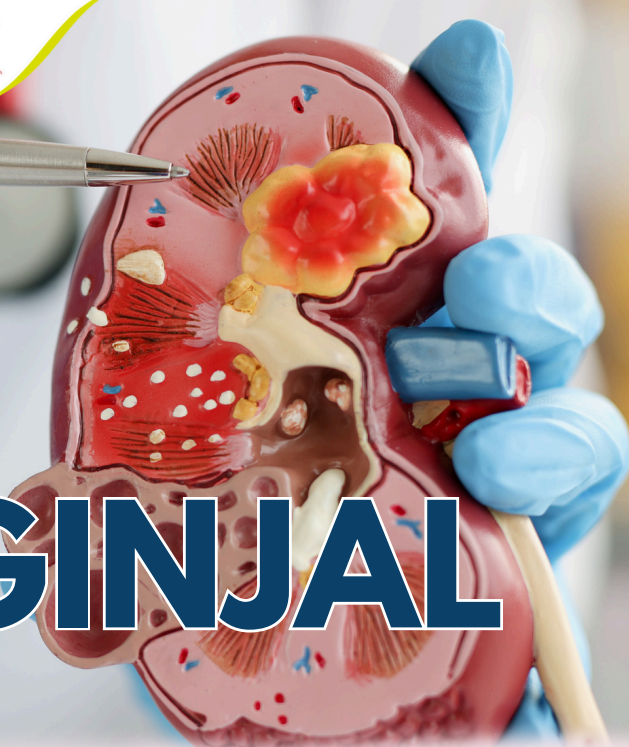


Mengenal GAGAL GINJAL



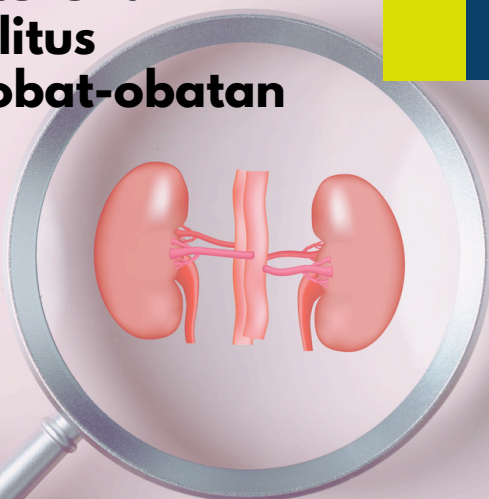
Kenapa Bisa Terjadi Gagal Ginjal Kronik?

Gagal ginjal Kronik terjadi karena adanya kelainan atau penyakit yang tidak segera disembuhkan seperti :

- Adanya infeksi pada ginjal
- Adanya peradangan pada ginjal
- Tekanan Darah Tinggi
- Kelainan bawaan dan penyakit keturunan
- Diabetes Melitus
- Keracunan obat-obatan

Apa yang dimaksud dengan Penyakit Gagal Ginjal ?

Kondisi fungsi ginjal gagal melakukan pekerjaannya, yaitu menyaring darah dari limbah metabolisme. Akibatnya terjadi penumpukan racun, air dan mineral berbahaya dalam darah yang bisa menyebabkan kematian





Gejala Gagal Ginjal Kronik

Tidak ada gejala sampai fungsi ginjal menurun 20 % atau kurang

Gejala atau tanda yang biasanya muncul adalah

- Tekanan darah tinggi
- Berat badan menurun
- Kehilangan nafsu makan
- Mual dan muntah
- Rasa logam di lidah
- Kurang darah
- Sesak nafas
- Nyeri dada
- Kebingungan
- Kehilangan kesadaran
- Gejala lain seperti mati rasa, kesemutan, gatal-gatal, jumlah kencing menurun, kram, gangguan tidur dan bengkak karena kelebihan cairan

Mencegah Sakit Gagal Ginjal Kronik

Kurangi Risiko Gagal Ginjal Kronik dengan

A. Pola Makan Sehat

- Menurunkan kadar kolesterol darah dan menjaga tekanan darah tetap normal
- Konsumsi makanan seimbang
- Menghindari makanan kaya lemak jenuh tinggi : gorengan, mentega, santan, keju, kue, biskuit dan makanan yang mengandung kelapa atau minyak sawit
- Konsumsi makanan sumber lemak tidak jenuh : minyak ikan, avocad, kacang, biji-bijian, minyak bunga matahari, minyak biji sawi, minyak zaitun

B. Hindari rokok dan Minuman Keras

C. Olahraga teratur

- Disarankan untuk aktifitas aerobik dengan intensitas menengah seperti berenang atau lari pagi 2 -3 jam tiap minggu

D. Baca Petunjuk Obat

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

E. Waspada Diabetes Melitus

- Periksa fungsi ginjal penderita DM tiap tahun dan ikuti saran dokter



Jenis Gagal Ginjal

1. Gagal Ginjal Akut

- ginjal tiba-tiba berhenti menyaring produk limbah

2. Gagal Ginjal Kronik

- berkembang perlahan-lahan dan berangsur memberat dengan sedikit gejala pada tahap awal

Perlu dilakukan dalam Menangani Penyakit Ginjal Kronik

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

- Mengobati penyakit penyebab
- Mempertahankan fungsi ginjal yang masih berfungsi atau tersisa
- Mencegah komplikasi penyakit jantung
- Mengatasi gejala dan keluhan akibat gangguan fungsi ginjal



Kapan Penderita Gagal Ginjal Kronik Harus Cuci Darah ?

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



Keberhasilan Cuci Darah

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