

Makanan untuk Mempercepat Proses Penyembuhan Luka

1. Makanan berprotein
   - Protein nabati
     - Tahu, tempe
     - Kacang-kacangan
   - Protein hewani
     - Telur
     - Sop sayur ayam

2. Makanan bervitamin C.
   - Jeruk
   - Bayam
   - Jambu air
   - Dauh pepaya

Tips bagi Pasien Post Operasi

- Makan makanan bergizi
- Minum sedikitnya 8-10 gelas perhari.
- Usahakan cukup istirahat.
- Mobilisasi bertahap hingga dapat beraktivitas seperti biasa, makin cepat makin bagus.
- Kortol seperti biase, yakni 2x dalam sehari.
- Kontrol secara teratur untuk evaluasi luka operasi dan pemeriksaan kondisi tubuh.
- Minum obat sesuai anjuran dokter.

Makanan yang mengandung protein dan vitamin C sangat penting peranannya dalam proses penyembuhan luka.

Selain itu vitamin C punya peranan penting untuk mencegah terjadinya infeksi dan perdarahan luka.





Perawatan Luka Post Operasi di Rumah

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

More Information? Follow us at:

WA : 085364238118

Instagram : rumkit.reksodiwiryo





Apa Itu Perawatan Luka?

Perawatan luka adalah suatu tindakan untuk mempercepat proses penyembuhan luka dan mencegah supaya tidak terjadi infeksi pada luka.

Tujuan Perawatan Luka

- Mencegah infeksi.
- Mencegah bertambahnya kerusakan-kerusasan jaringan.
- Mempercepat penyembuhan luka,
- Mempersihkan luka dan benda asing.
- Mencegah terjadinya perdarahan.



Tanda dan Gejala Infeksi pada Luka Post Operasi

- Terjadinya bengkak di sekitar luka.
- Merasa panas pada daerah luka/suhu tubuh panas.
- Kemerahan di sekitar luka.
- Nyeri pada daerah luka.
- Terdapat cakan berupa nanah pada luka.
- Luka berbau tidak sedap.
- Gangguan rungsi gerak pada daerah luka.

Langkah Pencegahan Infeksi pada Luka Post Operasi

- Selalu mencuci tangan.
- Kuku hurus bersih dan tidah panjang.
- Minum obat secara teratur.
- Jaga kebersihan luka.
- Jaga luka ager tetap kering.
- Tidak boleh memegan area luka.

Cara Perawatan Luka Post Operasi di Rumah

1. Persiapkan alat



Cairan infus NaCl 0,9% | Kasa steril | Plester Kain kasa | Gunting

2. Langkah-langkah perawatan luka di rumah
   - Atur posisi senyaman mungkin.
   - Siapkan alat yang diperlukan dan dekatkan kepada pasien.
   - Keluarga yang akan melakukan ganti baiutan sebelumnya harus mencuci tangan terlebih dahulu dengan sabun.
   - Buka piester atau perban dengan sedikit NaCl 0,9%.
   - Balutan lama dibuka dan dibuang ke kantong plastik.
   - Bersihkan luka:
     - Cuci luka dengan kassa steril yang dibasahi NaCl 0,9%.
     - Keringkan luka dengan kassa steril.
     - Untuk luka yang masih basah, kompres luka dengan kassa yang telah dibasahi NaCl 0,9%.
     - Tutup luka yang telah dikompres kassa NaCl 0,9% dengan kassa kering. Plester balutan tersebut agar tidak mudah lapas.
   - Bereskan peralatan.
   - Cuci tangan.

