



rumah sakit umum
asy syifa sami
Rikhsat Menuju Sehat

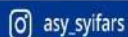
MATERI EDUKASIBAGI PASIEEN & KELUARGA



rumah sakit umum

asy syifa sami

#IkhtiarMenujuSehat



asy_syifars



asysyifars



www.asysyifa-sambi.com

INSTALASI PROMOSI KESEHATAN RUMAH SAKIT

Jl.Raya Bangak-Simo KM.07, Sambi, Boyolali 57376

RSU ASY SYIFA SAMBI



Jl. Bangak - Simo, KM. 7, Sambi, Boyolali | 57376



DAFTAR ISI

- I. Penggunaan Obat dan Interaksi Terhadap Makanan**
- II. Penggunaan Peralatan Medis Secara Efektif & Aman**
- III. Diet dan Nutrisi**
- IV. Pencegahan Cacat Sekunder & Dampak dari Immobilisasi**
- V. Pengendalian Pencegahan Infeksi (PPI / PCI)**
- VI. Manajemen Nyeri**

MATERI EDUKASI BAGI PASIEN & KELUARGA

PENGUNAAN OBAT & INTERAKSI TERHADAP MAKANAN

PENGGUNAAN OBAT & INTERAKSI TERHADAP MAKANAN



Obat adalah bahan / paduan bahan yang digunakan untuk penetapan diagnosis, pencegahan, penyembuhan, pemulihan, peningkatan kesehatan dan kontrasepsi untuk manusia.

Penggunaan obat yang aman dan efektif oleh pasien dapat meningkatkan tercapainya tujuan terapi dan dapat dihindarkan terjadinya efek yang merugikan pasien.

CARA PEMAKAIAN OBAT

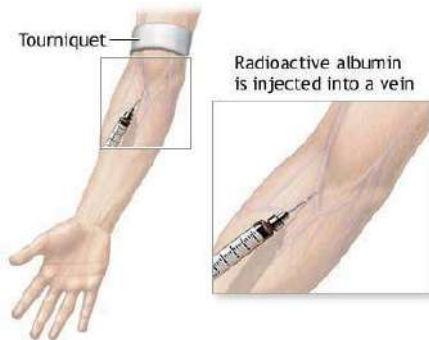


**Sebelum Pemakaian Obat,
Bacalah Instruksinnya
dengan seksama**

CARA PEMAKAIAN OBAT

1) Rute Penggunaan Obat :

- a) Injeksi : IV, IM, SC, Subkutan**
- b) Per Oral (Mulut) : untuk diminum, dikunyah, atau dihisap**
- c) Topikal (Kulit) : untuk dioleskan pada kulit**
- d) Per Rectal : dimasukkan melalui anus**



CARA PEMAKAIAN OBAT

2) Takaran dosis : Jumlah gram/ miligram, tablet, sendok



2) Waktu Pemakaian :

a) Sebelum makan

**b) Sesaat makan, misalnya Acarbose
(obat Diabetes Melitus) diminum
setelah suapan pertama**

CARA PEMAKAIAN OBAT

- c) Sesudah makan**
- d) Malam hari, misalnya obat anti kolesterol**
- e) Pagi hari, misalnya obat pelancar kencing (Diuretik)**



CARA PENYIMPANAN OBAT



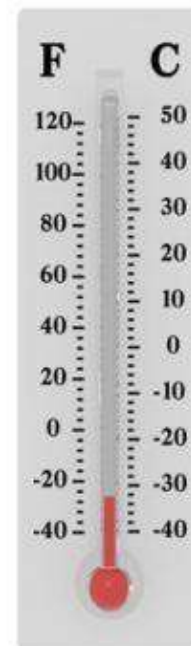
- 1. Jauhkan obat dari jangkauan anak-anak, anda dapat menyediakan kotak obat sebagai tempat penyimpanan.**
- 2. Simpan obat dalam wadah atau kemasan aslinya.**

CARA PENYIMPANAN OBAT

3. Simpan dalam wadah tertutup

4. Simpan obat dalam suhu yang sesuai

obat yang memerlukan suhu yang dingin dalam lemari es : suppositoria & sirup



CARA PENYIMPANAN OBAT

5. **Simpan obat di tempat yang sejuk dan terhindar dari sinar matahari secara langsung**



CARA PENYIMPANAN OBAT

6. **Jangan mencampur berbagai macam obat dalam satu tempat/wadah**
7. **Jangan menyimpan obat-obatan yang sudah kadaluarsa**



CARA PENYIMPANAN OBAT

8. Jangan menyimpan obat tablet / kapsul di tempat panas / lembab



CARA PENYIMPANAN OBAT

9. Untuk obat cair dalam botol :

- a) Jangan memasukkan kembali obat yang telah dituang ke dalam botol**
- b) Batas kadaluarsa yang tercantum tidak berlaku jika botol telah dibuka
contoh : sirup antibiotik harus dihabiskan sesuai anjuran dokter**



OBAT KADALUARSA ATAU RUSAK

A. Berubah Bentuk

- **Sirup : berubah kental atau encer**
- **Salep : berubah cair**
- **Tablet : terjadi pengikisan/ rapuh**



OBAT KADALUARSA ATAU RUSAK

**Kapsul : bagian luar
menjadi lengket**



**Injeksi : yang berupa
bubuk menggumpal
pada saat
diencerkan**



OBAT KADALUARSA ATAU RUSAK

B. Berubah Warna



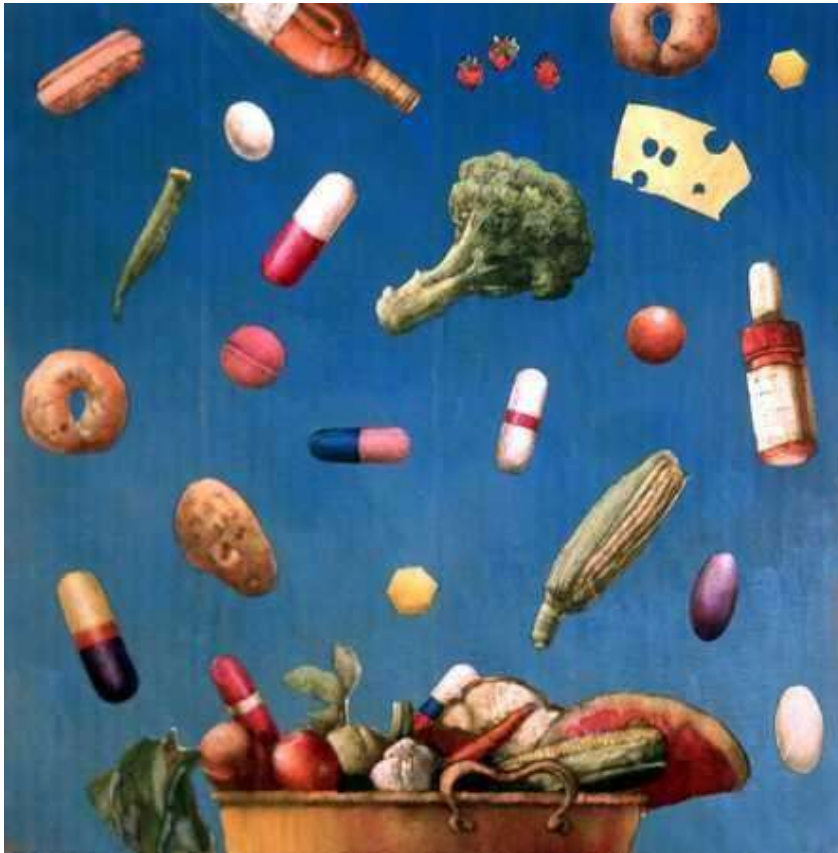
Warna menjadi muda (pudar) atau menjadi lebih tua. Pada tablet akan terdapat bintik-bintik warna

INTERAKSI OBAT



Pasien yang mendapatkan obat lebih dari satu macam obat dalam terapi maka dapat terjadi interaksi Obat yang dapat mempengaruhi efek dari masing-masing obat

INTERAKSI OBAT



Keberadaan makanan pada saat minum obat juga dapat mempengaruhi efek dari obat, karena adanya interaksi obat dengan makanan.

INTERAKSI OBAT

Pemberian jarak waktu konsumsi obat satu dengan obat yang kedua dapat menghindari terjadinya interaksi obat.

Konsumsi obat pada saat perut kosong dapat menghindari terjadinya interaksi obat dan makanan , untuk itu diperlukan pengaturan saat minum obat.



MATERI EDUKASI BAGI PASIEN & KELUARGA

Penggunaan Peralatan Medis secara Efektif dan Aman

Penggunaan Peralatan Medis secara Efektif dan Aman

Banyak peralatan medis yang akan digunakan, mulai dari yang sederhana hingga alat yang canggih.

Peralatan medis dapat dikategorikan menjadi beberapa tipe, yaitu :

Peralatan Medis

1) Peralatan Diagnostik

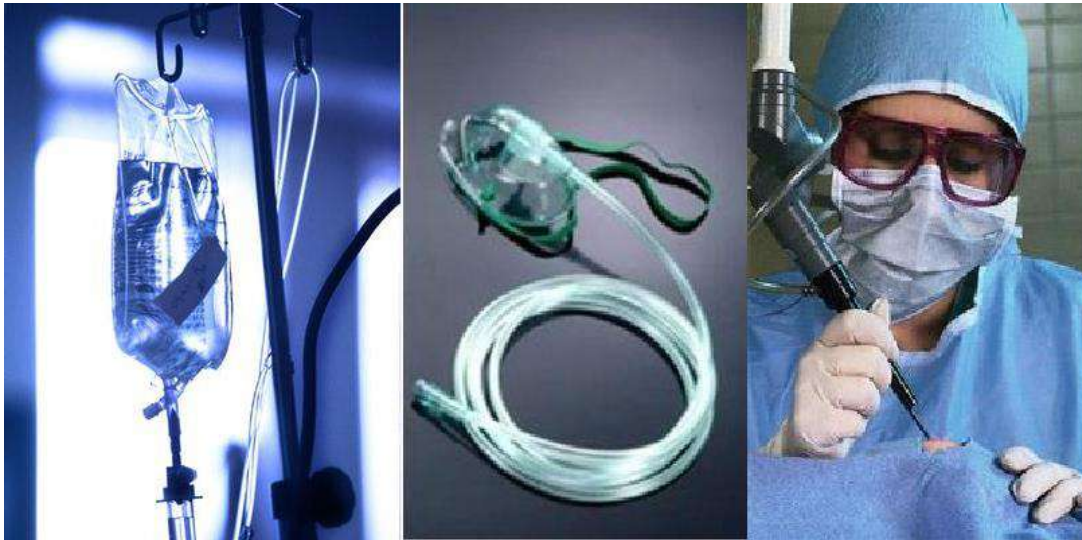


Peralatan yang digunakan untuk membantu dokter dalam mendeteksi dan mendiagnosa suatu penyakit.

contoh : stetoskop, tensi meter, CT.Scan, USG, MRI

Peralatan Medis

2) Peralatan Terapi



Peralatan yang digunakan untuk membantu pasien dalam penyembuhan dan perbaikan kesehatan.

**contoh : Infus, Oksigen,
Ventilator, *Medical***

Lasers dll

Pada Pasien Terpasang Infus



Yang HARUS dilakukan oleh pasien dan keluarga adalah :

- a) Menjaga tempat penusukan infus tetap bersih dan kering**

Pada Pasien Terpasang Infus

b) Memberitahu petugas bila :

- **Nyeri bertambah pada luka tusukan**
- **Tetes infus macet**
- **Selang infus terlepas/tercabut**
- **Keluar darah lewat selang**



Pada Pasien Terpasang Infus

c) Pasien atau Keluarga

Melaporkan :

Bila ada reaksi alergi dari cairan atau obat yang masuk.



Pada Pasien Terpasang Infus

Yang **DILARANG** dilakukan oleh pasien dan keluarga :

- Mengubah kecepatan tetesan infus
- Menekuk ekstremitas tempat pemasangan infus
- Menempatkan posisi botol infus lebih rendah dari tempat penusukan jarum infus.



Pada Pasien Terpasang Transfusi Darah

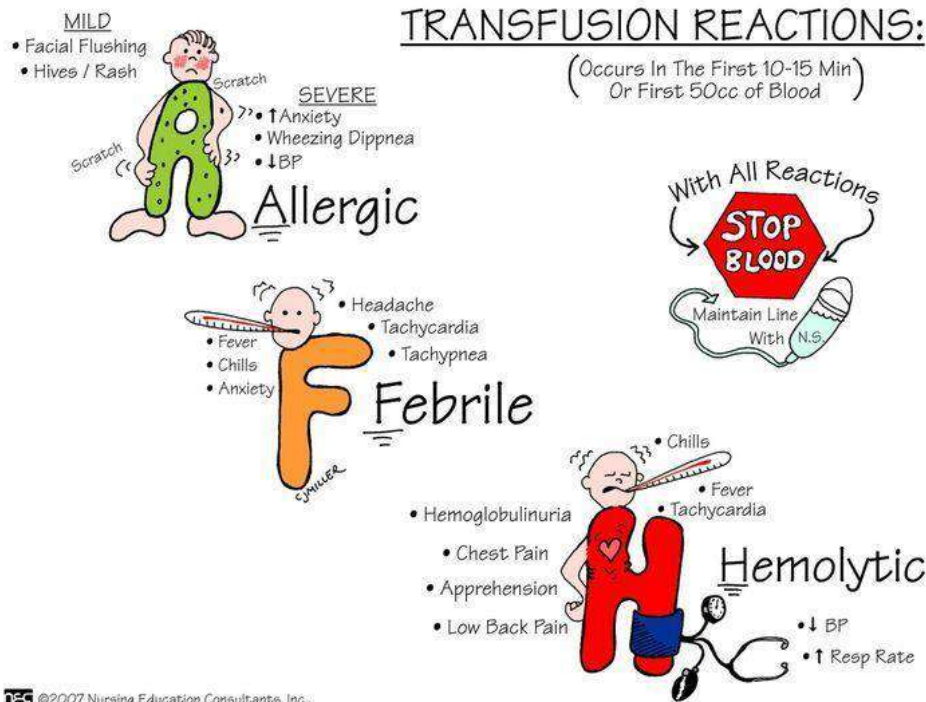
- 1. Pasien dan atau keluarga
memberitahu petugas bila :**
 - Nyeri bertambah pada luka tusukan
 - Tetesan macet
 - Selang transfusi terlepas/tercabut
- 2. Posisi botol transfusi ditempatkan lebih rendah dari tempat penusukan jarum infus.**



Pada Pasien Terpasang Transfusi Darah

Pasien dan atau keluarga **melaporkan** bila ada reaksi alergi dari darah transfusi, seperti :

- gatal-gatal, menggigil, panas, sesak, dll



PADA PASIEN TERPASANG NEBULIZER



- 1. Pasien dan/ atau keluarga memberitahu petugas bila sesak bertambah.**
- 2. Pasien dan / atau keluarga menjaga posisi pasien agar tetap nyaman (*semifowler* / setengah duduk)**



PADA PASIEN TERPASANG NEBULIZER

- 3. Pasien dan / atau keluarga tidak melepas/mengubah posisi masker sampai ada petugas yang melepas**
- 4. Setting mesin / kecepatan aliran oksigen tidak boleh diubah oleh siapapun kecuali petugas.**

PADA PASIEN TERPASANG BED SIDE MONITOR



Pasien dan/atau keluarga **DILARANG melepas /mengubah posisi kabel elektroda yang telah dipasang**

Pasien dan / atau keluarga **DILARANG melepas/ mengubah setting monitor**

Pada Pasien Terpasang Bed Monitor

Apabila ada alarm monitor **HARUS tetap tenang karen petugas akan datang/ silahkan tekan tombol untuk memanggil petugas.**



Peralatan Live Saving

Peralatan yang digunakan untuk memelihara fungsi organ pasien yang telah gagal .

Contoh : Ventilator u. pasien gagal nafas, mesin Haemodialisa, mesin Anestesi dll.



MATERI EDUKASI BAGI PASIEN & KELUARGA

DIET & NUTRISI

Pengertian Nutrisi



Gizi (*nutrition*) **merupakan keseluruhan proses dalam tubuh untuk menerima zat gizi dari lingkungannya & menggunakan bahan – bahan tersebut untuk berbagai aktivitas penting dalam tubuhnya sendiri.**

Manfaat Nutrisi



Status gizi yang baik sangat diperlukan untuk menjaga kesehatan dan meningkatkan

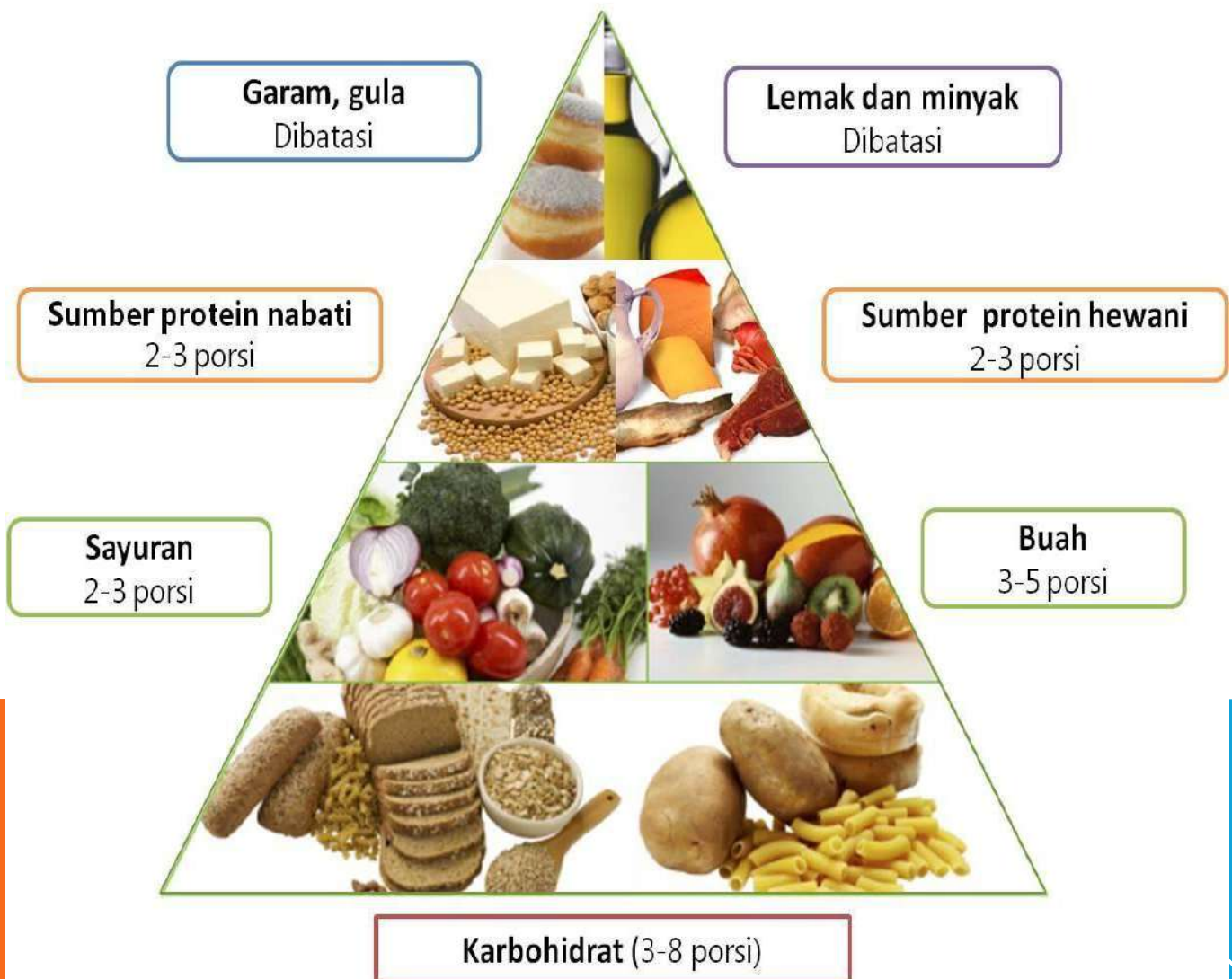
kualitas hidup individu



Untuk mencapai status gizi yang baik, seseorang memerlukan asupan gizi yang sehat dan seimbang.

Gizi sehat seimbang ini dapat dicapai dengan :

1. Asupan Makanan yang Baik



2. Penuhi Jumlah Cairan

Minum air putih 6-8 gelas / hari,
(Kecuali pasien dengan gagal ginjal→ **sesuai**
anjuan dokter)



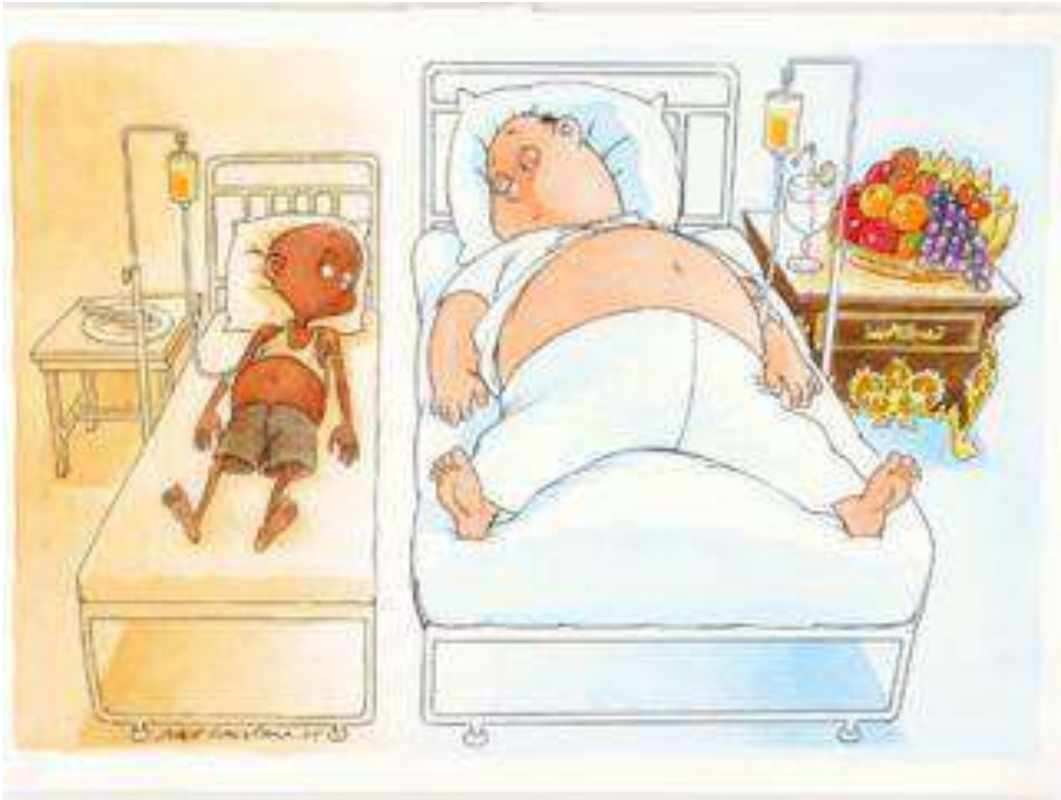
3. Olahraga Rutin

Minimal 3-5 kali dalam seminggu dengan lama $\pm$ 30 menit setiap kali.



Pada individu yang sakit, status gizi menentukan proses penyembuhan, lama rawat, dan komplikasi





Individu yang status gizinya kurang atau berlebih, dapat menyebabkan proses penyembuhan dan lama rawat yang lebih panjang serta resiko infeksi yang lebih tinggi

PERLU DIPERHATIKAN PADA PASIEN RAWAT INAP

Selama pasien dirawat akan dilakukan :

- 1. Penentuan status gizi**
- 2. Intervensi untuk memperbaiki/ mempertahankan status gizi**
- 3. Monitoring hasil intervensi**



SELAMA DIRUMAH SAKIT PASIEN AKAN MENDAPAT MAKANAN BERUPA

- 1. Tiga kali makanan utama**
- 2. Satu kali makanan selingan**
- 3. Bila diperlukan, makanan/
minuman untuk ekstra dapat
diberikan tergantung kondisi
pasien**



Jumlah dan bentuk makanan akan disesuaikan oleh Petugas Gizi Rumah Sakit, misal : Pasien dengan gangguan metabolik seperti kencing manis, tekanan darah tinggi, asam urat, penyakit jantung.

Pasien dan keluarga diharapkan dapat mengonsumsi makanan dari Rumah Sakit dan tidak mengonsumsi makana dari luar Rumah Sakit agar :

- 1. Asupan dapat terpantau dengan baik dari sisi nilai gizi**
- 2. Menjaga agar tidak terjadi keluhan akibat asupan makanan dari luar Rumah Sakit**



Keluhan pasien/ keluarga berkaitan dengan penyelenggaraan makanan dari Rumah Sakit dapat disampaikan pada Tim Gizi



MATERI EDUKASI
BAGI PASIEN & KELUARGA

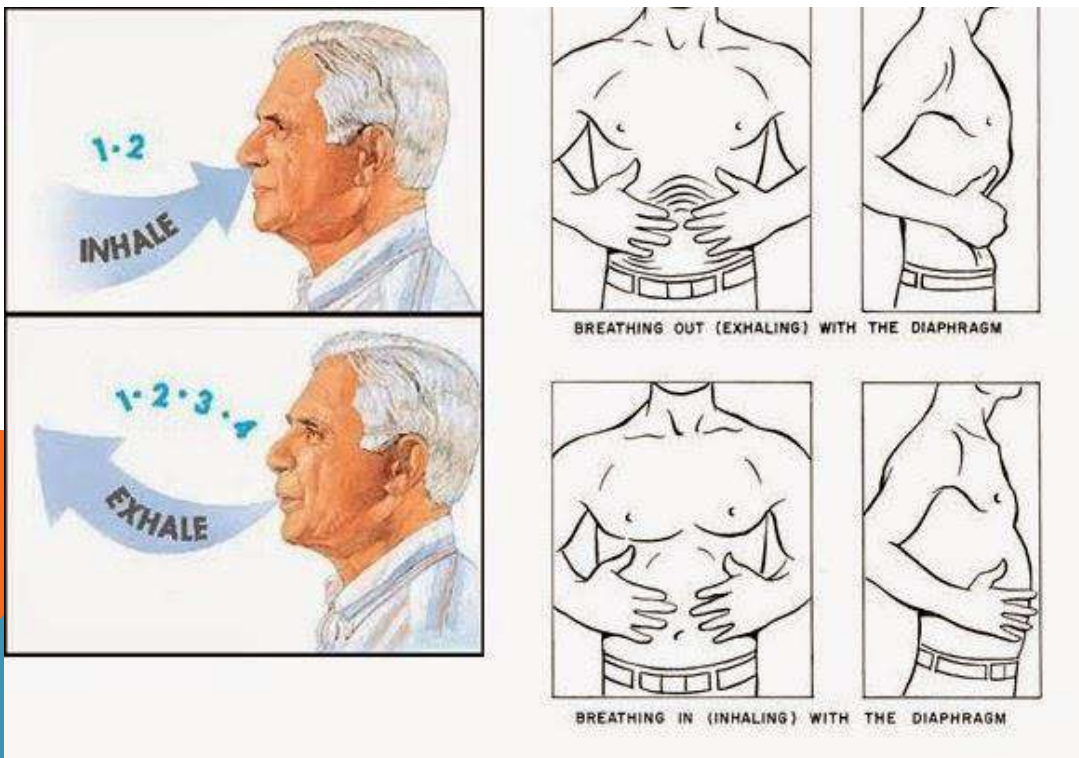
**Pencegahan Cacat Sekunder
&
Dampak dari Imobilisasi**

Dapat dilakukan antara lain dengan cara :

- 1. Mengubah posisi pasien setiap 2 jam**



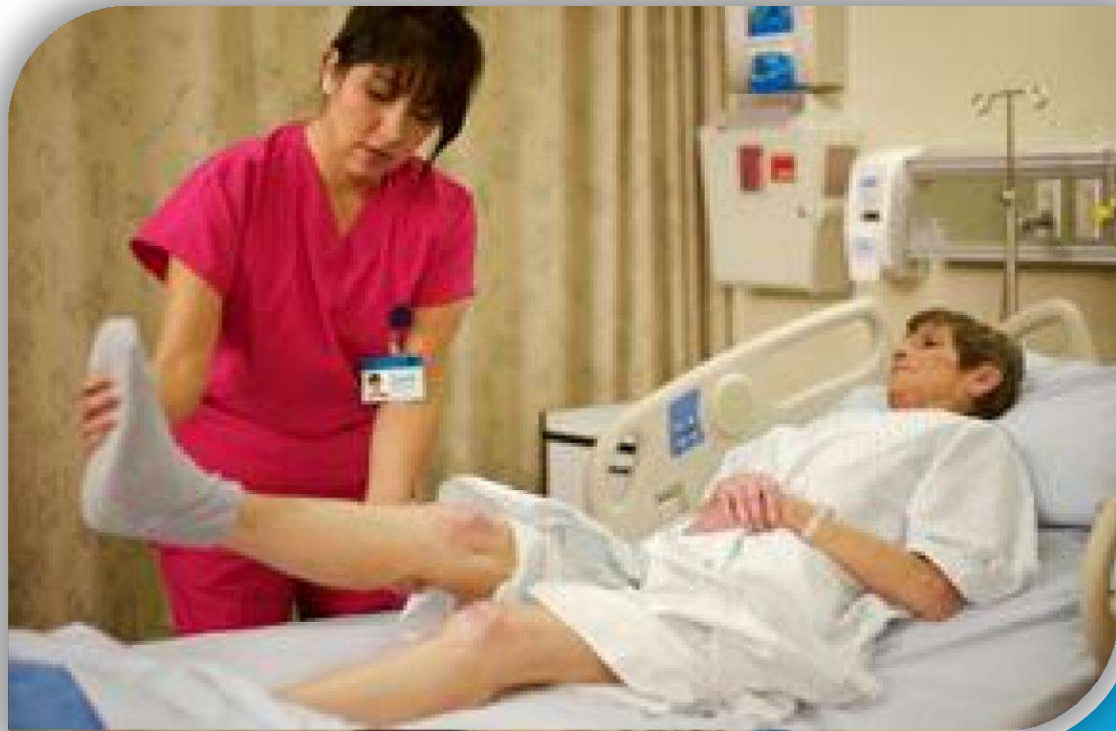
**2. Bernafas dalam, 5x dalam 1 jam :
Tarik nafas dalam dari dalam
hidung, tahan sebentar, keluarkan
melalui mulut dengan
melengkungkan bibir secara
perlahan**



3. Latihan lingkup gerak sendi minimal 2x sehari :

- a. Saat memandikan pasien**
- b. Untuk pasien yang bisa bergerak, menggerakkan sendi sendiri**
- c. Untuk pasien yang tidak bisa bergerak, digerakkan oleh keluarga**

atau yang mengasuh



4. Menjaga kebersihan kulit (termasuk kebersihan kuku)



5. Berilah pelindung di sekitar tempat tidur pasien untuk mengurangi resiko jatuh



POSISI TIDUR YANG BAIK UNTUK MENCEGAH NYERI PADA PUNGGUNG

**Berbaring miring, lutut sedikit ditekuk,
gunakan bantal pendek untuk
menopang leher**



**Berbaring telentang baik digunakan
bila lutut ditopang dengan bantal**



MATERI EDUKASI
BAGI PASIEN & KELUARGA

**Pengendalian dan Pencegahan
Infeksi
(PPI)**

Untuk mengurangi angka resiko infeksi bukan hanya tugas dari Petugas Kesehatan di Rumah Sakit, tetapi juga :

- 1. Pasien**
- 2. Keluarga Pasien**
- 3. Pengunjung RS**
- 4. Setiap orang yang datang ke RS**



Tujuan dari Pengendalian dan Pencegahan Infeksi adalah :

1. Melindungi pasien dari infeksi Rumah Sakit



2. Melindungi pasien dari infeksi lain yang mungkin didapat sebagai akibat terjadinya kontak dengan pasien lain atau tenaga kesehatan yang memiliki koloni atau terinfeksi kuman menular lain.



3. Melindungi tenaga kesehatan, pengunjung dan yang berada di lingkungan Rumah Sakit dari resiko infeksi yang tidak perlu terjadi



Hal-hal penting tentang PPI yang harus diketahui oleh pasien dan keluarga pasien :



1. Penggunaan masker



2. Membuang sampah pada tempat sampah yang tersedia



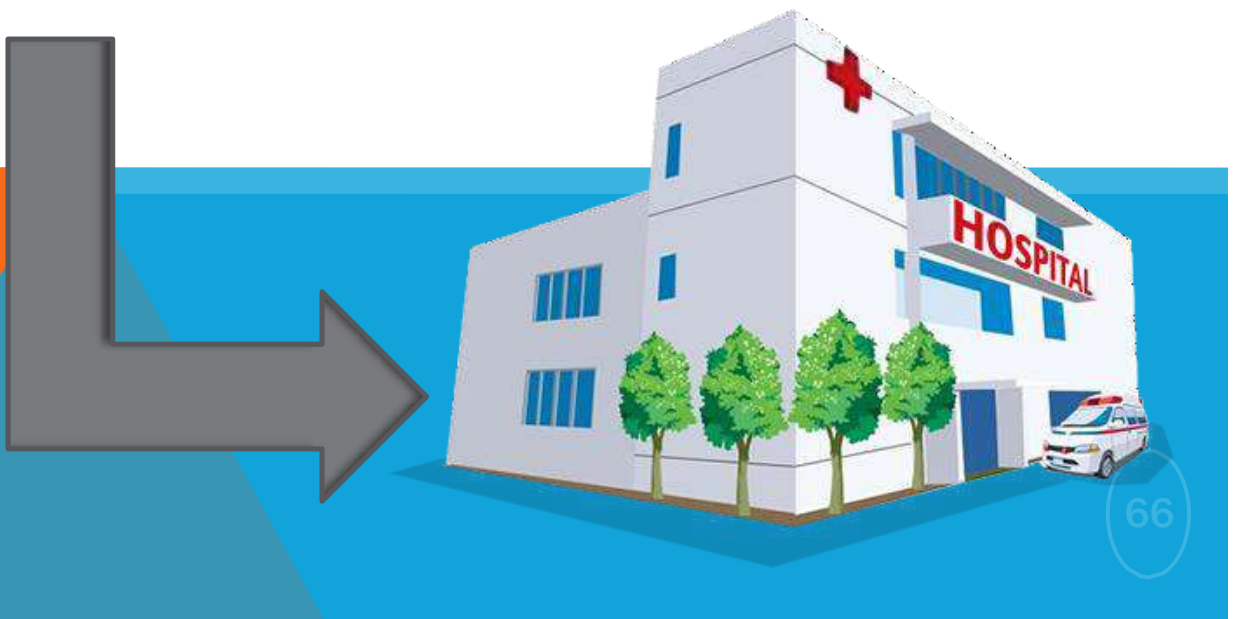
3. Tidak merokok di lingkungan Rumah Sakit



4. Tidak berkunjung ke Rumah Sakit bila dalam keadaan sakit



5. Tidak membawa anak < 12 tahun untuk berkunjung/ menginap di Rumah Sakit



6. Cuci tangan dengan cara yang benar



7. Etika batuk

ETIKA BATUK SAAT ANDA BATUK ATAU BERSIN



Tutup hidung dan mulut anda dengan menggunakan tisu/ saputangan atau lengan dalam baju anda.



Segera buang tisu yang sudah dipakai ke dalam tempat sampah.



Cuci tangan dengan menggunakan air bersih dan sabun atau pencuci tangan berbasis alkohol.



Gunakan Masker.



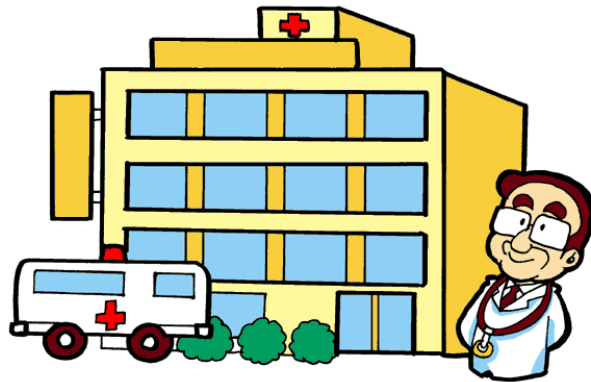
8. Orang sakit (terutama dengan gejala demam dan gangguan pernafasan) tidak boleh mengunjungi pasien



9. Orang yang baru sembuh dan sudah tidak menunjukkan gejala, harus dibatasi melakukan kunjungan kepada pasien



10. Pengunjung tidak boleh sembarangan meludah (di area Pelayanan Kesehatan)



hospital

11. Pengunjung tidak boleh berlama-lama di dalam ruangan pasien



12. Pengunjung bicara hanya seperlunya saja



13. Pengunjung tidak boleh makan-minum di ruangan pasien



MANAJEMEN NYERI

NYERI

A. PENGERTIAN

Nyeri adalah suatu keadaan tidak nyaman baik bersifat ringan maupun berat. Adanya perasaan yang menimbulkan ketegangan dan siksaan bagi yang mengalaminya. Kadang pasien menangis dan menahan rasa sakit yang dialaminya. Nyeri ada yang sifatnya sebentar (nyeri akut) dan ada yang sifatnya lama (nyeri kronik). Dan nyeri ada yang sedikit mengganggu aktifitas sehari – hari (nyeri ringan) sampai tidak bisa melakukan aktifitas fisik (nyeri berat).



shutterstock.com · 1425537755

B. TUJUAN MENGATASI NYERI

- ❖ Mengurangi rasa sakit.
- ❖ Mengurangi ketegangan otot.
- ❖ Mengalihkan perhatian agar nyeri tidak terasa atau hilang.

C. KLASIFIKASI NYERI

1. Nyeri akut.

Merupakan nyeri yang terjadi tiba-tiba dan hanya berlangsung sebentar dan sesekali. Biasanya, nyeri akut terjadi karena patah tulang, kecelakaan, terjatuh, luka bakar, persalinan, dan operasi.

2. Nyeri kronis.

Jenis nyeri yang terjadi selama lebih dari 6 bulan dan dirasakan hampir setiap hari. Biasanya, nyeri kronis diawali dengan nyeri akut namun tidak hilang meskipun cedera atau penyakit telah sembuh. Biasanya, nyeri kronis terjadi karena nyeri tulang belakang, kanker, diabetes, sakit kepala, atau masalah pada sirkulasi darah.

D.PENANGANAN NYERI

Apabila anda atau keluarga anda mengalami nyeri segeralah menghubungi dokter atau perawat untuk mendapatkan penanganan nyeri. Penatalaksanaan nyeri di bagi menjadi 2 yaitu dengan menggunakan obat dan tanpa menggunakan obat. Penanganan nyeri tanpa obat dapat dilakukan secara mandiri atau dengan bimbingan dokter atau perawat diantaranya :

1. Teknik Relaksasi Nafas Dalam

➤ Untuk Mengurangi Nyeri

- **Pasien Tidur dengan psosisi duduk atau setengah duduk (Semifowler) dengan lutut ditekuk dan perut tidak boleh tegang.**
- **Letakkan tangan diatas perut.**
- **Hirup udara sebanyak-banyaknya dengan menggunakan hidung dalam kondisi mulut tertutup rapat.**
- **Tahan nafas beberapa saat (3-5 detik) kemudian secara perlahan-lahan udara dikeluarkan sedikit demi sedikit melalui mulut.**
- **Lakukan hal ini berulang kali (Kurang lebih 15 kali).**

2. Distraksi (pengalihan selain nyeri)

Adalah memfokuskan perhatian diri pada sesuatu selain nyeri. Metode nyeri dengan cara mengalihkan perhatian klien pada hal-hal lain sehingga klien akan lupa terhadap nyeri yang dialami. Contohnya diantaranya : menonton TV, mendengarkan musik, membaca buku, ngobrol dengan keluarga dan lain – lain.



3. Aromaterapi

Terapi dengan menggunakan wewangian alamiah yang mengandung unsur-unsur herbal dengan pendekatan sistem keseimbangan alam. Terapi dengan wewangian membuat efek rileks, menghilangkan stress dan membuat pikiran menjadi tenang. Wewangian tertentu diyakini dapat mempengaruhi sistem syaraf terutama otak untuk bekerja memproduksi penetral yang menyebabkan nyeri.

4. Hipnoterapi

Hipnoterapi adalah terapi dengan menggunakan hypnosis Diterapi terlebih dahulu membuat anda masuk dalam kondisi relaksasi

5. Teknik Imajinasi Terbimbing

Adalah membayangkan sesuatu yang menarik dan menyenangkan seperti pengalaman hidup yang indah, membayangkan berwisata dan lain – lain.



6. Teknik Rangsangan dan Pijatan

Teknik rangsangan berupa kompres air hangat pada daerah sekitar nyeri dapat melebarkan pembuluh darah yang mengalir ke area nyeri. Sehingga rasa nyeri dapat berkurang



7. Kompres degan Air Hangat Atau Dingin



