MAKANAN DAN MINUMAN YANG PERLU DIKURANGI ?

1. Makanan/minuman yang mengandung susu.
2. Jeroan.
3. Beberapa jenis sayuran : lobak, bayam, buneis kering, kedelai, dan seledri.
4. Beberapa jenis buah : stroberi, kismis, dan anggur.
5. Makanan yang terbuat dari gandum dan beras merah.
6. Beberapa jenis minuman : teh, cokiat, minuman bersoda, bir.
7. Kacang tanah.





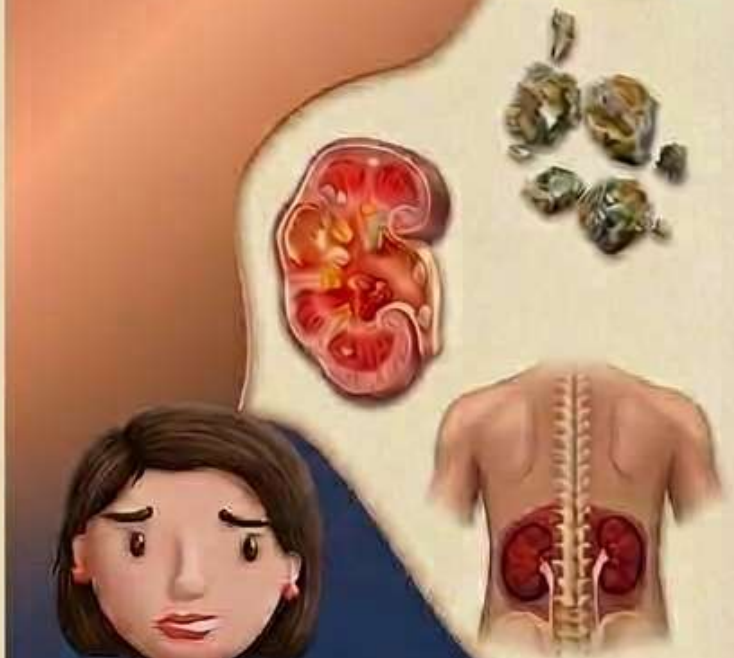
More Information? Follow us at:
WA : 085364238118
Instagram : rumkit.reksodiwiryo

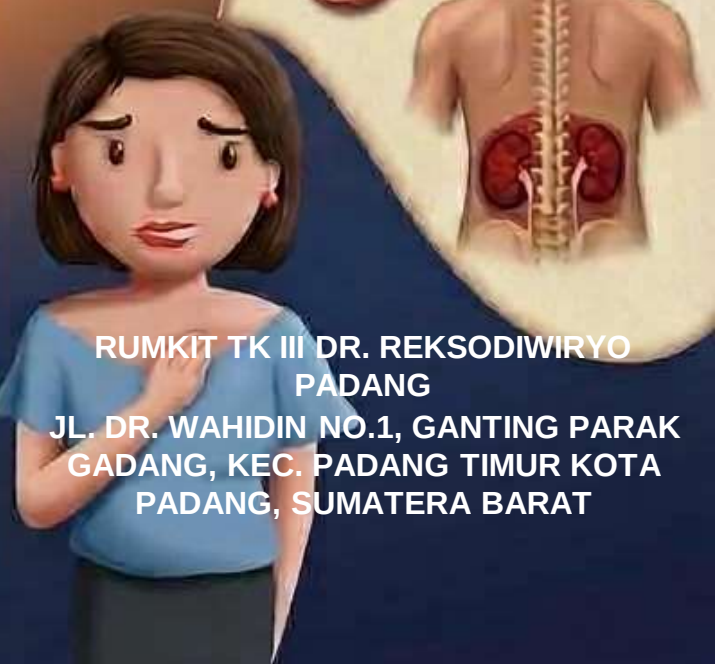
BAGAIMANA AGAR BATU TIDAK KAMBUH LAGI ?

1. Patuhi pantangan makanan.
2. Minum air putih 3-4 liter (12-16 gelas) per hari.
3. Cukup minum pada sore hari.
4. Kurangi kegiatan yang menyebabkan keringat keluar terlalu banyak.
5. Hindari perubahan suhu yang mendadak.
6. Hindari cari bantuan tenaga kesehatan jika ada tanda infeksi.



" KENALI BATU SALURAN KEMIH "





RUMKIT TK III DR. REKSODIWIRYO PADANG
JL. DR. WAHIDIN NO.1, GANTING PARAK GADANG, KEC. PADANG TIMUR KOTA PADANG, SUMATERA BARAT



APA ITU BATU SALURAN KEMIH ?

Batu Saluran Kemih (BSK) adalah terbentuknya batu di saluran kencing, yaitu di ginjal, ureter (saluran peng-hubung ginjal dengan kandung kemih), atau dikandung kemih



APA PENYEBAB BATU SALURAN KEMIH ?

1. Konsumsi makanan atau minuman yang dapat menyebabkan pengendapan di saluran kencing.
2. Kurang minum, terutama air putih.
3. Kurangnya zat dalam tuhuh yang berfungsi untuk mencegah pembentukan batu

FAKTOR RESIKO BATU SALURAN KEMIH ?

1. Kerusakan Saraf atau neurogenic bladder, sehingga menyebabkan urine tertinggai dalam kandung kemih. Terjadi pada kondisi medis, seperti diabetes cedera tulang belakang, dan stroke.
2. Memiliki prostat yang lebih besar dari ukuran normal.
3. Membengkaknya kandung kemih. Pembengkakan ini disebabkan oleh infeksi saluran kemih dan terapi radiasi di area panggul.
4. Sistokel pada wanita, yaitu ketika salah satu area dinding kandung kemih melemah atau mengendur dan jatuh be arah vagina.
5. Risiko terbentuknya batu kandung kemih akan lebih tinggi pada orang yang menjalani diet tinggi lemak, gula, atau garam, tapi hanya mengonsumsi sedikit asupan vitamin A dan B.
6. Kurang minum air juga bisa meningkatkan risiko batu kandung kemih.

JENIS - JENIS BATU SALURAN KEMIH :

1. Batu kalsium / zat kapur.
2. Batu yang disebabkan oleh adanya penyakit di saluran pencernaan.
3. Batu asam urat.

TANDA DAN GEJALA BATU SALURAN KEMIH ?

1. Nyeri/sakit pada perut bagian bawah.
2. Air seni mengandung darah (berwarna merah).
3. Mual dan muntah.
4. Diare dan rasa tidak enak di perut.
5. Merasa ingin kencing tetapi hanya sedikit air seni yang keluar atau bahkan tidak keluar sama sekali.
6. Ada batu yang keluar bersama air seni.
7. Terjadi infeksi saluran kencing (diandai dengan panas tinggi dan rasa sakit di perut bagian bawah).



BAGAIMANA PENANGANANNYA ?



1. Pemberian ebat pengurang nyeri.
2. Operasi pemecahan dan pengeluaran batu.
3. Menghindari makanan dan minuman yang bisa menyebabkan terbentuknya batu.