



Diamond Interest

E-BULLETIN

EDISI : MARET 2024

# DIAMOND News

SEMUA BISA SEHAT



**Diamond Interest**

TUBUH SEHAT AKTIVITAS MENINGKAT  
HIDUP SEHAT PENUH MANFAAT

**PILIHAN**  
(Motivasi)



**MANFAAT KESEHATAN  
BAWANG PUTIH  
YANG TELAH TERBUKTI**

**PENYAKIT MAAG  
SERUPA TAPI TAK SAMA  
DENGAN PENYAKIT ASAM LAMBUNG**



[www.diamondinterest.co.id](http://www.diamondinterest.co.id)

SCAN ME



# DIAMOND News

E-BULLETIN

EDISI : MARET 2024



## PILIHAN

Oleh: Luat Long / Support & Training Manager

Setiap hari, kita dihadapkan pada berbagai pilihan yang mempengaruhi arah hidup dan perjalanan kita. Pilihan tersebut dapat berupa keputusan kecil sehari-hari atau *keputusan besar yang dapat membentuk masa depan* kita. Dalam menjalani kehidupan, penting bagi kita untuk memahami arti dan dampak dari setiap pilihan yang kita ambil.

Pilihan adalah proses mengidentifikasi berbagai opsi dan memilih di antara mereka yang sesuai dengan tujuan, nilai, dan kebutuhan kita. Namun, kadang-kadang proses pengambilan keputusan bisa menjadi rumit dan menantang. Ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor seperti informasi yang tidak lengkap, ketidakpastian, atau pertimbangan emosional.

Bagaimanapun, penting bagi kita untuk mengembangkan kemampuan dalam membuat keputusan yang bijak. Salah satu kunci untuk melakukan hal ini adalah dengan melakukan *evaluasi yang cermat* terhadap setiap pilihan yang ada. Pertama-tama, kita perlu mengumpulkan informasi yang relevan dan mempertimbangkan konsekuensi dari setiap pilihan tersebut. Selanjutnya, kita dapat menilai opsi-opsi tersebut berdasarkan pada nilai-nilai dan tujuan kita.

Selain itu, dalam mengambil keputusan, kita juga perlu memperhatikan aspek-aspek *etis dan moral*. Keputusan yang kita ambil tidak hanya mempengaruhi diri kita sendiri, tetapi juga orang lain di sekitar kita. Oleh karena itu, penting untuk mempertimbangkan dampak dari pilihan kita terhadap orang lain dan lingkungan sekitar.

Namun demikian, meskipun kita telah melakukan semua persiapan dengan baik, kita tidak bisa menghindari kemungkinan membuat kesalahan dalam pengambilan keputusan. Kadang-kadang, meskipun dengan upaya terbaik kita, hasil dari pilihan yang kita buat tidak selalu sesuai dengan yang kita harapkan. Namun, hal ini bukanlah suatu kegagalan, melainkan kesempatan untuk *belajar dan tumbuh*.

Dalam menghadapi pilihan-pilihan di kehidupan, penting untuk diingat bahwa tidak ada jawaban yang sempurna atau mutlak. Setiap *pilihan membawa risiko* dan konsekuensi yang mungkin tidak dapat diprediksi sepenuhnya. Namun, dengan kesadaran diri yang baik dan kemampuan untuk mempertimbangkan secara cermat, kita dapat meminimalkan risiko dan memilih arah yang terbaik bagi kita.

Sebagai penutup dari artikel kita pada edisi kali ini, saya mengambil kata-kata bijak dari **Mary Crowley**, seorang pebisnis dan penulis buku, "*Kita bebas memilih, selanjutnya pilihan itu akan mengendalikan si pemilih.*" Itu sebabnya kita perlu hati-hati dengan pilihan hidup kita karena itulah yang akan mengendalikan dan menentukan hidup kita kelak. Sejujurnya, keberadaan kita hari ini adalah akibat dari keputusan-keputusan kita di waktu lalu. Seperti pepatah juga bilang, *kita adalah produk dari keputusan di masa lalu.*

Jadi, dalam setiap langkah hidup kita, marilah kita menjadikan kesadaran akan pilihan-pilihan kita sebagai panduan. Dengan memahami bahwa setiap pilihan memiliki konsekuensi dan dampak, kita dapat menjadi pembuat keputusan yang lebih bijak dan bertanggung jawab.

Semoga Bermanfaat & Sampai Jumpa di Panggung Sukses DI/DI4LIFE



# MANFAAT KESEHATAN BAWANG PUTIH YANG TELAH TERBUKTI

Oleh : dr. ZEN DJAJA MD. (Konsultan Medis)

## PENDAHULUAN

Penelitian telah menunjukkan bahwa **Bawang Putih (GARLIC)** memiliki beberapa manfaat kesehatan yang nyata dan terbukti, seperti :

- Perlindungan terhadap influenza,
- Membantu menurunkan tekanan darah,
- Menurunkan kadar Kolesterol dalam darah.

"**Jadikan makanan obat anda, bukan obat menjadi makanan anda.**"

Sebuah kalimat bijak terkenal dari dokter Yunani kuno, **Hippocrates**, yang sering disebut sebagai bapak Ilmu kedokteran Barat.

Beliau meresepkan Bawang Putih/Garlic untuk mengobati berbagai kondisi medis, dan ilmu pengetahuan modern telah membuktikan melalui berbagai penelitian, terhadap dampak kesehatan yang bermanfaat ini.



Berikut adalah **sejumlah manfaat kesehatan** dari **Garlic** yang telah didukung oleh penelitian pada manusia.

## 1. GARLIC MENGANDUNG SENYAWA DENGAN KHASIAT OBAT YANG KUAT

Bawang putih adalah tanaman golongan keluarga **Allium** (*bawang*). Bawang putih berkerabat dekat dengan bawang merah, dan daun bawang. Setiap ruas umbi bawang putih disebut **siung**. Ada sekitar kurang lebih 10 - 20 siung dalam satu umbi.

Bawang putih tumbuh di banyak bagian dunia dan merupakan bahan yang populer dalam masakan/kuliner, karena aromanya yang kuat dan rasanya yang lezat.

Namun, sepanjang sejarah kuno, penggunaan utama bawang putih adalah untuk kesehatan dan khasiatnya sebagai obat.

Penggunaannya tercatat dengan baik oleh banyak peradaban besar, termasuk Mesir, Babilonia, Yunani, Romawi, dan Cina.

Para ilmuwan kini telah mengetahuinya kalau sebagian besar manfaat kesehatan Garlic disebabkan oleh **senyawa sulfur** yang terbentuk ketika siung bawang putih dicincang, dihancurkan, atau dikunyah.

Mungkin senyawa yang paling terkenal adalah **ALLISIN**. Namun, Allicin adalah senyawa yang tidak stabil yang hanya ada sebentar pada bawang putih segar ketika dipotong atau dihancurkan.

Senyawa lain yang mungkin berperan dalam manfaat kesehatan Garlic, termasuk **Diallyl disulfida** dan **s-Allyl sistein**.

**Senyawa Sulfur** dari bawang putih, ketika masuk ke dalam tubuh melalui sistem saluran pencernaan, kemudian menyebar ke seluruh bagian dari tubuh. Akan memberikan dampak biologis yang kuat.

**RINGKASAN**, Garlic adalah tanaman dari keluarga bawang yang ditanam karena rasanya yang khas dan memiliki manfaat bagi kesehatan. Garlic mengandung senyawa sulfur, yang diyakini bertanggung jawab atas sejumlah manfaat kesehatan tersebut.

## 2. GARLIC SANGAT BERGIZI TETAPI MEMILIKI KALORI YANG SANGAT SEDIKIT

Kalori demi kalori, bawang putih sangat bergizi.

Satu siung (**3 gram**) bawang putih mentah mengandung :

Mangan : 2% dari Nilai Harian (NH)

Vitamin B6 : 2% dari NH

Vitamin C : 1% dari NH

Selenium : 1% dari NH

Serat : 0,06 gram

Dilengkapi dengan 4,5 kalori ; 0,2 gram protein ; dan 1 gram hidratarang. Garlic juga masih mengandung sejumlah kecil nutrisi lainnya.

**RINGKASAN**, Garlic memiliki rendah kalori tetapi kaya akan vitamin C, vitamin B6, dan mangan. Selain itu Garlic juga masih mengandung sejumlah kecil nutrisi lainnya.

## 3. GARLIC DAPAT MENINGKATKAN FUNGSI SISTEM KEKEBALAN TUBUH

Suplemen Garlic dapat membantu melindungi tubuh dari penyakit, termasuk flu biasa.

Sebuah penelitian selama 12 minggu menemukan bahwa suplemen Garlic setiap hari mampu menurunkan jumlah pilek hingga 63% dibandingkan dengan placebo.

Rata-rata lama gejala pilek juga berkurang 70%, dari 5 hari pada kelompok plasebo menjadi hanya 1,5 hari pada kelompok bawang putih. Penelitian lain juga menemukan bahwa ekstrak Garlic dosis tinggi (**2,56 gram per hari**) menurunkan jumlah hari sakit pilek atau influenza hingga 61%.

Namun, satu tinjauan menyimpulkan bahwa bukti-bukti tersebut tidak cukup dan diperlukan lebih banyak penelitian lagi. Meskipun belum ada bukti yang kuat, namun menambahkan Garlic ke dalam menu makanan mungkin layak dicoba jika anda sering terserang flu.

**RINGKASAN**, Suplemen Garlic dapat **membantu mencegah** dan **mengurangi** keparahan penyakit seperti influenza dan pilek, serta beberapa penyakit yang disebabkan oleh virus.

## 4. SENYAWA AKTIF DALAM BAWANG PUTIH DAPAT MENURUNKAN TEKANAN DARAH

Kematian akibat Penyakit kardiovaskular seperti '**serangan jantung**' dan '**stroke**' banyak terjadi, dibanding hampir semua kondisi lain. Tekanan darah tinggi, atau **hipertensi**, adalah salah satu faktor terpenting yang dapat menyebabkan penyakit-penyakit tersebut.

Penelitian pada manusia telah membuktikan bahwa suplemen Garlic memiliki dampak yang bermakna di dalam menurunkan tekanan darah pada manusia dengan tekanan darah tinggi.

Di dalam sebuah penelitian, dengan dosis antara 600 -1.500 mg ekstrak Garlic matang, sama efektifnya dengan obat **Atenolol** dalam mengurangi tekanan darah selama 24 minggu.

Dosis suplemen harus cukup tinggi untuk mendapatkan efek yang diinginkan. Jumlah yang dibutuhkan setara dengan sekitar empat siung Garlic per hari.

**RINGKASAN**, Garlic dosis tinggi nampaknya dapat menurunkan tekanan darah bagi mereka yang memiliki tekanan darah tinggi (**hipertensi**). Dalam beberapa kasus, suplemen mungkin sama efektifnya dengan obat biasa.

## 5. GARLIC BERDAMPAK PADA KADAR CHOLESTEROL DALAM DARAH

Bawang putih dapat menurunkan Kolesterol total dan LDL- Kolesterol, yang mana dapat menurunkan risiko terjadinya (**serangan**) **penyakit jantung**.

Bagi mereka yang memiliki Kolesterol tinggi, suplemen Garlic, nampaknya dapat menurunkan Kolesterol total dan LDL-Kolesterol sekitar 10 - 15%. Merujuk pada LDL-Kolesterol dan HDL- Kolesterol secara khusus, maka Garlic nampaknya menurunkan LDL-C tetapi tidak berdampak pada HDL-C. Kadar Trigliserida yang tinggi adalah faktor risiko lain yang diketahui terhadap penyakit jantung, tetapi Garlic sepertinya tidak memiliki dampak yang bermakna terhadap tingginya kadar Trigliserida.

**RINGKASAN**, Suplemen Garlic dapat mengurangi kadar Kolesterol total dan LDL-Kolesterol, terutama pada mereka yang memiliki kadar Kolesterol tinggi di dalam darah. HDL- Kolesterol dan untuk kandungan kadar Trigliserida di dalam darah, nampaknya tidak terpengaruh.

## 6. GARLIC MENGANDUNG ANTIOKSIDAN

Dapat membantu mencegah penyakit Alzheimer dan demensia. Kerusakan oksidatif akibat radikal bebas berkontribusi pada proses penuaan.

Garlic dengan kandungan **Antioksidan** mendukung mekanisme perlindungan tubuh terhadap kerusakan oksidatif. Suplemen Garlic dengan dosis tinggi terbukti meningkatkan enzim Antioksidan pada manusia, serta secara bermakna mengurangi stress oksidatif pada orang dengan tekanan darah tinggi.

Efek gabungan dalam menurunkan Kolesterol dan tekanan darah, serta sifat antioksidan, dapat mengurangi risiko kondisi kerusakan otak yang umum seperti penyakit Alzheimer dan demensia.

**RINGKASAN**, Garlic mengandung antioksidan yang dapat membantu melindungi dan mencegah terjadinya kerusakan sel pada penuaan. Hal ini dapat mengurangi risiko penyakit Alzheimer dan demensia.

## 7. GARLIC MEMPERPANJANG HIDUP LEBIH LAMA

Efek potensial Garlic terhadap umur panjang pada dasarnya tidak mungkin dibuktikan pada manusia. Namun mengingat efek menguntungkan pada faktor risiko penting seperti tekanan darah, masuk akal jika Garlic dapat membantu untuk hidup lebih lama. Fakta bahwa Garlic mampu melawan '**Penyakit Infeksi**' juga merupakan faktor penting, karena ini adalah penyebab umum kematian, terutama pada orang tua atau orang dengan sistem kekebalan tubuh yang rendah.

**RINGKASAN**, Garlic diketahui memiliki dampak menguntungkan terutama terhadap penyebab penyakit kronis umum, sehingga masuk akal jika Garlic juga mampu membantu untuk hidup lebih lama.

## 8. SUPLEMEN GARLIC MAMPU MENINGKATKAN PERFORMA ATLET/OLAHRAGAWAN

Garlic adalah salah satu zat "**Peningkat Kinerja**" yang terdepan. Secara tradisional digunakan dalam budaya kuno untuk mengurangi kelelahan dan meningkatkan kapasitas kerja para pekerja.

Hal ini diketahui, telah diberikan kepada para atlet Olimpiade di era Yunani kuno.

Penelitian pada hewan pengerat menunjukkan bahwa Garlic meningkatkan kinerja olahraga, namun masih sangat kurang penelitian yang dilakukan pada manusia. Dalam sebuah penelitian, terhadap '**penderita penyakit jantung**' yang mengonsumsi ekstrak minyak Garlic selama 6 minggu mengalami penurunan detak jantung sebesar 12% dan meningkatkan kapasitas olahraga yang lebih baik. *Namun pada sebuah uji terhadap sembilan pesepeda kompetitif tidak menemukan manfaat kinerja.*

Pada sejumlah Penelitian lain menunjukkan bahwa kelelahan akibat olahraga dapat diminimalisir dengan konsumsi Garlic.

**RINGKASAN**, Garlic dapat meningkatkan kinerja fisik pada hewan percobaan dan penderita penyakit jantung. Namun manfaatnya bagi manusia '**tanpa**' penyakit jantung belum dapat disimpulkan.

## 9. GARLIC DAPAT MEMBANTU MENDETOKSIFIKASI LOGAM BERAT DALAM TUBUH

Pada dosis tinggi Garlic, senyawa sulfurnya terbukti melindungi organ tubuh dari kerusakan akibat **toksistas logam berat**. Sebuah penelitian selama 4 minggu terhadap karyawan di pabrik aki mobil (*yang terpapar timbal secara berlebihan*) ditemukan bahwa Garlic mengurangi '**kadar timbal**' dalam darah sebesar 19%. Garlic juga mengurangi banyak tanda klinis toksistas, termasuk sakit kepala dan tekanan darah. Tiga dosis bawang putih setiap hari bahkan mengungguli obat D-penicillamine dalam mengurangi gejala.

**RINGKASAN**, Garlic terbukti secara bermakna [*dalam sebuah penelitian*], mengurangi toksistas timbal/Logam berat (Pb) serta gejala-gejala terkait.

## 10. BAWANG PUTIH DAPAT MENINGKATKAN KESEHATAN TULANG

Walaupun masih belum ada penelitian pada manusia yang mengukur dampak Garlic terhadap proses pengeroposan tulang, namun, penelitian pada hewan pengerat menunjukkan bahwa Garlic dapat meminimalkan '**Pengeroposan tulang**' dengan **meningkatkan hormon Estrogen** pada hewan betina.

Sebuah uji pada wanita menopause menemukan bahwa dosis harian ekstrak Garlic kering (*setara dengan 2 gram bawang putih mentah*) secara bermakna mampu menurunkan penanda pada kekurangan H. Estrogen. Hal ini menunjukkan bahwa suplemen Garlic, mungkin memiliki efek menguntungkan pada kesehatan tulang pada wanita. Makanan seperti bawang putih dan bawang bombay mungkin juga memiliki efek menguntungkan pada osteoarthritis (32Sumber Tepercaya).

**RINGKASAN**, Garlic nampaknya memiliki beberapa manfaat untuk kesehatan tulang dengan meningkatkan kadar H. Estrogen pada wanita, ini masih harus dilakukan dengan penelitian yang lebih lanjut.

## 11. GARLIC MUDAH DIMASUKKAN KE DALAM MAKANAN

Sebagai penambah rasa, walau ini bukan manfaat kesehatan tetapi tetap menjadi hal yang penting. Garlic sangat mudah untuk dimasukkan ke dalam menu makanan. Garlic melengkapi sebagian besar cita-rasa hidangan gurih, terutama sup dan saus. Rasa bawang putih yang kuat juga dapat menambah rasa pada sejumlah resep yang hambar.

Bawang putih tersedia dalam beberapa bentuk, mulai dari siung utuh dan pasta halus hingga bubuk serta suplemen seperti ekstrak Garlic dan minyak bawang putih. Cara umum menggunakan bawang putih adalah dengan menekan beberapa siung bawang putih segar dengan alat pemeras bawang putih, lalu campurkan dengan minyak zaitun [*extra virgin oil*] dan sedikit garam. Ini berfungsi sebagai saus salad yang sangat sederhana dan bergizi. Selain di atas, Bawang Putih dapat membuat masakan menjadi lebih tahan lama dan menjauhkan dari risiko '**Pembusukan**'

## EFEK SAMPING BAWANG PUTIH

Perlu diingat bahwa ada beberapa efek samping dari bawang putih, seperti bau mulut. Ada juga beberapa orang yang alergi terhadapnya.

Jika memiliki gangguan pendarahan atau sedang mengonsumsi obat pengencer darah, bicarakan dengan dokter sebelum meningkatkan asupan bawang putih.

## RINGKASAN

Bawang putih melezatkan dan mudah ditambahkan ke dalam makanan. Selain juga dapat digunakan dan dimasukan ke dalam hidangan agar terasa gurih, seperti : sup, saus, dan banyak lagi. Juga dapat menurunkan dari resiko Pembusukan makanan. *Zd13032024*

# PENYAKIT MAAG SERUPA TAPI TAK SAMA DENGAN PENYAKIT ASAM LAMBUNG

Oleh : dr. IMELDA MARGARETHA (Konsultan Medis)



Maag disebut juga Lambung, kata Maag berasal dari Bahasa Belanda. Maag atau Lambung adalah salah satu organ dari Sistem Pencernaan berupa kantong pencernaan yang terletak di bawah Sekat Rongga Dada (Diafragma). Asam Lambung adalah cairan yang terdapat dalam Lambung yang tersusun dari Asam Chlorida (HCl), Kalium Chlorida (KCl), dan Natrium Chlorida (NaCl), yang berperan penting untuk pencernaan Protein makanan, karena Asam Lambung akan mengaktifkan Enzim Pencernaan pengurai Protein makanan menjadi rantai panjang Asam Amino. Asam Lambung diproduksi oleh Sel-sel yang terdapat pada Lambung.

Penyakit yang berkaitan dengan Asam Lambung dalam dunia Medis lebih dikenal dengan istilah GERD (Gastroesophageal Reflux Disease). Sedangkan Penyakit pada Lambung atau Maag dalam dunia Medis lebih dikenal sebagai Gastritis. Jadi Penyakit Maag (Gastritis) dan Penyakit Asam Lambung (GERD) adalah 2 kondisi yang berbeda.

Penyakit Maag (Gastritis) adalah penyakit akibat kerusakan struktur atau peradangan yang terjadi pada dinding bagian dalam (Mucosa) Lambung.

## Beberapa penyebab Penyakit Maag (Gastritis) adalah:

- ✓ Sering terlambat makan.
- ✓ Sering stress pikiran berlebihan.
- ✓ Merokok
- ✓ Sering mengkonsumsi alkohol, dan minuman tinggi Caffein seperti ; kopi, teh, dll.
- ✓ Sering mengkonsumsi obat-obatan tertentu (misalnya ; obat pereda nyeri),
- ✓ Mengidap Penyakit Autoimun.
- ✓ Infeksi bakteri Helicobacter pylori

## Penyakit Maag (Gastritis) yang ringan biasanya ditandai dengan gejala-gejala sebagai berikut :

- Nyeri pada ulu hati dan kembung.
- Mual hingga muntah,
- Selera makan menurun.

Jika gejala-gejala Maag (Gastritis) yang ringan diabaikan, akibatnya kondisi Peradangan Mucosa Lambung akan semakin parah, sehingga dapat menimbulkan gejala yang lebih berat yaitu; muntah darah hingga kotoran BAB yang berwarna hitam. Penyakit Maag (Gastritis) yang sudah parah dapat menimbulkan komplikasi lain berupa timbulnya Anemia dan Kanker Lambung.

Beralih ke Penyakit Asam Lambung (GERD) adalah ; penyakit akibat naiknya Asam Lambung dari Lambung balik arah kembali ke arah Kerongkongan. Balik arahnya Asam Lambung ke Kerongkongan dapat terjadi berulang ketika "Katup" antara Lambung dan Kerongkongan yang disebut Sphincter Oesophagus bagian bawah tidak berfungsi dengan baik, sehingga memungkinkan Asam Lambung kembali naik ke arah Kerongkongan. Gejala utama ketika Penyakit Asam Lambung (GERD) kambuh adalah rasa panas di Dada yang dikenal dengan istilah Heartburn dan Mulut terasa asam atau pahit. Heartburn biasanya terjadi justru setelah makan dan dapat berlangsung sampai lebih dari 1 jam. Heartburn akan memburuk Ketika setelah makan diikuti dengan posisi berbaring atau membungkuk. Selain itu ketika Penyakit Asam Lambung (GERD) kambuh, biasanya juga ditandai dengan beberapa gejala lain, yaitu:

- Mudah kenyang. - Menimbulkan mual bahkan muntah
- Lebih sering bersendawa. - Dan bau mulut.

Jika Penyakit Asam Lambung (GERD) sudah sering kambuh berulang dan berlangsung lama, biasanya dapat menimbulkan gejala lain yang lebih berat, yaitu :

- ✓ memicu timbulnya Radang Tenggorokan, ✓ Jantung berdebar.
- ✓ sesansi sulit menelan, ✓ Sulit tidur.
- ✓ Batuk kering, bahkan sesak nafas.

Penyakit Asam Lambung (GERD) yang sudah parah dapat menimbulkan komplikasi lain berupa timbulnya Kanker Oesophagus.

Faktor-faktor risiko yang memicu timbulnya Penyakit Asam Lambung (GERD) dan memperburuk kondisi Penyakit Asam Lambung (GERD), yaitu:

- Kondisi sering menahan lapar/ tidak makan terlalu lama.
- Merokok.
- Makan dalam porsi besar sekaligus.
- Rutin mengkonsumsi obat yang bersifat Asam, misalnya : obat Pereda nyeri.
- Makan malam terlalu dekat dengan jam tidur malam.
- Kegemukan.
- Terlalu banyak makan makanan yang pedas, berlemak/ berminyak, dan asam.
- Kondisi Kehamilan.
- Kebiasaan minum minuman beralkohol dan bercafein.

Setelah kita mengenal perbedaan mekanisme terjadinya Penyakit Maag (Gastritis) dan Penyakit Asam Lambung (GERD), ada baiknya kita mencoba tips yang dapat meredakan 2 kondisi penyakit tersebut, misalnya :

1. Pola makan lebih teratur
2. Makan dengan porsi lebih sedikit tetapi sering.
3. Mulai membiasakan \*sering\* minum air putih sekitar 1,5L setiap hari.
4. Hindari makanan berlemak, asam dan pedas.
5. Hindari minuman beralkohol dan bercafein.
6. Mengelola stress pikiran.
7. Istirahat yang cukup.

Dapat juga dikonsumsi suplemen Jelly Gamat (Sea Cucumber) dan Susu Kambing (Goat's Milk). Suplemen Jelly Gamat (Sea Cucumber) kaya kandungan Mukopolisakarida, Kolagen, dan berbagai senyawa lain yang bersifat Anti Peradangan/ Anti Inflamasi untuk memperbaiki kerusakan atau peradangan pada Lapisan Mucosa Lambung. Sedangkan Susu Kambing (Goat's Milk) memiliki PH agak Basa, yang dapat membantu menetralkan kelebihan Asam Lambung dan meringankan gejala-gejala Penyakit Maag (Gastritis) dan Penyakit Asam Lambung (GERD). Jelly Gamat (Sea Cucumber) dan Susu Kambing (Goat's Milk) keduanya sebaiknya diberikan sebelum makan agar dapat bersentuhan langsung dengan permukaan Mucosa Lambung. Jelly Gamat (Sea Cucumber) dan Susu Kambing (Goat's Milk) keduanya akan bekerja searah untuk memperbaiki Penyakit Maag (Gastritis) dan Penyakit Asam Lambung (GERD). Salam Sehat & Selamat Menunaikan Ibadah Puasa.



# USIA 6 BULAN SUDAH KONSUMSI GOAT MILK

## UNTUK MENINGKATKAN KEKEBALAN TUBUH DAN PERKEMBANGAN OTAK



**AZMI (usia 8 bulan)**  
**Kp Batureok, Kec. Pameungpeuk, Kab. Garut**

Nama saya asih lusianah ibu dari Azmi Waktu kehamilan usia 5 bulan saya di beritahu tetangga untuk mengkonsumsi GOAT'S MILK tablet dari PT. DIAMOND INTEREST ,tetangga saya mengatakan minum GOAT'S MILK supaya zanin dalam kandungan lebih kuat dan aktif dan si ibu juga tidak gampang sakit dan mual2 , penasaran lalu saya pesen dan beli 1 botol GOAT'S MILK lalu mengkonsumsi GOAT'S MILK tablet sehari 3 tab bangun tidur dan 3 sore hari sebelum makan, minum selama dua bulan sebanyak 2 btl yang berisi 150 tablet , memasuki usia kandungan 7 bulan saya berhenti konsumsi GOAT'S MILK karna pergerakan zanin di dalam perut begitu sangat aktif , kadang suka sakit perut saya karena begitu aktif si janin didalam perut bergerak2. Saya setop sampai saya melahirkan. Singkat cerita saya sudah melahirkan dan anak saya sudah usia 6 bulan. Diusia 6 bulan ini saya ingat tetangga saya kembali dan saya pesen lagi GOAT'S MILK dan kembali saya konsumsikan ke anak saya GOAT'S MILK secara langsung dengan di emut sendiri kadang dicairkan dengan air hangat 3 tablet goat's milk / 30 ml air untuk di diminumkan, selama 3 bulan penuh konsumsi GOAT'S MILK tablet anak saya begitu aktif, dan cepat bereaksi menangkap reaksi yang diterima ngemilnya kuat, makan buah buahan suka banget sekarang usia 8 bulan dan masih konsumsi goat's milk tablet PT diamond interest, tidak mudah sakit, terlihat cerdas dan periang.

Saya sangat beruntung sekali ketemu GOAT's MILK dan Berterima kasih kepada Diamond Interest semoga sukses dan bisa membantu khalayak masyarakat untuk kesembuhan dan kesehatan

Terimakasih DIAMOND INTEREST semoga bertambah SUKSES DAN JAYA pada DIAMOND INTEREST dengan produk2nya yg the best semoga selalu sukses dan berjaya.

Muat temen2 yang mau konsumsi seperti saya silahkan klik link dibawah ini  
<https://www.diamondinterest.co.id/goatsmilk/>

*Semoga bermanfaat buat temen temen semua*



# ATAS PRESTASI JUARA 2024

## TOP 5 DIAMOND INTEREST SALES PERFORMANCE FEBRUARI 2024

<p>TOP 5 DIAMOND INTEREST SALES PERFORMANCE 2024</p>  <p><b>TOP 1</b> TC005 TINA WAHYUNI T. Surabaya</p>	<p>TOP 5 DIAMOND INTEREST SALES PERFORMANCE 2024</p>  <p><b>TOP 2</b> B0078 BAMBANG BUDI S Binjai</p>	<p>TOP 5 DIAMOND INTEREST SALES PERFORMANCE 2024</p>  <p><b>TOP 3</b> B0037 ESTER GINTING Tanah Karo</p>	<p>TOP 5 DIAMOND INTEREST SALES PERFORMANCE 2024</p>  <p><b>TOP 4</b> B 0005 ANARITA SILALAH Tangerang</p>	<p>TOP 5 DIAMOND INTEREST SALES PERFORMANCE 2024</p>  <p><b>TOP 5</b> A0003 R. DADANG ROCHIDI Bandung</p>
---	--	---	--	--

## Konsultasi Kesehatan

Kesehatan Anda Bermasalah ?  
Kondisi Fisik Anda Terganggu ?

**KONSULTASIKAN DENGAN AHLINYA**

**dr. Zen Djaja**  
Konsultan Medis

**dr. Imelda Margarita**  
Konsultan Medis

Silahkan Kunjungi website kami : [www.diamondinterest.co.id](http://www.diamondinterest.co.id) atau

**SCAN ME**

**SEMUA BISA SEHAT**



**Diamond Interest**

**TUBUH SEHAT AKTIVITAS MENINGKAT  
HIDUP SEHAT PENUH MANFAAT**



# DOKUMENTASI KEGIATAN

## BULAN FEBRUARI 2024



**Seminar EBC CIREBON Sabtu, 3 Feb 2024**



**Sharring bersama team Cirebon Pembahasan DI4LIFE, 3 Feb 2024**



**ZOOM ONLINE dan ZOOMBAR  
HEALTH TALK "KENCING MANIS" 15 Februari 2024**

**ZOOM ONLINE dan ZOOMBAR  
PRODUCT TALK "GANO PLUS, KOPI GANO, GOATS MILK" 23 Februari 2024**



# HEALTH TALK

## ASAM LAMBUNG

JUMAT,  
15 MARET 2024  
JAM : 14.00 - 16.00 WIB  
LIVE ON **zoom**  
MEETING ID: 875 8053 4411

Ikuti Offline ZOOMBAR :  
- Cirebon  
- Tanjung Sari (medan)

www.diamondinterest.co.id



Presenter: G. Chandro Rini, Narasumber: dr. Imelda Margaretha

# PRODUCT Talk

DYNA RH, MILK THISTLE, GRAPE SEEDS



KAMIS  
**21 MARET 2024**  
14.00 - 16.00 WIB

LIVE ON **zoom**  
MEETING ID : 819 0283 0542

Ikuti Offline ZOOMBAR :  
- Cirebon  
- Tanjung Sari (medan)



www.diamondinterest.co.id



Narasumber: dr. Zen Dajaja, Presenter: Luat Long

Ikuti Online ZOOM dan Offline ZOOMBAR Seminar KESEHATAN dan BISNIS bersama DIAMOND INTEREST



Ayo... Kita Jalan-Jalan, Senang-Senang, Makan-Makan Ke **BALI** atau **BANGKOK PATAYA** (khusus DII) atau Ke **KOREA** (khusus DI4LIFE) Pilihan Paket Express →



## JADWAL KEGIATAN NASIONAL (TAHUN 2024)

TGL.	NAMA KEGIATAN	JUDUL / THEMA	WAKTU	TEMPAT	PIC
<b>SEMESTER 1</b>					
<b>MARET</b>					
02	BOP + Healthy talk	Jantung Koroner	14.00 – 17.00 wib	Cirebon	Luat, dr. Imelda, Felisia
08-09	FM Offline Dynagrow	Cabai	19.00 – 21.00 wib	Dolok sanggul	Jinsono
09	FM Offline	Digrow umum	19.00 – 21.00 wita	Minsel	jefry
15	Health Talk	Asam lambung	14.00 – 16.00 wib		Dr. Imelda, GCR
21	Product Talk	Dyna RH, Milk Thistle, Grape Seeds	14.00 – 16.00 wib		Dr. Zen, Luat
22	Seminar Online Dynagrow	Padi	15.00 – 17.00 wib	Kuningan-Cirebon	Jinsono, Asep
<b>APRIL</b>					
18	Health Talk	Bugar Pasca Lebaran	14.00 – 17.00 Wib		Dr. Zen, Luat
20 - 21	Training PBC DI4Life		09.00 – 19.00 wib	Sibolangit	Bintang, Muller, Jinsono
20	Training Hypno Selling & WEBSITE DI4LIFE	Hybrid	12.00 – 17.00 WIB	Cirebon + Sibolangit	GCR, Haris, Farid, Bintang
26	Product Talk	Garlic, Gamat, Tonic	14.00 – 16.00 wib		Dr. Imelda, GCR
27	Pelaksanaan Digrow Vaganza Regional Bali			Bali	Ali
27	Seminar Online Dyna Grow	Cabai	14.00 – 16.00 WIB	Kuningan-Cirebon	Jinsono, Asep