



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



- Ikuti saran dokter dengan mengangkat, menaiki tangga, mengendarai mobil, aktifitas seksual, serta olah raga. Gunakan teknik relaksasi dan penurunan stress
- Lakukan perawatan penyangga leher:
 - I. Gunakan penyangga sepanjang waktu sesuai anjuran dokter
 - ii. Bersihkan leher dua kali sehari dengan Sabun lembut
 - iii. Pertahankan penyangga leher tepat pada saat penyangga dibuka
- Dorong dan damping pasien untuk melanjutkan program rehabilitasi setelah pulang



Disusun Oleh:
KFK PENYAKIT BEDAH &
KOMITE KEPERAWATAN
RSUP Dr. SARDJITO YOGYAKARTA

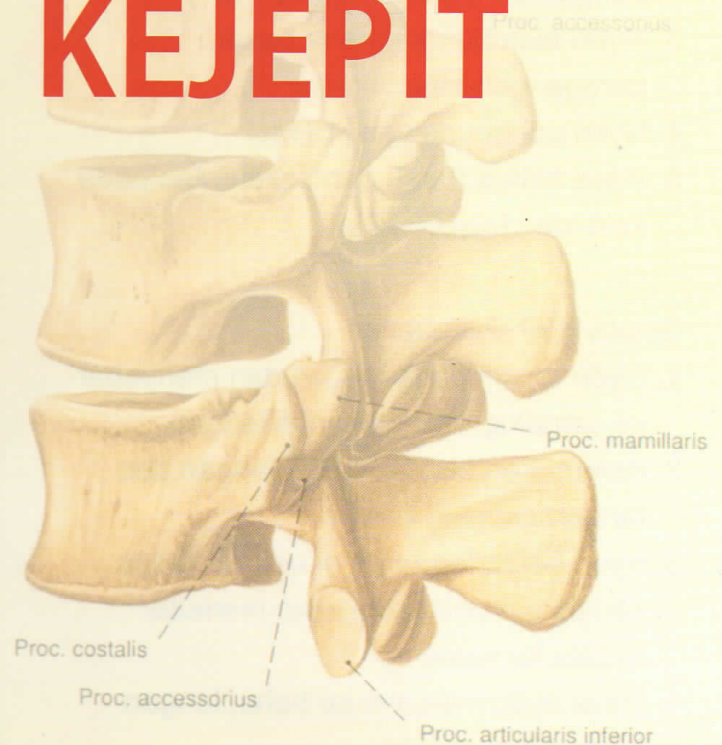
KSM Bedah Syaraf
RSUP Dr. Sardjito / FK UGM

SEMOGA LEKAS SEMBUH

RSUP Dr. SARDJITO - YOGYAKARTA

"Mitra Terpercaya Menuju Sehat"

MENGENAL SARAF KEJEPIT



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 HNP?

HNP merupakan gangguan dimana bagian dalam tulang belakang terdorong keluar.

APA SAJA SIH TANDA DAN GEJALA HNP?

Gejala HNP di Punggung:

1. Nyeri menyebar mulai dari pinggang, kaki hingga telapak kaki
2. Kelemahan Otot kaki, Kelemahan otot atau pengecilan pada derajat akhir
3. Nyeri memburuk karena batuk, peregangan atau tertawa
4. Nyeri punggung yang berat
5. Rasa kebas (baal) dan kesemutan pada kaki atau telapak kaki

Gejala HNP Pada leher:

1. Nyeri dalam pada lengan dan menyebar ke samping, kesemutan di lengan
2. Kelemahan otot kaki, otot lengan dan tangan menjadi lemah
3. Nyeri leher, terutama di belakang dan samping meningkat ketika memutar kepala ke samping
4. Rasa nyeri menjalar ke bahu, lengan tangan dan jari-jari
5. Nyeri memburuk karena batuk, meregang atau tertawa
6. Kelemahan otot leher dan bahu

TERAPI / PENGOBATAN

1. Konservatif / Non operasi
2. Operatif, dilakukan jika konservatif gagal

BAGAIMANA PERAWATAN HNP DIRUMAH SETELAH OPERASI?

- Perawatan area luka operasi: pertahankan area luka bersih dan kering serta tertutup balutan kering
- Kenali tanda-tanda infeksi, seperti demam, kemerahan atau iritasi, keluar cairan dan peningkatan rasa nyeri
- Segera kontrol ke pelayanan kesehatan
- Modifikasi aktifitas, aktifitas secara bertahap:
 - i. Hindari duduk atau berdiri lebih dari 30 menit
 - ii. Hindari berputar, merunduk, mendangak atau memutar leher
 - iii. Hindari mengemudi kendaraan dalam waktu yang lama
 - iv. Hindari tidur dalam posisi tengkurap atau menggunakan bantal untuk menurunkan fleksi leher pada tempat tidur pertahankan kepala pada posisi netral.
 - v. Gunakan kasur dan kursi pendukung yang kuat
 - vi. Gunakan sepatu tanpa hak
 - vii. Batasi mengangkat beban

