

## Kodim 0709/Kebumen Selenggarakan Penyuluhan Kesehatan Penyakit Stroke Dan Jantung

Nurfaizin - [KEBUMEN.XPRESS.CO.ID](http://KEBUMEN.XPRESS.CO.ID)

Oct 20, 2022 - 17:46



*narasumber dari Pemerhati Kesehatan H.Solkhan Handono dengan materi kesehatan tentang cara mencegah terjadinya gejala stroke dan jantung*

yang diikuti oleh personel TNI dan PNS di Aula Gajah Mada Makodim 0709/Kebumen, Kamis (20/10/2022).

Kegiatan itu menghadirkan narasumber dari Pemerhati Kesehatan H.Solkhan Handono dengan materi kesehatan tentang cara mencegah terjadinya gejala stroke dan jantung dengan sinar matahari pagi.



Plh. Perwira Seksi Personil (Pasipers) Kodim 0709/Kebumen Kapten Arm Imam Ari Setiyawan menyampaikan, seluruh jajaran Kodim Kebumen harus mengikuti pengarahan bagaimana mencegah terjadinya gejala stroke dan penyakit jantung menggunakan terpaan sinar matahari pagi.

“H. Solkhan Handono merupakan pemerhati kesehatan tanpa obat yang sudah memberikan ilmunya di berbagai penjuru Nusantara. Untuk itu mari kita dengarkan apa yang disampaikan olehnya untuk kita ambil manfaatnya,” jelasnya.

Sementara, H. Solkhan Handono mengatakan, untuk menjaga kesehatan kita harus memiliki pola hidup sehat, dalam kehidupan banyak orang menderita berbagai penyakit, namun disini akan disampaikan " bagaimana cara mengobati dengan menggunakan media sinar matahari". Di usia yang sudah tidak muda lagi, banyak penyakit yang diderita oleh kita. Penyebabnya antara lain pola makan yang tidak teratur, contohnya penyakit jantung, pemakaian bumbu dapur seperti garam, cabai, jeruk nipis yang terlalu berlebihan.

Di sela-sela pengarahan diselingi dengan terapi kepada beberapa prajurit Kodim Kebumen menggunakan media batu kalung yang mengandung energi infra merah.

Penderita penyakit jantung, kebanyakan dokter menyarankan agar mengurangi penggunaan garam dalam masakan yang dikonsumsi sehari-hari.

Hal yang lain seperti penggunaan Hand Phone, kalau memakai di dekat telinga akan mempengaruhi otak kita. Di dalam Hand Phone itu sendiri ada gelombang elektromagnetik yang dapat merusak otak.

Disarankan penyimpanan Hand Phone agar di saku samping. Peredaran darah yang tidak lancar menyebabkan tubuh mudah terserang penyakit untuk itu dengan berolahraga yang teratur, dapat memperlancar peredaran darah.

Bio infra merah merupakan penyembuhan dengan cara terapi pengobatan tanpa obat. Stroke penyakit jantung bisa di derita siapa saja tidak mengenal usia. "Dengan olah raga yang teratur, pola makan yang baik akan mengurangi terjadinya stroke atau jantung," katanya.

Jurnalis: Pendim 0709/Kebumen