APA SAJA YANG PERLU DILAKUKAN DALAM MENANGANI PENYAKIT GAGAL GINJAL KRONIK ?

Penyakit gagal ginjal kronik merupakan penyakit yang bersifat permanen. Tujuan pengobatan pada penyakit gagal ginjal kronik adalah :

1. Mengobati penyakit penyebab
2. Mempertahankan fungsi ginjal yang masih berfungsi atau tersisa
3. Mencegah komplikasi penyakit jantung
4. Mengatasi gejala dan keluhan akibat gangguan fungsi ginjal

KAPAN PENDERITA GAGAL GINJAL KRONIK HARUS CUCI DARAH ?

Cuci darah atau hemodialisis pada penderita gagal ginjal kronik harus dilakukan bila :

1. Terjadi komplikasi yang membahayakan jiwa : koma, kelebihan cairan, sesak nafas akibat kelebihan cairan, kadar kalium yang tinggi, kelainan jantung.
2. Muncul gejala-gejala penumpukan racun sisa metabolisme : mual, muntah, bingung, kehilangan nafsu makan, kualitas hidup menurun
3. Pada pemeriksaan laboratorium didapatkan : kadar asam darah tinggi (asidosis), kadar kreatinin > 8 mg%, kadar BUN > 100 mg%, atau fungsi ginjal mengalami penurunan hingga 5% atau kurang.

APA CIRI KEBERHASILAN CUCI DARAH ?

Program cuci darah disebut berhasil bila :

1. Penderita kembali menjalani hidup normal
2. Penderita kembali menjalani diit normal
3. Jumlah sel darah merah dapat ditoleransi
4. Tekanan darah normal
5. Tidak terdapat kerusakan syaraf

INSTALASI DIALISIS
RSUP Dr. SARDJITO

SEMOGA LEKAS SEMBUH

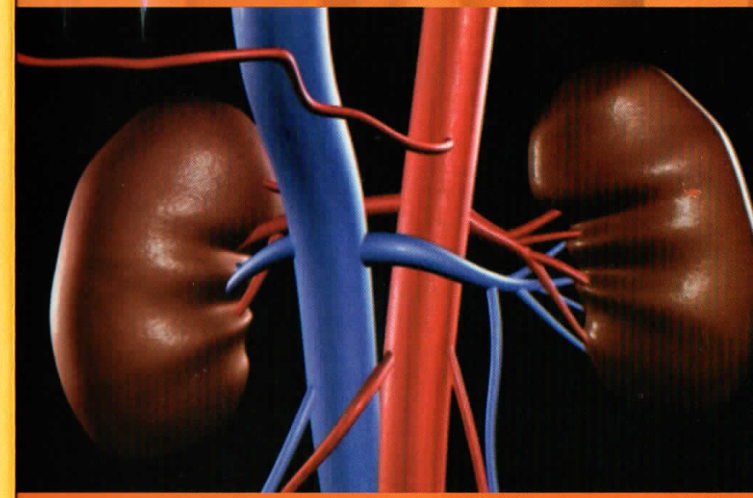
RSUP Dr. SARDJITO - YOGYAKARTA

"Mitra Terpercaya Menuju Sehat"

No. 71/Leaflet/UPKRS/2015

KEMENTERIAN KESEHATAN RI
DIREKTORAT JENDERAL BINA UPAYA KESEHATAN
RSUP Dr. SARDJITO

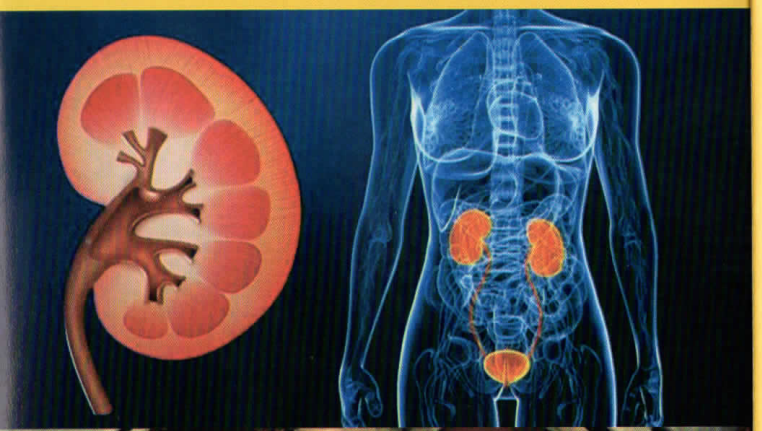
MENGENAL GAGAL GINJAL

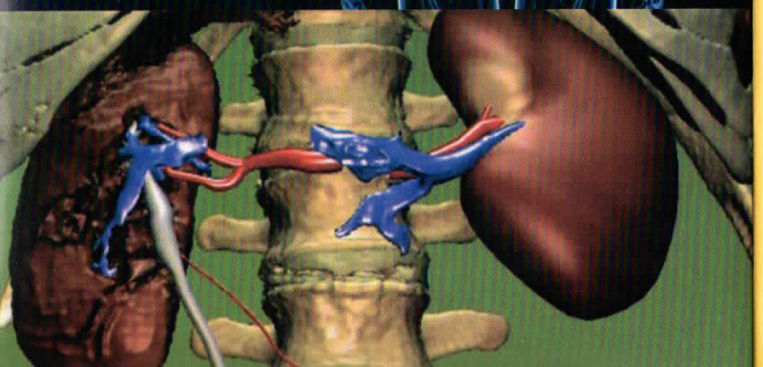


UNIT PROMOSI KESEHATAN RUMAH SAKIT (UPKRS)
RSUP Dr. SARDJITO
Jl. Kesehatan No. 1 Sekip, Bulaksumur, Yogyakarta 55284
Telp. (0274) 587832 / 587333 / 631190 ext. 359
Email : pkrs.sardjitohospital@gmail.com

APA YANG DIMAKSUD DENGAN PENYAKIT GAGAL GINJAL?

- Penyakit gagal ginjal adalah kondisi fungsi ginjal gagal melakukan pekerjaannya, yaitu menyaring darah dari limbah-limbah metabolisme. Akibatnya terjadi penumpukan racun, air dan mineral berbahaya dalam darah yang pada akhirnya akan menyebabkan kematian
- Ada 2 jenis gagal ginjal, yaitu
  1. Gagal Ginjal Akut
  2. Gagal Ginjal Kronik
- Gagal gijal akut : terjadi ketika ginjal tiba-tiba berhenti menyaring produk limbah
- Gagal ginjal kronik : berkembang perlahan-lahan dan berangsur memberat dengan sedikit gejala pada tahap awal





KENAPA BISA TERJADI GAGAL GINJAL KRONIK..?

Gagal ginjal kronik terjadi karena adanya kelainan atau penyakit yang tidak segera disembuhkanseperti:

- Adanya infeksi pada ginjal
- Adanya peradangan pada ginjal
- Penyakit jantung,mis: darah tinggi
- Kelainan bawaan dan penyakit keturunan
- Penyakit kencing manis / DM
- Keracunan obat-obatan

APA SAJA GEJALA GAGAL GINJAL KRONIK ?

- Pada awalnya tidak memiliki gejala apapun sampai fungsi ginjal menurun tinggal 20 persen atau kurang
- Gejala atau tanda yang biasanya muncul adalah :
  a. Tekanan darah tinggi
  b. Berat badan menurun
  c. Kehilangan nafsu makan
  d. Mual dan muntah
  e. Rasa logam di lidah
  f. Kurang darah
  g. Sesak nafas
  h. Nyeri dada
  i. Kebingungan
  j. Koma atau kehilangan kesadaran
  k. Dan gejala lain seperti : mati rasa, kesemutan, gatal-gatal, jumlah kencing menurun, kram-kram, gangguan tidur dan bengkak-bengkak karena kelebihan cairan

BAGAIMANA MENCEGAH SAKIT GAGAL GINJAL KRONIK ?

Umumnya penyakit ini tidak dapat dicegah sepenuhnya, namun dapat diambil langkah-langkah untuk mengurangi dan menghambat risikoberkembangnya penyakit.

A. Pola Makan Sehat

- Tujuan untuk menurunkan kadar kolesterol dalam darah dan menjaga tekanan darah tetap normal.
- Konsumsi makanan berimbang meliputi banyak sayuran dan buah segar.
- Menghindari makanan kaya lemak jenuh tinggi seperti goreng-gorengan, mentega, santan kelapa, keju, kue, biskuit, serta makanan-makanan yang mengandung minyak kelapa atau minyak sawit.
- Banyak konsumsi makanan yang kaya lemak tidak jenuh yang dapat mengurangi kadar kolesterol, antara lain minyak ikan, avocad, kacang dan biji-bijian, minyak bunga matahari, minyak biji sawi, minyak zaitun.
- Membatasi konsumsi garam tidak lebih dari 6 gram sehari yang setara dengan satu sendok the penuh.

B. Hindari Rokok dan Minuman Keras

C. Olahraga Teratur

- Disarankan untuk menjalankan aktivitas aerobik dengan intensitas menengah seperti berenang atau lari pagi selama setidaknya 2 -3 jam tiap minggu.

D. Baca Petunjuk Obat

- Konsumsi obat pereda sakit seperti aspirin, ibuprofen, piroksikam, jamu rematik dapat menyebabkan gangguan ginjal.

E. Waspada Diabetes

- Tiap tahun, pengidap diabetes disarankan untuk memeriksakan fungsi ginjalnya. Ikuti saran dokter dan lakukan langkah-langkah untuk menjaga kondisi.