Kemenkes RS M. Djamil

Perawatan Di Rumah Setelah Operasi TRANSPLANTASI GINJAL

Pola Makan

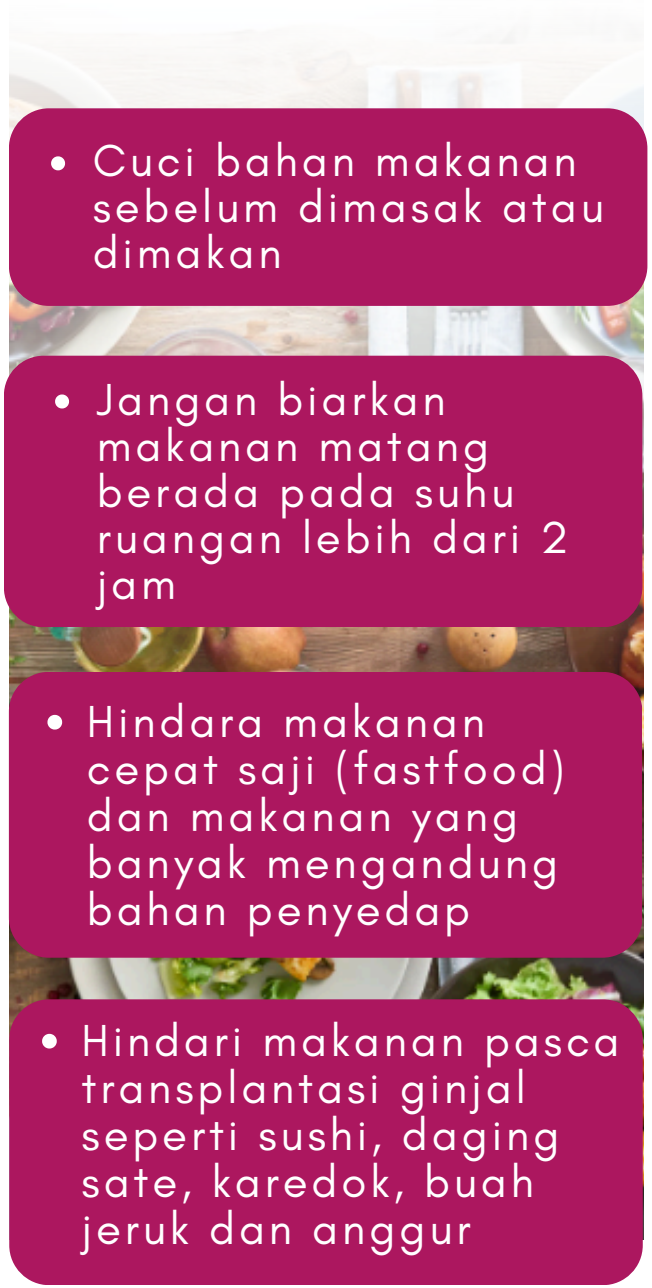
- Minum air putih dimasak sampai mendidih sempurna.
- Tidak boleh minum minuma kaleng dan bersoda.
- Menghindari makanan berisiko tinggi, seperti :

a. Makanan yang telah kadaluarsa

b. Telur, daging unggas, ikan, seafood mentah atau setengah matang

c. Susu tanpa pasteurisasi (susu murni)

d. Sayuran mentah (lalapan)



- Cuci bahan makanan sebelum dimasak atau dimakan
- Jangan biarkan makanan matang berada pada suhu ruangan lebih dari 2 jam
- Hindara makanan cepat saji (fastfood) dan makanan yang banyak mengandung bahan penyedap
- Hindari makanan pasca transplantasi ginjal seperti sushi, daging sate, karedok, buah jeruk dan anggur



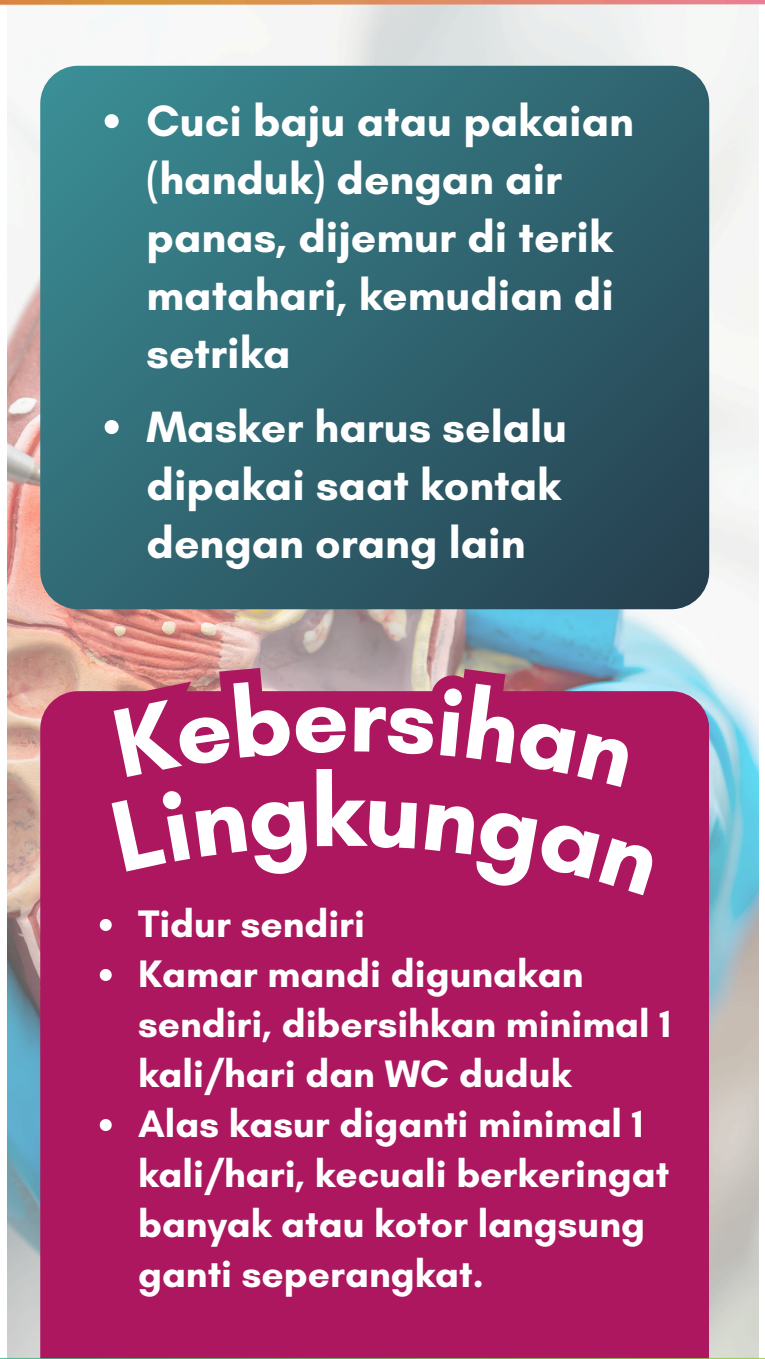
HOSPITAL TOUR

@promkes_mdjamil

#Kepuasan Anda Adalah Kepedulian Kami

Kebersihan Diri

- Mandi minimal 2 kali/hari dan keramas (menggunakan air hangat)
- Cuci tangan setiap kali akan makan atau minum
- Piring makan dan gelas tersendiri, cuci dengan air panas
- Baju diganti minimal 2 kali/hari, jika berkeringat banyak maka langsung diganti
- Cuci baju atau pakaian (handuk) dengan air panas, dijemur di terik matahari, kemudian di setrika
- Masker harus selalu dipakai saat kontak dengan orang lain



Kebersihan Lingkungan

- Tidur sendiri
- Kamar mandi digunakan sendiri, dibersihkan minimal 1 kali/hari dan WC duduk
- Alas kasur diganti minimal 1 kali/hari, kecuali berkeringat banyak atau kotor langsung ganti seperangkat.

- **Kebersihan kamar tidur :**

  Tidak boleh ada debu;
  Tidak ada baju yang digantung
  Kalau menggunakan karpet, divakum tiap hari;
  Usahakan tidak menggunakan kipas angin (AC diperbolehkan);
  Dinding kamar dilap setiap hari
- Keset kaki yang berbahan handuk, diganti setiap hari
- Hindari kontak dengan keeramaian selama 3 bulan
- Tidak boleh ada kunjungan tamu minimal 3 bulan
- Setelah kembali dari luar rumah, harus mandi dan keramas
- HP tidak boleh dipinjamkan dan dilap dengan kassa swab/kassa alkohol
- Kalau demam, flu, atau keluhan berat, segera lapor via WA ke dr. Harnavi Harun, Sp.PD,.KGH minimal 2x24 jam (jika demam tidak turun)

HOSPITAL TOUR

@promkes_mdjamil

#Kepuasan Anda Adalah Kepedulian Kami