# GREAT Reads

Vol. 60 | Juli 2025

## GREAT Health Article

- Apa Itu GERD? Kenali Penyakit Asam Lambung yang Sering Diabaikan
- Pengaruh Pola Makan pada GERD: Mengapa Makan Teratur Itu Penting

## GREAT Health Promo

- Happy Jooliday (**J**uly Sch**oo**L Ho**liday**)
- 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

# Apa Itu GERD? Kenali Penyakit Asam Lambung yang Sering Diabaikan

**dr. Resha D. Rusman, Sp. PD**

*Dokter Spesialis Penyakit Dalam – Primaya Hospital Hertasning*

PRIMAYA HOSPITAL

**Cek jadwal dokter Primaya Hospital di sini:**

**GERD atau *Gastroesophageal Reflux Disease*** adalah salah satu penyakit pencernaan yang kerap dianggap sepele, padahal bisa bisa berdampak serius jika dibiarkan. Dalam kondisi normal, terdapat katup bernama *Lower Esophageal Sphincter* (LES) yang membuka untuk membiarkan makanan masuk ke lambung, lalu menutup rapat untuk mencegah asam lambung naik kembali. Pada penderita GERD, otot LES melemah sehingga asam lambung mudah naik ke kerongkongan.

Naiknya asam lambung inilah yang menimbulkan sensasi panas seperti terbakar di dada, yang dikenal sebagai *heartburn*. Banyak orang juga mengeluh mulut terasa pahit atau asam, hingga kesulitan menelan. Meski umum terjadi, GERD bukanlah kondisi yang bisa diabaikan begitu saja.

## Mengapa GERD Bisa Terjadi?

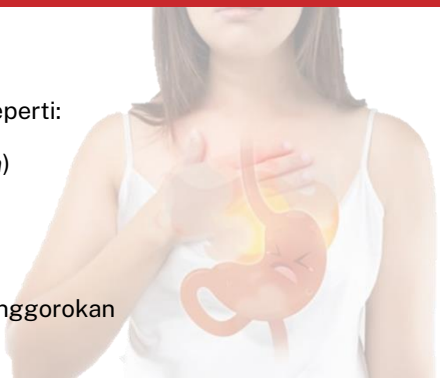
Ada banyak faktor yang menyebabkan melemahnya otot LES. Berat badan berlebihan menambah tekanan pada perut, kehamilan juga bisa menekan lambung sehingga asam mudah naik. Penuaan menyebabkan otot melemah secara alami. Beberapa kondisi medis seperti *gastroparesis*, hernia, atau gangguan jaringan ikat juga meningkatkan risiko.

Selain faktor fisik, gaya hidup modern berperan besar: pola makan yang tidak teratur, makan larut malam, konsumsi makanan pedas atau berlemak berlebihan, merokok, minum alkohol atau kopi berlebihan, hingga stress yang memicu lonjakan asam lambung.

GREAT Health Article

# Apa Itu GERD? Kenali Penyakit Asam Lambung yang Sering Diabaikan

## Gejala yang Perlu Diwaspadai



GERD dapat menimbulkan gejala yang bervariasi, seperti:

- Sensasi panas atau terbakar di dada (*heartburn*)
- Mulut terasa asam atau pahit
- Nyeri di ulu hati yang muncul dan hilang
- Mual atau muntah
- Bau mulut yang sulit hilang
- Sakit saat menelan atau rasa mengganjal di tenggorokan
- Suara serak
- Gigi yang menjadi lebih sensitif

## Bagaimana Dokter Mendiagnosis GERD?

Diagnosis GERD tidak hanya berdasarkan gejala, tapi juga wawancara mendalam tentang pola makan, aktivitas harian, hingga obat-obatan yang dikonsumsi. Pemeriksaan penunjang bisa berupa endoskopi untuk melihat kondisi kerongkongan, pengukuran pH untuk melihat tingkat keasaman, rontgen saluran cerna, atau manometri untuk mengukur kekuatan otot kerongkongan.

## Cara Mengatasi GERD

Penanganan GERD bersifat menyeluruh. Tidak hanya mengandalkan obat-obatan, tetapi juga perubahan gaya hidup. Dokter bisa meresepkan:

- Antasida untuk menetralisir asam lambung
- Penghambat reseptor H2 untuk mengurangi produksi asam
- *Proton Pump Inhibitor* (PPI) untuk menekan produksi asam lebih kuat
- Prosedur operasi pada kasus yang tidak responsif terhadap obat

Namun, yang tak kalah penting adalah perubahan gaya hidup. Penderita disarankan untuk makan dengan porsi kecil tapi lebih sering, menghindari makan menjelang tidur, mempertahankan berat badan ideal, berhenti merokok, menghindari alkohol, mengelola stres, dan memilih makanan yang lebih sehat.

# Apa Itu GERD? Kenali Penyakit Asam Lambung yang Sering Diabaikan

## Komplikasi Jika Tidak Ditangani

GERD yang dibiarkan tanpa penangangan dapat menyebabkan komplikasi serius seperti:

- Esofagitis atau radang kerongkongan yang bisa menyebabkan luka dan pendarahan
- Striktur atau penyempitan kerongkongan akibat jaringan parut
- *Esofagus Barrett*, kondisi prakanker akibat paparan asam lambung kronis
- Aspirasi paru, di mana asam lambung masuk ke paru-paru dan menyebabkan kerusakan

## Kapan Harus ke Dokter?

Segera konsultasi ke dokter jika gejala tidak membaik meski sudah minum obat, terjadi kesulitan menelan, muntah darah, berat badan turun tanpa sebab jelas, atau gejala berlangsung terus-menerus lebih dari tiga minggu.

Dengan diagnosis yang tepat dan pengelolaan menyeluruh, GERD dapat dikendalikan sehingga kualitas hidup penderita tetap terjaga.

GREAT Health Article

# Pengaruh Pola Makan pada GERD: Mengapa Makan Teratur Itu Penting

**dr. Nugraheni Irda, Sp. PD**

*Dokter Spesialis Penyakit Dalam – Primaya Evasari Hospital*

PRIMAYA HOSPITAL

**Cek jadwal dokter Primaya Hospital di sini:**

Bagi penderita GERD, makan bukan hanya soal kenyang atau tidak. Pola makan berperan besar dalam menentukan seberapa parah gejala muncul. GERD sendiri terjadi karena melemahnya katup LES yang membuat asam lambung naik ke kerongkongan. Makan tidak teratur atau melewatkan waktu makan bisa memicu kenaikan asam lambung berlebihan yang memicu gejala GERD.

Ketika perut kosong terlalu lama, produksi asam lambung tetap berjalan dan bisa menumpuk. Begitu makan terlambat, asam lambung yang berlebihan ini langsung memicu rasa nyeri, panas di dada, bahkan mual atau mulut terasa pahit. Inilah mengapa obat saja tidak cukup – mengatur pola makan adalah bagian penting dari pengobatan.

# Pengaruh Pola Makan pada GERD: Mengapa Makan Teratur Itu Penting

## Bagaimana Pola Makan yang Tepat untuk Penderita GERD?

Pengaturan pola makan mencakup beberapa aspek penting:

- **Waktu makan:** Makan teratur tiga kali sehari dengan jeda sekitar 4 jam membantu menjaga produksi asam lambung tetap stabil.
- **Porsi:** Hindari makan terlalu banyak sekaligus. Porsi yang terlalu besar membuat lambung penuh dan meningkatkan tekanan yang bisa mendorong asam naik ke kerongkongan.
- **Cara makan:** Mengunyah makanan perlahan membantu pencernaan lebih baik. Enzim di mulut bekerja optimal jika makanan dikunyah dengan saksama.
- **Jenis pengolahan:** Pilih makanan yang direbus atau dikukus. Hindari gorengan yang lebih sulit dicerna dan menambah risiko iritasi lambung.

## Pantangan yang Perlu Diperhatikan

Penderita GERD perlu menghindari beberapa jenis makanan karena sifatnya memicu produksi asam atau membuat LES semakin lemah:

- Makanan pedas yang menstimulasi kontraksi saluran cerna dan menimbulkan sensasi panas.
- Makanan asam seperti jeruk, stroberi, yoghurt, atau cuka yang bisa mengiritasi dinding kerongkongan.
- Makanan sulit dicerna seperti daging berlemak dan gorengan yang membuat lambung bekerja lebih keras.
- Makanan dan minuman yang menghasilkan gas seperti brokoli, sawi, nangka, kol, dan minuman bersoda yang meningkatkan tekanan dalam perut.

# Pengaruh Pola Makan pada GERD: Mengapa Makan Teratur Itu Penting

## Tips Tambahan untuk Mengurangi Gejala GERD

Selain mengatur pola makan, beberapa kebiasaan juga penting untuk membantu mengendalikan GERD:

- Hindari langsung berbaring setelah makan. Beri jeda 2-3 jam sebelum tidur untuk memastikan makanan tercerna dengan baik.
- Tidur dengan posisi kepala lebih tinggi menggunakan bantal untuk mencegah asam lambung naik.
- Pilih pakaian yang longgar agar tidak menekan perut.
- Usahakan olahraga ringan secara rutin, terutama di pagi hari, untuk membantu metabolisme dan mengurangi penumpukan asam lambung semalaman.

Dengan memahami bagaimana pola makan memengaruhi GERD, penderita dapat mengurangi gejala yang mengganggu dan mencegah kekambuhan.

Konsultasikan dengan dokter untuk mendapatkan saran yang sesuai dengan kondisi dan kebutuhan Anda.

GREAT Health Article

# 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 Bank OCBC: Health Day & Wellness Day

**10–20 Juni 2025** – Bank OCBC kembali menunjukkan komitmennya terhadap kesehatan dan kesejahteraan karyawan melalui penyelenggaraan **Health & Wellness Day** yang berlangsung di dua lokasi, yaitu **OCBC Tower (10–13 Juni)** dan **OCBC Space (16–20 Juni).** Acara ini menjadi bagian dari program keberlanjutan perusahaan untuk mendukung kualitas hidup seluruh karyawan.

Kegiatan Health & Wellness Day menghadirkan layanan pemeriksaan kesehatan gratis seperti tekanan darah, gula darah, kolesterol, indeks massa tubuh (BMI), pemeriksaan mata, gigi, kulit, hingga vaksinasi. Karyawan dapat memanfaatkan layanan ini untuk mengetahui kondisi kesehatannya secara dini dengan bimbingan tenaga medis profesional.

Acara juga diramaikan oleh pameran produk-produk kesehatan dari mitra seperti Good Doctor, Optik Melawai, RS Primaya, RS EMC, Kalbe, My Dents, Audy Dental, dan InHarmony yang menawarkan informasi, layanan, diskon khusus, hingga sampel produk.

Antusiasme peserta dan dukungan manajemen menunjukkan budaya perusahaan yang menempatkan kesehatan karyawan sebagai prioritas utama. Great Eastern Life Indonesia senantiasa mendukung karyawan untuk Jadi Hebat, Reach for Great dalam menjalani hidup yang lebih sehat dan produktif.

GREAT Event

# Wellness PT Intercontinental Pondok Indah: Edukasi Kesehatan & ISPA

**Kamis, 19 Juni 2025** – Hotel Intercontinental Pondok Indah menggelar kegiatan *wellness* di aula karyawan untuk meningkatkan kesadaran kesehatan melalui edukasi dan layanan pemeriksaan kesehatan. Acara dibuka dengan sesi sosialisasi benefit yang memperkenalkan berbagai layanan dan kemudahan akses program kesehatan bagi tamu dan staf hotel.

Salah satu sesi utama adalah Health Talk bertema "**Infeksi Saluran Pernafasan Akut (ISPA)"** yang dipandu oleh tenaga medis profesional. Peserta mendapatkan penjelasan mengenai penyebab, gejala, pencegahan, serta pengelolaan ISPA untuk meningkatkan imunitas, terutama di musim pancaroba, serta kesempatan bertanya langsung untuk memperdalam pemahaman.

Acara juga menyediakan layanan **Mini Medical Check Up (MCU)** yang meliputi pemeriksaan tekanan darah, asam urat, dan kolesterol untuk mendukung deteksi dini. Sesi cross selling produk Alternate melengkapi kegiatan dengan memperkenalkan solusi asuransi individu yang relevan.

Dengan pendekatan edukatif dan praktis, kegiatan *wellness* ini mendapat respons positif, mendukung upaya perusahaan membangun budaya kerja yang peduli kesehatan. Great Eastern Life Indonesia senantiasa hadir mendampingi para profesional agar bisa Jadi Hebat, Reach for Great dalam keseharian mereka.

GREAT Event

# Wellness PT Pintu Kemana Saja: Healthy Ergonomic Working Style

**Selasa, 17 Juni 2025** – PT Pintu Kemana Saja menyelenggarakan acara wellness sebagai upaya mendukung gaya hidup sehat dan meningkatkan kesadaran ergonomi kerja di kalangan karyawan. Acara ini menampilkan Health Talk bertema **"Healthy Ergonomic Working Style"** yang dipandu dr. Yoga Rozky Pratama, MARS, dari Good Doctor. Peserta mempelajari cara menerapkan posisi kerja yang lebih baik untuk mengurangi risiko cedera dan meningkatkan kenyamanan.

Selain edukasi, acara juga menghadirkan **Fun Booth interaktif** yang mempromosikan kebiasaan sehat dengan cara menyenangkan. Sesi cross selling produk Alternate turut memperkenalkan berbagai solusi perlindungan kesehatan.

Kegiatan ini menegaskan komitmen perusahaan dalam membangun lingkungan kerja yang lebih sehat dan produktif. Great Eastern Life Indonesia siap mendampingi setiap langkah karyawan untuk Jadi Hebat, Reach for Great.

GREAT Event

# Great Eastern Life Indonesia Dorong Sinergi Layanan Kesehatan Berkualitas lewat Healthcare Collaboration Forum 2025

10 Juli 2025 – Great Eastern Life Indonesia bekerja sama dengan Optik Melawai menyelenggarakan **Healthcare Collaboration Forum 2025** di Bandung pada **10 Juli 2025**. Forum ini merupakan bagian dari rangkaian kegiatan tahunan yang diadakan di berbagai kota besar di Indonesia. Pada tahun ini, *roadshow* telah dilaksanakan di Bali, Yogyakarta, Solo, dan Semarang, dengan Bandung sebagai kota kelima.

Acara ini dihadiri oleh 79 peserta yang mewakili 40 rumah sakit, laboratorium, dan klinik. Secara keseluruhan, rangkaian forum tahun ini telah melibatkan lebih dari 200 peserta dari 87 rumah sakit di berbagai kota. Healthcare Collaboration Forum 2025 dirancang sebagai sarana membangun dialog terbuka, saling berbagi pengalaman, dan memperkuat kerja sama antara perusahaan asuransi dengan mitra penyedia layanan kesehatan. Tema tahun ini menekankan pentingnya kesiapan bersama dalam mendukung penguatan ekosistem asuransi kesehatan sesuai arahan Otoritas Jasa Keuangan melalui SEOJK 7/2025.

GREAT Event

# Great Eastern Life Indonesia Dorong Sinergi Layanan Kesehatan Berkualitas lewat Healthcare Collaboration Forum 2025

Agenda utama di Bandung meliputi presentasi pembuka oleh Daniel Putranto selaku Head of Group Insurance Division Great Eastern Life Indonesia, sesi panel diskusi interaktif, dan pemberian penghargaan kepada rumah sakit mitra. Diskusi panel menghadirkan pembicara internal dari Great Eastern Life Indonesia. Dari pihak mitra, hadir Endung Irmawati dari Optik Melawai yang mendukung acara ini sebagai sponsor sekaligus berbagi perspektif mengenai kontribusi layanan kesehatan mata dalam mendukung sistem asuransi yang lebih inklusif.

Forum ini menjadi kesempatan untuk menegaskan kembali komitmen Great Eastern Life Indonesia bersama para penyedia layanan kesehatan dalam memperluas akses terhadap layanan yang berkualitas, transparan, dan terjangkau. Melalui kerja sama yang erat dan berkelanjutan, Great Eastern Life Indonesia ingin mendukung masyarakat meraih berbagai aspirasi dalam kehidupannya dengan layanan perlindungan kesehatan yang lebih baik. Hal ini sejalan dengan semangat untuk membantu setiap orang untuk meraih berbagai aspirasi dalam kehidupannya dan Jadi Hebat, Reach for Great.

# OPTIK MELAWAI

# Mata Malas pada Anak Penyebab, Gejala dan Penanganan

Great Eastern
A member of the OCBC Group
Reach for Great
GREAT Reads
Vol. 60 | Juli 2025

## Apa itu mata malas (*Amblyopia*)?

Mata malas atau *Amblyopia* adalah kondisi perkembangan penglihatan yang tidak normal pada anak, di mana otak lebih mengandalkan satu mata daripada mata lainnya. Hal ini terjadi karena gangguan koordinasi antara otak dan mata selama masa pertumbuhan. Jika tidak ditangani, mata yang lemah bisa kehilangan penglihatan permanen

## Penyebab mata malas

1. **Strabismus (Mata Juling)**: Ketidaksejajaran mata membuat otak mengabaikan gambar dari mata yang tidak lurus.
2. **Perbedaan Refraksi:** Perbedaan ukuran minus/plus antara kedua mata (misalnya, satu mata rabun jauh, yang lain normal).
3. **Penghalang Penglihatan:** Katarak bawaan atau kelopak mata turun (ptosis) yang menghalangi penglihatan.

## Gejala yang perlu diwaspadai

- Anak sering mengedipkan atau menggosok mata.
- Memiringkan kepala saat melihat sesuatu.
- Sulit memperkirakan jarak atau sering menabrak benda.
- Salah satu mata terlihat tidak sejajar.

## Diagnosis dan pemeriksaan

Pemeriksaan mata rutin oleh dokter spesialis mata anak sangat penting. Test meliputi:

- Pengukuran ketajaman visual.
- Pemeriksaan refraksi.
- Penilaian koordinasi mata dengan alat seperti cover test.

## Penanganan Amblyopia

1. **Kacamata atau lensa kontak:** Untuk memperbaiki kesalahan refraksi.
2. **Penutup mata (Eye Patching):** Menutup mata yang kuat untuk melatih mata yang lemah.
3. **Obat tetes atropin:** Mengaburkan penglihatan mata dominan sementara.
4. **Operasi:** Jika penyebabnya adalah katarak atau strabismus parah.

## Pencegahan dan pentingnya deteksi dini

- Lakukan pemeriksaan mata pertama sebelum usia 1 tahun.
- Ulangi pemeriksaan secara berkala, terutama jika ada riwayat keluarga.
- Segera konsultasi ke dokter jika anak menunjukkan gejala mencurigakan.

## FAQ tentang mata malas

1. **Apakah mata malas bisa sembuh total?**
   Ya, jika dideteksi sebelum usia 7-8 tahun dan penanganan dilakukan konsisten.
2. **Berapa lama penggunaan eye patch?**
   Biasanya 2-6 jam per hari, tergantung tingkat keparahan.
3. **Apakah operasi selalu diperlukan?**
   Tidak, hanya untuk kasus dengan penyebab struktural seperti katarak.

Dengan deteksi dini dan penanganan tepat, mata malas pada anak dapat diperbaiki sebelum mengganggu kualitas hidupnya. Jangan ragu berkonsultasi dengan dokter spesialis mata anak untuk pemeriksaan lebih lanjut!

**Referensi:**


1. American Association for Pediatric Ophthalmology and Strabismus (AAPOS). (2023). Amblyopia. Link
2. Mayo Clinic. (2022). Lazy Eye (Amblyopia): Symptoms & Causes. Link
3. National Health Service (NHS). (2021). Lazy Eye Treatment. Link



APAKAH ANDA SUDAH MENGGUNAKAN CASHLESS PROGRAM?

kunjungi website CORPORATE PARTNERSHIP di

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

# Tips-Tips Mencegah
## Infeksi Saluran Pernapasan Atas (ISPA)

**Infeksi Saluran Pernapasan Atas (ISPA)** adalah infeksi yang mempengaruhi saluran pernapasan bagian atas, termasuk hidung, tenggorokan, sinus, dan pita suara. Penyakit ini dapat meliputi pilek, sinusitis, tonsillitis, dan laringitis. ISPA bisa berbahaya bagi anak-anak, lansia, dan orang dengan masalah kekebalan tubuh. Penyebab umum ISPA adalah oleh Virus seperti Rhinovirus, RSV, dan Parainfluenza, serta bakteri seperti *Streptococcus* grup A dan *Bordetella* pertussis.

## Faktor Risiko ISPA

1

**Anak-anak:** Sistem kekebalan tubuh yang belum sempurna.

2

**Lansia:** Penurunan daya tahan tubuh seiring bertambahnya usia.

3

**Penyakit jantung/paru-paru:** Meningkatkan kerentanannya terhadap infeksi pernapasan.

4

**Perokok:** Merusak sistem pernapasan dan menurunkan imun.

5

**Tempat ramai:** Tempat seperti rumah sakit, sekolah, dan pusat penitipan anak meningkatkan risiko penularan.

Great Eastern
A member of the OCBC Group
Reach for Great
GREAT Reads
Vol. 60 | Juli 2025

## Gejala ISPA

Hidung tersumbat atau berair

Bersin, batuk, sakit tenggorokan

Sesak dada, demam, nyeri otot
Gejala biasanya berlangsung 3-14 hari, tapi bisa memburuk jika tidak ditangani dengan tepat.

## Pengobatan Alami ISPA

- **Jahe**: Meredakan radang tenggorokan dan gejala flu.
- **Madu**: Meningkatkan daya tahan tubuh dan memiliki sifat antibakteri.
- **Minyak kayu putih**: Melegakan hidung tersumbat.

**Daun mint:** Membantu mengatasi gangguan napas.

## Komplikasi ISPA

Jika tidak ditangani dengan baik, ISPA dapat menyebabkan komplikasi serius, seperti pneumonia atau infeksi saluran pernapasan bawah.

## Pengobatan Medis ISPA

01. Obat batuk, dekongestan, dan analgesik (misalnya acetaminophen).

02. Jika disebabkan bakteri, dokter bisa meresepkan antibiotik.

## Pencegahan ISPA

1. Cuci tangan secara teratur.
2. Hindari kontak dengan orang sakit.
3. Perbanyak konsumsi makanan kaya vitamin untuk meningkatkan daya tahan tubuh.
4. Hindari merokok dan polusi udara.
5. Istirahat cukup dan berolahraga secara teratur.

Good Doctor | Great Eastern
A member of the OCBC Group

# Kasus COVID-19 'Ngegas' di Asia!

## Yuk Terapkan Lagi Pencegahannya!

## Gejala

- Demam
- Batuk
- Sesak napas ringan
- Sulit nelan

## Bagaimana Kasusnya di Indonesia?

Konfirmasi **kasus COVID-19 di Indonesia** memasuki pekan ke-20 justru **mengalami penurunan** yakni tinggal 3 kasus, dari sebelumnya 28 kasus pada pekan ke-19 (positivity rate 0,59%). Jenis variandominan yang beredar yakni MB.1.1.

## Antisipasi

- Vaksin Influenza, COVID-19, dan patogen pernapasan lainnyaa jika dibutuhkan
- Jaga jarak dengan orang yang sedang sakit
- Tinggal di rumah saat sakit
- Menerapkan perilaku hidup bersih sehat (PHBS) dengan mencuci tangan menggunakan air mengalir dan sabun atau *hand sanitizer*
- Pastikan ventilasi yang baik
- Lakukan tes dan perawatan medis sesuai kebutuhan
- Segera ke fasilitas kesehatan jika mengalami gejala infeksi saluran pernafasan dan ada riwayat kontak dengan faktor risiko.
- Pakai masker jika sedang sakit atau jika berada di kerumunan

**Mitigasi**

**Lakukan upaya mengurangi risiko dan dampak.**
Jika ditemukan indikasi kasus Covid-19 laporkan ke Dinas Kesehatan, Rumah Sakit setempat.

## MERASAKAN GEJALA DIATAS?

Konsultasikan di **Good Doctor** pakai Benefit Asuransimu tanpa perlu ke rumah sakit

# 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

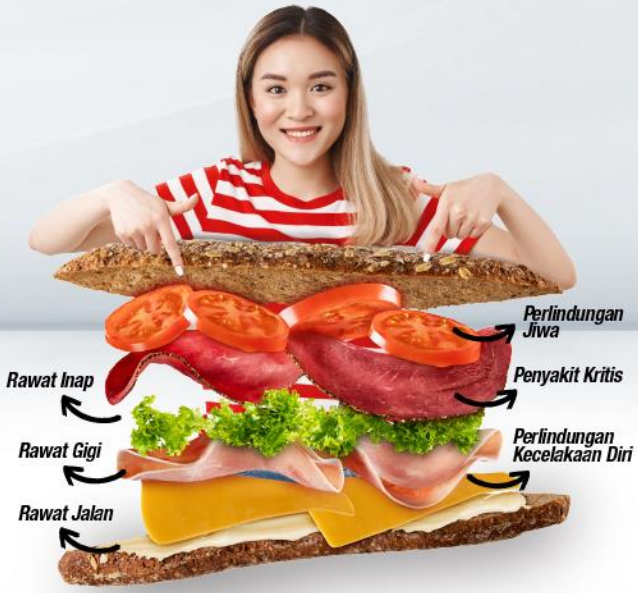
id.gelife.co/GEC-AppStore

**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 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. 60 | Juli 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

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

Great Eastern
A member of the OCBC Group
Reach for Great

# 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

# Happy Jooliday

Periode:
1-31 Juli 2025

July SchooL holiday

Voucher Up to
traveloka
Rp 100.000

Extra Reward
Logam Mulia
1 Gram

Hadiah Langsung

Discount 25%
Yellow Fit Kitchen

Discount 20%
the Aesthetics skin

Double Deals
Yesdok cakap kimia farma Laboratorium & Klinik

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

Cicilan
SAMPAI DENGAN
12 BULAN
0%

*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**

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 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

RUMAH SAKIT
St. Carolus
SUMMARECON SERPONG

Insurance Privilege

# UPGRADE GRATIS Kamar Perawatan

## Khusus untuk nasabah Great Eastern Life Indonesia

**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

GREAT Reads

Vol. 60 | Juli 2025

## 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