

Perawatan Luka & Obat

5

Cara merawat Luka Operasi

Jaga luka tetap bersih dan kering

Jangan menggaruk atau membuka perban tanpa instruksi

Ganti perban hanya sesuai instruksi tenaga medis

Minum obat sesuai aturan

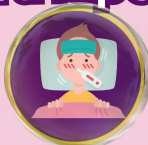
Obat nyeri / antibiotik jangan dilewati

Jangan menambahkan obat lain tanpa konsultasi dokter

Segera lapor bila:



Nyeri hebat yang tidak hilang dengan obat



Demam >38°C



Luka terasa Panas, merah, bengkak, keluar nanah

Kapan harus Kembali ke Dokter

6

Hubungi dokter atau rumah sakit jika muncul:



Demam tinggi >38°C



Mual/muntah terus menerus



Luka bernanah/berdarah terus



Napas sesak/nyeri dada



Tidak bisa buang air kecil/besar



Nyeri tidak tertahankan

Pemulihan terbaik Dimulai dari Kepatuhan, Kesabaran, Komunikasi Dengan Tenaga Kesehatan



Pemulihan Pascaoperasi

Panduan makan, aktivitas, dan perawatan setelah operasi untuk pasien & keluarga



@promkes_mdjamil

#Kepuasan Anda Adalah Kepedulian Kami

Apa itu Masa Pemulihan



Masa Pemulihan adalah waktu yang dibutuhkan tubuh untuk kembali pulih setelah operasi dan efek anestesi.

Faktor yang memengaruhi

- Jenis operasi yang dilakukan
- Kondisi kesehatan pasien sebelum operasi
- Nutrisi, istirahat, dan kepatuhan terhadap instruksi dokter
- Ada/tidaknya komplikasi pascaoperasi

Kapan Boleh Makan setelah Operasi

Makan dan minum diberikan bertahap sesuai kondisi pasien dan jenis anestesi.

Tahapannya

0-2 jam setelah sadar: Belum boleh makan/minum.

Setelah diperbolehkan dokter / anestesi: Air putih / cairan bening (air mineral, teh tawar, kaldu jernih)

Jika tidak mual atau muntah: Bubur halus / susu rendah lemak / sup bening

Jika sudah kuat dan tidak mual: Makanan lunak → makanan biasa secara bertahap

Yang harus dihindari di awal

- ✗ Minuman bersoda/berkafein
- ✗ Makanan pedas & berlemak



✗ Makan tergesa-gesa

Kapan Boleh Bergerak setelah Operasi

Gerakan ringan justru membantu pemulihan, tapi harus sesuai instruksi dokter.



Panduan aktivitas

Jangan langsung bangun sendiri dari tempat tidur

Lakukan latihan napas dalam untuk mencegah infeksi paru

Gerakkan kaki atau tekan otot betis untuk mencegah bekuan darah

Jalan ringan jika dokter / perawat sudah mengizinkan

Hindari dulu:

- ✗ Mengangkat beban berat
- ✗ Duduk terlalu lama tanpa bergerak
- ✗ Aktivitas fisik berat atau olahraga

