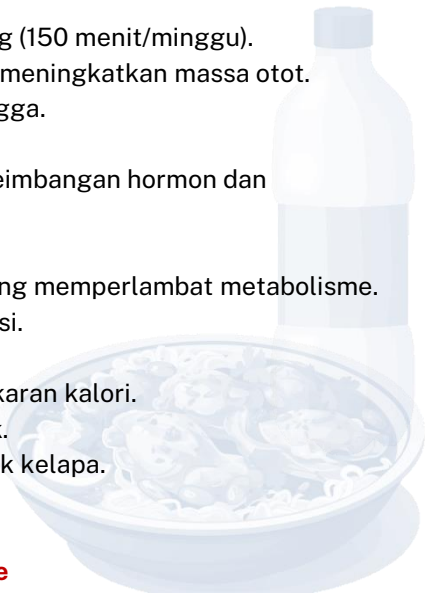
Semakin tinggi metabolisme, semakin banyak kalori yang terbakar, bahkan saat istirahat. Faktor seperti usia, genetik, dan komposisi tubuh mempengaruhi laju metabolisme. Pria umumnya memiliki metabolisme lebih tinggi karena massa otot yang lebih besar.

GREAT Health Article

Meningkatkan Metabolisme Tubuh untuk Membantu Penurunan Berat Badan

Tips Meningkatkan Metabolisme

1. **Konsumsi Protein Berkualitas Tinggi:**
   - Protein membutuhkan lebih banyak energi untuk dicerna.
   - Sumber: ayam, ikan, telur, tahu, tempe.
2. **Perbanyak Minum Air Putih:**
   - Air membantu proses metabolisme dan mencegah dehidrasi.
   - Target 2 liter per hari.
3. **Olahraga Teratur:**
   - **Aerobik:** jalan kaki, bersepeda, berenang (150 menit/minggu).
   - **Latihan Kekuatan:** angkat beban untuk meningkatkan massa otot.
   - **Aktivitas Harian:** berjalan atau naik tangga.
4. **Tidur Cukup:**
   - Tidur 7 – 9 jam per malam menjaga keseimbangan hormon dan metabolisme.
5. **Kelola Stres:**
   - Stres meningkatkan hormon kortisol yang memperlambat metabolisme.
   - Lakukan meditasi atau aktivitas relaksasi.
6. **Pilih Makanan Pendukung:**
   - **Makanan Pedas:** meningkatkan pembakaran kalori.
   - **Teh Hijau:** mempercepat oksidasi lemak.
   - **Minyak Sehat:** minyak zaitun dan minyak kelapa.



Kesahalan Diet yang Menurunkan Metabolisme

- Diet rendah kalori ekstrem bisa menurunkan metabolisme hingga 23%.
- Melewatkan makan mengurangi efisiensi metabolisme.
- Kurang hidrasi menghambat proses pembakaran energi.

Jika Anda mengalami kesulitan menurunkan berat badan, pertimbangkan untuk mengoptimalkan metabolisme dengan cara-cara di atas. Konsultasikan dengan ahli gizi untuk pola makan dan aktivitas yang tepat.

GREAT Health Article

Wheat Dextrin: Manfaat dan Cara Penggunaan yang Tepat

dr. Monique Carolina Widjaja, Mgizi, SpGK

Dokter Spesialis Gizi Klinik

PRIMAYA EVASARI HOSPITAL

Gaya hidup sehat semakin populer, dan *wheat dextrin* menjadi salah satu pilihan serat larut air yang banyak diminati. Bahan ini berasal dari gandum dan dikenal memiliki sejumlah manfaat kesehatan, terutama untuk pencernaan. Namun, penggunaan yang tidak tepat bisa menimbulkan efek samping.

Apa Itu *Wheat Dextrin*?

Wheat dextrin adalah serat larut yang berasal dari pengolahan pati gandum menggunakan enzim. Bahan ini mudah larut dalam air dan memiliki sifat prebiotik yang mendukung pertumbuhan bakteri baik di usus. Umumnya, *wheat dextrin* tersedia dalam bentuk bubuk yang dapat dicampurkan ke dalam minuman atau makanan.

Manfaat *Wheat Dextrin*

Wheat dextrin memiliki sejumlah manfaat kesehatan, terutama untuk pencernaan dan metabolisme:

- **Meningkatkan Kesehatan Usus:** Membantu pergerakan usus, mencegah konstipasi, dan memperbaiki konsistensi tinja.
- **Mengontrol Gula Darah:** Memperlambat penyerapan gula sehingga mencegah lonjakan gula darah.
- **Menurunkan Kolestrol:** Mengurangi kadar kolestrol total dan kolestrol jahat (LDL).
- **Meningkatkan Rasa Kenyang:** Mengurangi rasa lapar, mendukung program penurunan berat badan.

Wheat Dextrin: Manfaat dan Cara Penggunaan yang Tepat

Dosis dan Cara Penggunaan *Wheat Dextrin*

Dosis *wheat dextrin* dapat bervariasi tergantung pada usia dan tujuan penggunaannya:

- **Dewasa:** 4 gram (2 sendok teh), tiga kali sehari.
- **Anak di atas 12 tahun:** 4 gram (2 sendok teh), tiga kali sehari.
- **Anak usia 6-11 tahun:** 2 gram (1 sendok teh), tiga kali sehari.

Cara Mengonsumsi:

- Larutkan bubuk *wheat dextrin* dalam 240 – 300 ml air.
- Aduk hingga benar-benar larut dan segera konsumsi.
- Dapat dicampur dengan jus, smoothie, yogurt, atau sup.
- Jangan gunakan dengan minuman bersoda.
- Minum air putih yang cukup sepanjang hari untuk mencegah dehidrasi.

Efek Samping dan Interaksi *Wheat Dextrin*

Meskipun umumnya aman, *wheat dextrin* dapat menyebabkan efek samping ringan jika dikonsumsi berlebihan, seperti:

- Kembung
- Gas
- Diare
- Kram Perut

Wheat Dextrin: Manfaat dan Cara Penggunaan yang Tepat

Interaksi dengan Obat:

- **Obat Diabetes:** Dapat memengaruhi penyerapan gula, sehingga perlu penyesuaian dosis.
- **Suplemen Mineral:** Bisa mengurangi penyerapan, sebaiknya dikonsumsi terpisah.
- **Antibiotik:** Konsumsi wheat dextrin sebaiknya berjarak 2-3 jam dari penggunaan antibiotik.

Tips Aman Mengonsumsi *Wheat Dextrin*

- Pastikan asupan cairan mencukupi saat mengonsumsi *wheat dextrin*.
- Konsultasikan dengan dokter jika Anda sedang hamil, menyusui, atau memiliki kondisi medis tertentu.
- Hentikan penggunaan jika terjadi reaksi alergi seperti ruam atau sesak napas.
- Tidak disarankan untuk anak di bawah 6 tahun tanpa pengawasan dokter.

Alternatif Serat Larut Air

Jika tidak bisa mengonsumsi *wheat dextrin*, beberapa alternatif serat larut air lainnya meliputi:

- **Psyllium Husk**
- **Inulin**
- **Pektin**
- **Guar Gum**
- **Beta-Glukan**

Kapan Harus ke Dokter?

Jika Anda memiliki kondisi medis khusus seperti diabetes atau mengalami efek samping serius, segera konsultasikan dengan dokter. Pemeriksaan Kesehatan diperlukan jika ada reaksi alergi atau gangguan pencernaan yang berkelanjutan.

Konsultasi Dokter Melalui Aplikasi GoodDoctor

Konsultasi Dokter dan Pembelian Obat Melalui Aplikasi GoodDoctor CASHLESS!

Kini peserta asuransi kumpulan Great Eastern Life Indonesia, bisa memanfaatkan layanan telemedicine dari GoodDoctor

Syarat dan ketentuan:

- Konsultasi dokter umum akan memotong manfaat limit rawat jalan dokter umum.
  Biaya per konsultasi dokter umum: Rp 29.970*
- Konsultasi dokter spesialis akan memotong manfaat limit rawat jalan dokter spesialis.
  Biaya per konsultasi dokter specialis: Rp 99.900*
- Pembelian obat-obatan dan biaya pengantaran akan memotong manfaat limit obat.
- Layanan dari GoodDoctor ini hanya bisa digunakan oleh Peserta asuransi kumpulan dengan jaringan TPA AdMedika
- Peserta asuransi kumpulan yang memiliki manfaat Rawat Jalan.

*biaya sudah termasuk pajak

*Khusus peserta yang pertama kali konsultasi menggunakan layanan telemedicine GoodDoctor selama periode program

GREAT Event

Wellness PT OCBC Sekuritas: Mengelola Burn Out dan Menemukan Ketenangan Batin

Dalam rangka memperingati Hari Kartini, **PT OCBC Sekuritas** bersama Great Eastern Life Indonesia menggelar acara *Wellness* pada **Rabu, 21 April 2025**, bertempat di Gedung Bursa Efek Indonesia Tower 2, Jakarta. Acara ini mengangkat tema kesehatan mental bagi wanita, khususnya para ibu pekerja, yang kerap menghadapi tantangan dalam menyeimbangkan peran sebagai karyawan sekaligus ibu.

Sesi *Health Talk* bertema ***"Handling Burn Out: Cultivating Inner Calm"*** dipandu oleh Psikolog **Helena Kristina Leman dari RS EMC Grha Kedoya**. Melalui edukasi ini, peserta diajak memahami pentingnya menjaga kesehatan mental agar tetap kuat menghadapi kesibukan pekerjaan dan tanggung jawab keluarga.

Selain sesi diskusi interaktif, kegiatan dilengkapi dengan *Hypnotherapy* yang dipandu langsung oleh Psikolog Helena. Para peserta terlihat antusias dan aktif berinteraksi dengan narasumber, mengajukan berbagai pertanyaan seputar kesehatan mental.

Acara ini menunjukkan komitmen PT OCBC Sekuritas dalam mendukung kesejahteraan mental karyawannya, terutama perempuan pekerja yang menghadapi tantangan ganda dalam kesehariannya. Great Eastern Life Indonesia senantiasa mendampingi para perempuan hebat agar bisa Jadi Hebat, Reach for Great dalam menjalani peran mereka.

GREAT Event

Wellness PT Duta Inti Daya: Peduli Keselamatan Kerja untuk Masa Depan Berkelanjutan

Pada **Rabu, 30 April 2025**, **PT Duta Inti Daya (Watsons)** bekerja sama dengan Great Eastern Life Indonesia menyelenggarakan acara *Wellness* yang bertempat di EightyEight@Kasablanka, Jakarta Selatan. Acara ini bertujuan meningkatkan kesadaran akan keselamatan dan kesehatan kerja dalam mendukung masa depan yang berkelanjutan.

Sesi *Health Talk* bertema **"Keamanan dan Kesehatan Kerja untuk Masa Depan yang Berkelanjutan"** dipandu oleh **dr. Dicky Taruna dari RS Primaya PGI Cikini**. Dalam sesi ini, peserta mendapatkan edukasi tentang langkah-langkah penting yang perlu dilakukan jika terjadi kecelakaan atau gangguan kesehatan saat bekerja.

Melalui program ini, PT Duta Inti Daya (Watsons) menunjukkan kepeduliannya terhadap keselamatan kerja sebagai prioritas, sejalan dengan upaya menciptakan lingkungan kerja yang lebih aman dan sehat. Great Eastern Life Indonesia terus mendukung para pekerja agar dapat menjalani hidup yang lebih sehat dan produktif.

OPTIK MELAWAI

Waspada Mata Juling pada Anak

Great Eastern
A member of the OCBC Group
Reach for Great
GREAT Reads
Vol. 58 | Mei 2025

Mata Juling (Strabismus) adalah kondisi di mana kedua mata tidak sejajar dan mengarah ke arah yang berbeda. Salah satu mata mungkin mengarah ke dalam, keluar, atas, atau bawah, sementara mata lainnya tetap lurus. Kondisi ini bisa terjadi secara terus-menerus atau hanya muncul sesekali.

Penyebab mata juling pada anak

Beberapa penyebab umum mata juling meliputi :

1. **Kelainan otot mata** : Ketidakseimbangan otot yang mengontrol gerakan mata dapat menyebabkan ketidaksejajaran.
2. **Masalah saraf** : Gangguan pada saraf yang mengontrol otot mata.
3. **Gangguan refraksi** : Masalah seperti rabun jauh (miopia) atau rabun dekat (hipermetropia) yang tidak dikoreksi dapat memicu strabismus.
4. **Faktor genetik** : Riwayat keluarga dengan mata juling meningkatkan risiko kondisi ini.
5. **Kondisi medis lainnya** : Misalnya, cerebral palsy atau sindrom Down sering kali dikaitkan dengan strabismus.

Gejala mata juling pada anak gejala yang perlu diwaspadai meliputi :

- Mata terlihat tidak sejajar atau bergerak secara terpisah
- Sering memiringkan kepala untuk melihat sesuatu
- Menutup satu mata untuk memperjelas penglihatan
- Kesulitan mengukur jarak atau koordinasi mata
- Keluhan sakit kepala atau ketegangan mata

Dampak mata juling yang tidak diobati jika tidak ditangani, strabismus dapat menyebabkan komplikasi seperti :

1. **Ambliopia (mata malas)** : Mata yang tidak sejajar bisa menjadi lebih lemah karena otak mengabaikan sinyalnya
2. **Gangguan persepsi kedalaman** : Kesulitan dalam melihat objeksecara tiga dimensi
3. **Masalah Sosial dan Emosional** : Anak mungkin merasa kurang percaya diri akibat kondisi ini

Penanganan mata juling pada anak :

1. **Kacamata atau lensa kontak** : Mengoreksi gangguan refraksi yang mendasari
2. **Latihan mata** : Terapi penglihatan untuk memperkuat otot mata
3. **Penutup mata** : Digunakan pada mata yang lebih kuat untuk merangsang mata yang lebih lemah
4. **Obat-obatan** : Dalam beberapa kasus, obat tetes atau suntikan otot dapat membantu memperbaiki ketidaksejajaran
5. **Operasi mata** : Digunakan jika metode lain tidak efektif untuk memperbaiki posisi otot mata
6. **Kacamata prisma** : untuk mengatasi penglihatan ganda akibat juling

Pencegahan dan deteksi dini :

- Melakukan pemeriksaan mata sejak dini, terutama jika ada riwayat keluarga dengan mata juling
- Mengamati tanda-tanda ketidaksejajaran mata pada anak sejak bayi
- Konsultasikan dengan dokter mata jika ada keluhan terkait penglihatan

Kesimpulan mata juling pada anak adalah kondisi yang bisa memengaruhi perkembangan penglihatan dan kualitas hidup jika tidak segera ditangani. Pemeriksaan rutin dan deteksi dini sangat penting untuk mencegah komplikasi lebih lanjut dan memastikan anak mendapatkan pengobatan yang tepat

Referensi :

1. American Academy of Ophthalmology. (2023). "Strabismus in Children: Causes and Treatments." Diakses dari aao.org
2. Mayo Clinic. (2023). "Strabismus - Symptoms and Causes." Diakses dari mayoclinic.org
3. National Eye Institute. (2023). "What is Strabismus?" Diakses dari nei.nih.gov

APAKAH ANDA SUDAH MENGGUNAKAN CASHLESS PROGRAM?

kunjungi website CORPORATE PARTNERSHIP di

https://www.optikmelawai.com/id/corporate-account

GREAT Application
Fitur Great Eastern Corporate

GREAT EASTERN CORPORATE

KINI PENGALAMAN ANDA MENGGUNAKAN GREAT EASTERN CORPORATE SEMAKIN LENGKAP DENGAN 4 FITUR BARU YANG MEMBERIKAN PENGALAMAN BERASURANSI LEBIH BAIK DAN MUDAH

- Registrasi Aplikasi Great Eastern Corporate untuk anggota keluarga
- Mengajukan dan melihat surat jaminan
- Melihat data ekses dan bayar ekses klaim secara online
- Buat janji temu dengan dokter

DOWNLOAD SEKARANG DAN NIKMATI BERBAGAI KEMUDAHAN BERASURANSI DALAM GENGGAMAN TANGAN ANDA!

SCAN QR CODE ATAU KUNJUNGI LINK DIBAWAH INI UNTUK DOWNLOAD

ANDROID APP ON Google play

id.gelife.co/GEC-PlayStore

Download on the App Store

id.gelife.co/GEC-AppStore

UNTUK PERTANYAAN MENGENAI APLIKASI GREAT EASTERN CORPORATE SILAKAN MENGHUBUNGI:

021-2554 3800 / WECAREGROUP-ID@GREATEASTERNLIFE.COM

GREAT Application

Fitur Great Eastern Corporate

Pay Excess Claim

Mau bayar **Ekses klaim tanpa harus repot kirim konfirmasi bukti transfer** ke HR perusahaan Anda dan pasti terupdate di sistem dengan cepat?

BISA! Cukup dengan 4 langkah mudah berikut:

1. Login Aplikasi Great Eastern Corporate
2. Pilih "**Klaim**" di menu bagian bawah
3. Pilih "**Bayar Ekses Klaim**"
4. Pilih Klaim yang akan dibayarkan eksesnya, pilih "Lanjut" dan langsung bayar sesuai pilihan pembayaran yang tersedia

SCAN QR CODE ATAU KUNJUNGI LINK DIBAWAH INI UNTUK DOWNLOAD

Google play

id.gelife.co/GEC-PlayStore

Download on the App Store

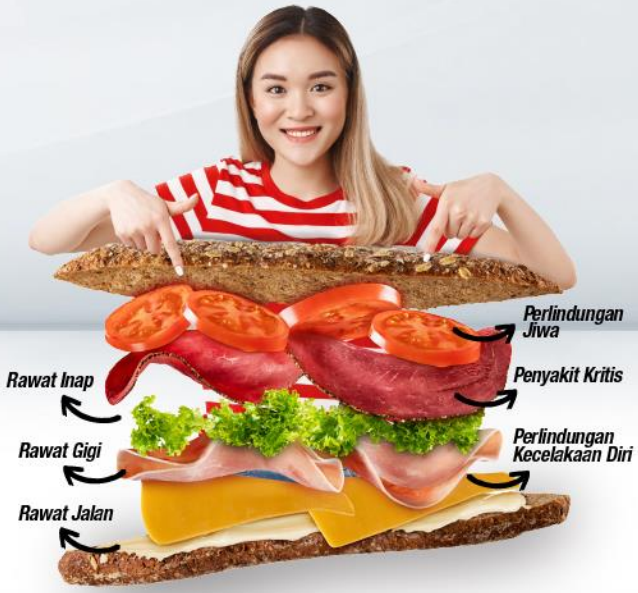
id.gelife.co/GEC-AppStore

UNTUK PERTANYAAN MENGENAI APLIKASI GREAT EASTERN CORPORATE SILAKAN MENGHUBUNGI:

021-2554 3800 / WECAREGROUP-ID@GREATEASTERNLIFE.COM

Asuransi GREAT Pro Solution

Kini beli Asuransi seperti memilih topping sandwich favorit Anda



MUDAH

Pembelian melalui website GoGreat! cukup menjawab pertanyaan kesehatan sederhana dan tanpa cek medis

LENGKAP

Dilengkapi berbagai Asuransi Tambahan yang dapat dipilih sesuai dengan kebutuhan untuk memaksimalkan perlindungan, mulai dari Manfaat Rawat Inap, Rawat Jalan, Rawat Gigi dengan fasilitas cashless, Manfaat Penyakit Kritis dan Manfaat Meninggal Dunia karena sebab apapun

PREMI TERJANGKAU

Premi terjangkau dan dapat dipilih sesuai dengan kebutuhan dan kemampuan Anda

DAPATKAN PRODUKNYA SEKARANG!

gogreat.greateasternlife.co.id

Great Eastern
A member of the OCBC Group

Reach for Great

GREAT Product
GREAT Heart Attack Protection

Perlindungan terhadap Penyakit Kritis Serangan Jantung

GREAT Heart Attack Protection

3 KEUNGGULAN GREAT HEART ATTACK PROTECTION

PENGAJUAN APLIKASI MUDAH
Tanpa Medical Check-Up. Pengajuan aplikasi hanya dengan menjawab 2 pertanyaan kesehatan sederhana.

PERLINDUNGAN OPTIMAL SESUAI KEBUTUHAN
Memberikan Uang Pertanggungan sebesar Rp 500 juta serta dapat diperpanjang setiap tahunnya sampai dengan usia Tertanggung mencapai 65 tahun.

MANFAAT ASURANSI MAKSIMAL SEJAK DIAGNOSA AWAL
100% Uang Pertanggungan akan dibayarkan jika Tertanggung terdiagnosa Penyakit Kritis Serangan Jantung, walaupun sudah memiliki asuransi lainnya.

DAPATKAN PRODUKNYA SEKARANG!

gogreat.greateasternlife.co.id

Great Eastern
A member of the OCBC Group

Reach for Great

GREAT Product

GREAT Cancer Protection

Perlindungan terhadap Penyakit Kritis Kanker

GREAT Cancer Protection

3 KEUNGGULAN GREAT CANCER PROTECTION

PENGAJUAN APLIKASI MUDAH

Tanpa Medical Check-Up. Pengajuan aplikasi hanya dengan menjawab 1 pertanyaan kesehatan sederhana.

PERLINDUNGAN OPTIMAL SESUAI KEBUTUHAN

Tersedia dalam 2 Plan yang dapat dipilih sesuai kebutuhan serta dapat diperpanjang setiap tahunnya sampai dengan usia Tertanggung mencapai 65 tahun.

Plan	Uang Pertanggungan
PLAN GOLD	Rp 300 Juta
PLAN PLATINUM	Rp 500 Juta

MANFAAT ASURANSI MAKSIMAL SEJAK DIAGNOSA AWAL

100% Uang Pertanggungan akan dibayarkan jika Tertanggung terdiagnosa Penyakit Kritis Kanker, walaupun sudah memiliki asuransi lainnya.

DAPATKAN PRODUKNYA SEKARANG!

gogreat.greateasternlife.co.id

Great Eastern
A member of the OCBC Group

Reach for Great

GREAT Product

GREAT Saver Assurance

Rencanakan Perlindungan & Keuangan Jangka Panjang Dengan

GREAT Saver Assurance

Investasi Maksimal dalam Mata Uang USD

3 KEUNGGULAN GREAT SAVER ASSURANCE

SIMPEL
- Cukup **1x Penempatan Dana**
- Cukup menjawab pertanyaan kesehatan sederhana

STABILITAS ASET
Investasi pada mata uang USD untuk menjaga stabilitas aset jangka panjang.

MENGUNTUNGKAN
IMBAL HASIL TETAP selama 10 tahun pertama

DAPATKAN PRODUKNYA SEKARANG!

gogreat.greateasternlife.co.id

Great Eastern
A member of the OCBC Group

Reach for Great

PRIMAYA HOSPITAL

HERMINA

emc HEALTHCARE
We Care with Passion

BPJS Kesehatan
Badan Penyelenggara Jaminan Sosial

Bebaskan Diri Anda dari Excess Claim

Melalui manfaat GREATHealth+

di **RS Hermina Group, Primaya Hospital** dan **EMC Healthcare**

Syarat dan ketentuan:

- Pasien peserta Asuransi Kesehatan Kumpulan Great Eastern dengan status Aktif yang memiliki benefit.
- BPJS Kesehatan sebagai Penjamin Pertama, dan Asuransi Great Eastern Life Indonesia sebagai Penjamin Kedua secara cashless
- Mengikuti syarat dan ketentuan BPJS Kesehatan yang berlaku

Mengikuti Syarat dan Ketentuan (TC) dari masing-masing Polis Asuransi Kesehatan Kumpulan yang berlaku

Let's Reach for GREAT!

Great Eastern
A member of the OCBC Group

Reach for Great

GREAT Reads
Vol. 58 | Mei 2025

BPJS Kesehatan
Badan Penyelenggara Jaminan Sosial

Bebaskan Diri Anda dari Excess Claim dengan Manfaat

PROGRAM HOSPITAL CASH PLAN

Santunan Tunai Harian Rawat Inap selama di rumah sakit sebesar Hak Kelas Kamar di Great Eastern Life Indonesia, jika peserta menggunakan BPJS Kesehatan atau Asuransi Kesehatan lainnya (Komersial)

Syarat dan ketentuan

- Surat Keterangan Kesehatan dengan Informasi Biaya yang dijamin BPJS/Asuransi Komersial
- Copy seluruh berkas rawat inap seperti: **resume medis, perincian biaya, copy resep, hasil lab/test diagnostik yang telah dilegalisir**
- Copy Surat Eligibilitas Peserta dan Laporan Individual Pasien

Prosedur

1. Peserta dirawat mengikuti Prosedur BPJS Kesehatan atau Asuransi Komersial
2. Direkomendasikan untuk Rawat Inap seluruh perawatan dicover BPJS Kesehatan atau Asuransi Komersial
3. Menghubungi bagian administrasi BPJS Kesehatan atau Asuransi Komersial
4. Mengajukan reimbursement HCP melalui mobile apps

Great Eastern
A member of the OCBC Group

Reach for Great

BPJS Kesehatan
Badan Penyelenggara Jaminan Sosial

BPJS Kesehatan yang Dicover

Ternyata ada 144 penyakit yang dicover oleh BPJS, mau tahu apa saja, berikut daftarnya :

SISTEM SARAF
1. Kejang demam
2. Tetanus
3. HIV/AIDS tanpa komplikasi
4. Tension Headache
5. Migren
6. Bells Paisy
7. Vertigo

PSIKIATRI
8. Gangguan Somatofrom
9. Insomnia

SISTEM INDRA
10. Benda asing di konjungtiva
11. Konjungtivitis
12. Perdarahan subkonjungtiva
13. Mata kering
14. Biefaritis
15. Hordeolum
16. Trikiasis
17. Episkleritis
18. Hipermetropia Ringan
19. Miopia Ringan
20. Astigmatism Rimnga
21. Presbiopia
22. Buta Senja
23. Otitis Eksterna
24. Otitis Media Akut
25. Serumen Prop
26. Mabuk Perjalanan
27. Furunkel pada hidung
28. Rhinitis akut
29. Rhinitis vasomotor
30. Rhinitis alegika
31. Benda asing

SISTEM RESPIRASI
32. Epitakis
33. Influenza
34. Pertusis
35. Faringitis
36. Tonsilitis
37. Laringitis
38. Asma Bronkai
39. Bronkitis Akut
40. Pneumonial Bronkopneumonia
41. Tuberkolosis paru tanpa komplikasi

KARDIOVASKULAR
42. Hipertensi Esensial

SALURAN PENCERNAAN
43. Kondiasis Mulut
44. Ulkus Mulut (Aptosa, Herpes)
45. Parotitis
46. Infeksi Pada Umbilkus
47. Gastriris
48. Gostroentitis (termasuk kolera, giardiasis)
49. Refluks Gastroesofagus
50. Demam Tifoid
51. Intoleransi Makanan
52. Alergi Makanan
53. Keracunan Makanan
54. Penyakit Cacing Tambang

SISTEM SARAF
55. Strongilodiasis
56. Askariasis
57. Skistosomiasis
58. Taeniasis
59. Hepatitis A
60. Disentri Basiler, Disentri Amuba
61. Hemoroid Grade 1/2

SISTEM GINJAL SALURAN KEMIH
62. Infeksi Saluran Kemih
63. Gonore
64. Pielonefritis Tanpa Komplikasi
65. Fimosis
66. Parafimosis

SISTEM REPRODUKSI
67. Sindrom duh (discharge) genital (gonore dan nongonore)
68. Infeksi Saluran Kemih bagian bawah
69. Vulvitis
70. Vaginitis
71. Vaginosis bakterialis
72. Salpingitis
73. Kehamilan normal
74. Aborsi spontan komplit
75. Anemia Defisiensi Besi Pada Kehamilan
76. Ruptur Perineum Tingkat 1/2
77. Abses Folikel Rambut atau Kelenjar Sebasea
78. Mastitis
79. Cracked Nipple
80. Inverted Nipple

SISTEM ENDOKRIN, METABOLIK DAN NUTRISI
81. Diabetes melitus tipe 1
82. Diabetes melitus tipe 2
83. Hipoglikemia ringan
84. Malnutrisi energi-protein
85. Defisiensi vitamin
86. Defisiensi mineral
87. Dislipidemia
88. Hiperurisemia
89. Obesitas

HEMATOLOGI & IMUNOLOGI
90. Anemia defisiensi besi
91. Limfadenitis
92. Demam dengue, DHF
93. Malaria
94. Leptospirosis (tanpa komplikasi)
95. Reaksi anafilaktik

SISTEM MUSKOLESTAL
96. Ulkus Pada Tungkai
97. Lipoma

SISTEM INTEGUMEN
98. Veruka Vulgaris
99. Moluskum Kontagiosum
100. Herpes Zoster tanpa komplikasi
101. Morbili tanpa komplikasi
102. Varisela tanpa komplikasi
103. Herpes Timpleks tanpa komplikasi
104. Impetigo
105. Impetigo Ulseratif (Ektima)
106. Folikulitis Superfisialis
107. Furunkel, Karbunkel
108. Eritrasma
109. Erisipelas
110. Skrofuloderma
111. Lepra
112. Sifilis stadium 1 dan 2
113. Tinea Kapitis
114. Tinea Barbe
115. Tinea Fasialis
116. Tinea Korporis
117. Tinea Manus
118. Tinea Unguium
119. Tinea Kruris
120. Tinea Pedis
121. Pitiriasis Vesikolor
122. Kandidosis Mukokutan ringan
123. Cutaneus Larva Migran
124. Filariasis
125. Pedikulosis Kapitis
126. Pedikulosis Pubis
127. Skabies
128. Reaksi Gigitan Serangga
129. Dermatitis Kontak Iritan
130. Dermatitis Atopik (kecuali recalcitrant)
131. Dermatitis Numularis
132. Napkin Eczema
133. Dermatitis Seboroik
134. Pitiriasis Rosea
135. Akne Vulgaris Ringan
136. Hidradenitis Supuratif
137. Dermatitis Perioral
138. Miliaria
139. Urtikaria Akut
140. Exanthematous Drug Eruption, Fixed Drug Eruption
141. Vulnus Laseratum, Punctum
142. Luka Bakar Derajat 1 dan 2

FORENSIK DAN MEDIKOLEGAL
143. Kekerasan Tumpul
144. Kekerasan Tajam

BPJS Kesehatan
Badan Penyelenggara Jaminan Sosial

BPJS Kesehatan yang Tidak Dicover

Namun, tidak semua penyakit dan pengobatan bisa ditanggung oleh BPJS Kesehatan. Berikut ini adalah penyakit dan pengobatan yang tidak ditanggung BPJS:

1. Pelayanan meratakan gigi, behel, atau orthodonti
2. Gangguan kesehatan akibat sengaja menyakiti diri sendiri
3. Gangguan kesehatan akibat melakukan hobi yang membahayakan diri sendiri
4. Akupunktur non medis
5. Shin she
6. Chiropractic
7. Infertilitas
8. Pelayanan kesehatan untuk tujuan estetik
9. Pelayanan kesehatan di luar negeri
10. Program jaminan kecelakaan lalu lintas wajib mencakup beberapa fasilitas kesehatan
11. Cedera atau penyakit akibat kecelakaan kerja yang terjamin dalam program kecelakaan kerja
12. BPJS Kesehatan tidak mencakup fasilitas kesehatan yang tidak terdaftar atau bekerja sama, kecuali dalam kondisi darurat
13. Fasilitas kesehatan yang digunakan tanpa mengikuti prosedur yang ditetapkan tidak akan dijamin
14. Pengobatan dan tindakan medis sebagai percobaan atau eksperimen
15. Alat kontrasepsi
16. Kosmetik
17. Makanan bayi, susu
18. Perbekalan kesehatan rumah tangga
19. Pelayanan kesehatan akibat bencana pada masa tanggap darurat dan wabah
20. Cedera yang berhubungan dengan kesalahan penatalaksanaan medis termasuk kesalahan terapi dan diagnosis.

Reach for Great Protection

Periode: 1-31 Mei 2025

Maygic Deals

Premi terjangkau mulai dari
Rp 42 Ribu/bulan*
dan perlindungan hingga
Rp 2 Miliar**

Cicilan 0%
SAMPAI DENGAN 12 BULAN

*Produk GREAT Heart Attack Protection di usia 18-20 tahun
**Untuk asuransi GREAT Pro Assurance dengan usia masuk sampai dengan 24 tahun

Syarat dan Ketentuan lengkap: **id.gelife.co/Promo-GoGreat**

Reward dan Discount
Cashback gopay
Rp 100.000

+ **Extra Reward**
Logam Mulia 1 Gram

Special Promo Indonesia Women's Run

Khusus pembelian asuransi periode 1-15 Mei 2025

Free 1 Ticket
Kategori 5K atau 10K
Untuk pembelian asuransi GREAT Cancer Protection

Discount 10%
Seluruh Kategori
Untuk pembelian asuransi di GoGREAT!

Informasi dan pembelian tiket Indonesia Women's Run di:
www.indonesiawomensrun.com

Discount 25%
Yellow Fit Kitchen

Discount 20%
the Aesthetics skin

Double Deals
Yesdok cakap kimia farma

Dapatkan sekarang juga di:
gogreat.greateasternlife.co.id

Masukkan Kode Promo sebelum checkout **GOGREAT**

Great Eastern
A member of the OCBC Group

Reach for Great

GREAT Promo

Special Promo!

- Discount diberikan untuk karyawan dan keluarga yang memiliki benefit cashless kacamata
- Karyawan membawa kartu Great Eastern Life Indonesia dan ID Card/KTP
- Pihak Outlet Optik Melawai akan melakukan verifikasi data

OPTIK MELAWAI

GREAT Promo

OPTIK MELAWAI

Selain Cashless dan

Discount up to 20%

PEMBELIAN KACAMATA JADI SEMAKIN MUDAH

- Mulai sekarang pembelian kacamata di Optik Melawai **tidak memerlukan** lagi surat rujukan dokter dari Dokter Mata
- Pemeriksaan mata dapat dilakukan di semua cabang Optik Melawai
- Ketentuan ini berlaku khusus di Optik Melawai

Great Eastern
A member of the OCBC Group

Reach for Great

GREAT Promo

Kemudahan bertransaksi secara cashless dan dapatkan special promo " Get Free Lens Cleaner " di seluruh cabang Optik Melawai

SYARAT DAN KETENTUAN :

- Pembelian frame + lensa (lengkap) / lensa saja dengan minimum transaksi Rp. 1,000,000 (setelah diskon)
- Berlaku untuk pembelian secara Cashless untuk Asuransi dan Korporasi yang sudah bekerjasama
- Periode : 14 Mei - 24 Juli 2025
- Selama persediaan masih ada

GREAT Promo

emc HEALTHCARE

We Care with Passion

TERAKREDITASI PARIPURNA KARS

BENEFIT KHUSUS

HEMAT 5%

Bagi Peserta Great Eastern Life Indonesia

Untuk Layanan Rawat Inap dan Rawat Jalan

*) diluar jasa dokter, berlaku mulai 1 November 2024

EMC Priority Liaison Officer (EPLO)

- **RS EMC Alam Sutera**
  Jl. Alam Sutera Boulevard Kav. 25, Serpong Utara, Tangerang Selatan
  0858 9200 8601 (Dilla Fatma)
- **RS EMC Cibitung**
  Kawasan Industri MM2100, Jl. Kalimantan Blok CB-1, Cikarang
  0851 7512 8280 (Rahma)
- **RS EMC Grha Kedoya**
  Jl. Panjang Arteri No.26, Kedoya Kb. Jeruk, Jakarta Barat
  0812 2175 7828 (Siti Rosidah)
- **RS EMC Cikarang**
  Komplek The Oasis Kav. No. 1, Jl. Raya Cikarang, Cibarusah
  0812 1256 8870 (Ana)
- **RS EMC Pekayon**
  Jl. Pulo Ribung No.1, RT.1/RW.21, Pekayon Jaya, Bekasi
  0895 3213 54421 (Anditha)
- **RS EMC Pulomas**
  Jl. Pulomas Barat VI No.20, Kayu Putih, Pulo Gadung, Jakarta
  0858 1360 2251 (Ramdhani)
- **RS EMC Sentul**
  Jl. MH. Thamrin Kav. 57, Sentul City, Bogor,
  0819 2018 278 (Siska)
- **RS EMC Tangerang**
  Jl. KH. Hasyim Ashari No.24, Buaran Indah, Tangerang
  0895 4107 48136 (Dandy)

150 789 | 021 2977 9977 | emc.id | rs emc

Available on the App Store | GET IT ON Google Play

Download **EMCare** Sekarang!

Great Eastern
A member of the OCBC Group

Reach for Great

GREAT Promo

Free Upgrade Kamar

Untuk seluruh peserta asuransi

Great Eastern Life Indonesia

- Berlaku di Eka Hospital BSD, Bekasi, Cibubur, Pekanbaru, RSI Family, RSIA Grand Family, dan RS Medika Permata Hijau
- Berlaku untuk semua jenis kamar perawatan
- Upgrade 1 tingkat selama kamar tersedia
- Berlaku sampai 31 Desember 2025

Appointment Center
WA: 1-500-129

EKA HOSPITAL
BEKASI • BSD • CIBUBUR • PEKANBARU

Great Eastern
A member of the OCBC Group

Reach for Great

GREAT Reads
Vol. 58 | Mei 2025

GREAT Promo

RUMAH SAKIT St. Carolus SUMMARECON SERPONG

Insurance Privilege

UPGRADE GRATIS Kamar Perawatan

Khusus untuk nasabah Great Eastern Life Indonesia

Kenyamanan Anda Prioritas Kami

Syarat & ketentuan berlaku
- Berlaku hingga 31 Desember 2025
- Tidak dapat booking kamar terlebih dahulu
- Naik kelas 1 tingkat diatas hak kamar seharusnya

Call Center 021-5422-0811
Whatsapp Center 0812-8228-0880
www.carolussummarecon.com

Great Eastern
A member of the OCBC Group

Reach for Great

GREAT Promo

RUMAH SAKIT HERMINA GRAND WISATA

Program Bagi Nasabah Great Eastern

Naik Kelas Kamar Perawatan

Berlaku Untuk Peserta Asuransi Kumpulan Great Eastern Life Indonesia

Gratis*

Naik 1 (satu) tingkat
Kamar Perawatan

Naik kelas berlaku untuk kamar kelas 1 ke kamar Deluxe

Naik kelas kamar berlaku untuk pasien Opname dan Tindakan

Promo berlaku hingga 31 Desember 2025

Informasi lebih lanjut hubungi RS Hermina Grand Wisata

0816-983-063 (Lia)

* Selama kamar tersedia

Great Eastern
A member of the OCBC Group

Reach for Great

GREAT Promo

BRAWIJAYA

Great Eastern
A member of the OCBC Group

Reach for Great

mayapada hospital
Experience Better Care

PRIORITY HOSPITAL

Syarat & ketentuan

- Free Room Upgrade secara otomatis untuk kelas II dan kelas 1 di unit Mayapada Hospital Jakarta Selatan (MHJS) dan Mayapada Hospital Bogol (MHBG)
- Selama kamar tersedia
- Layanan antar jemput dari dan ke bandara
- Berlaku hingga 31 Desember 2025
- Layanan antar jemput tersedia untuk pasien yang akan menjalani rawat inap di Mayapada Hospital Tangerang (MHTG), Mayapada Hospital
- Jakarta Selatan (MHJS), Mayapada Hospital Bogor (MHBG) dan Mayapada Hospital Kuningan (MHKN)

Call Center 150770

Mayapada Hospital Jakarta Selatan (MHJS) | Mayapada Hospital Tangerang (MHTG) | Mayapada Hospital Bogor BMC (MHBG) | Mayapada Hospital Kuningan (MHKN) | Mayapada Hospital Surabaya (MHSB) | Mayapada Hospital Bandung (MHBD)

@MayapadaHospital | Mayapada Hospital | Mayapada Hospital | mayapadahospital.com

GREAT Promo

RS Premier Jatinegara

NIKMATI PROGRAM AUTOMATIC ROOM UPGRADE DI RS PREMIER JATINEGARA

- Berlaku mulai dari kelas kamar II
- Khusus untuk Peserta Asuransi Kumpulan Great Eastern Life Indonesia
- Sesuai dengan ketersediaan kamar
- Berlaku sampai dengan 31 Desember 2025

Untuk Reservasi, Hubungi:
Yuna - 0815 5519 4070

Great Eastern
A member of the OCBC Group

Reach for Great