Langkah Pencegahan Gagal Ginjal Kronis

- Minum air putih minimal 8 gelas per hari.



- Jaga pola makan
  Perbanyak makan buah dan sayur, kurangi asupan gula dan garam untuk menghindari darah tinggi dan diabetes.



- Olahraga secara rutin
  Lakukan olahraga ringan setiap hari minimal 30 menit untuk mempertahankan berat badan ideal dan mengendalikan tekanan darah.



- Hindari merokok
  Rokok berpengaruh pada kenaikan tekanan darah, tekanan darah yang meningkat akan menyebabkan fungsi ginjal terganggu.



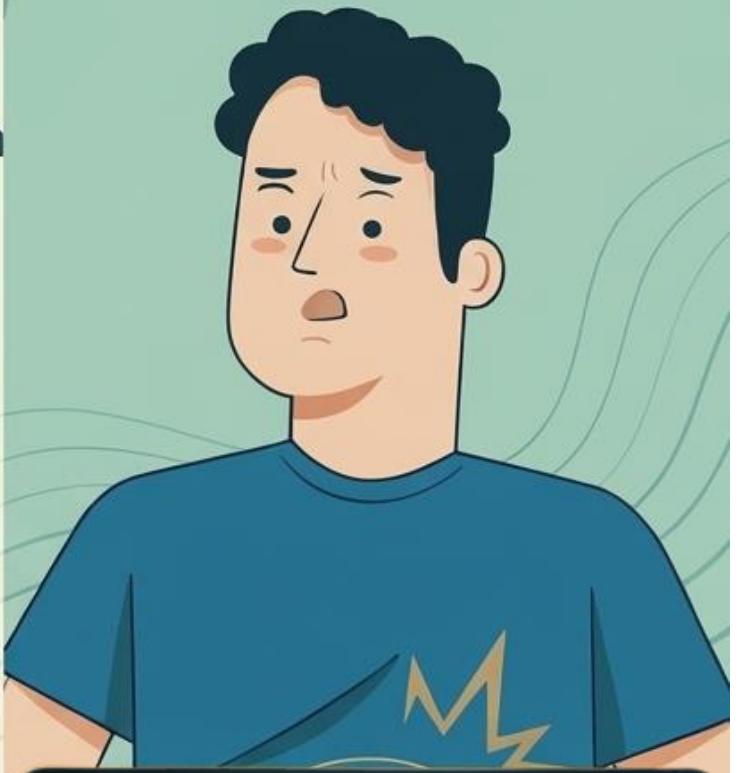
- Kendalikan stres
  Stres berhubungan dengan kenaikan tekanan darah dimana tekanan darah yang tinggi akan mengganggu fungsi ginjal.



- Pemeriksaan fungsi ginjal
  Lakukan pemeriksaan fungsi ginjal meialui Medical Check Up (MCU) apalogi jika memiliki kondisi yang beresiko terhadap gogal ginjal seperti memiliki tekanan darah tinggi dan diabetes. Cek laborat ureum, kreatinin, eGFR, asam urat, gula dorah, urine lengkap, dan USG abdomen.

GGK

(GAGAL GINJAL KRONIS)



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 Penyakit Gagal Ginjal Kronis?

Gagal ginjal kronis adalah gangguan fungsi ginjal yang menurun secara cepat dan fungsi tersebut tidak dapat kembali seperti semula, yaitu dimana ginjal mengalami kegagalan dalam mempertahankan keseimbangan cairan dan elektrolit.



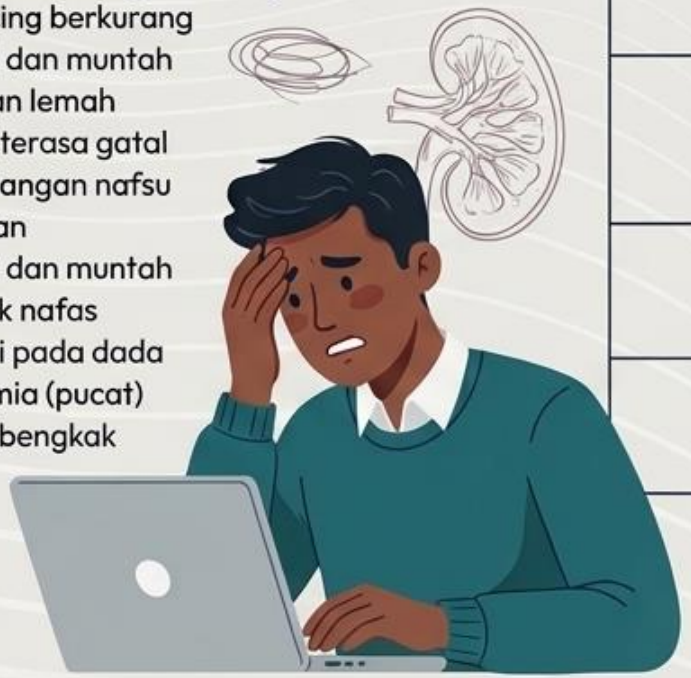
ginjal normal



gagal ginjal kronis

Gejala Gagal Ginjal Kronis

- Kencing berkurang
- Mual dan muntah
- Badan lemah
- Kulit terasa gatal
- Kehilangan nafsu makan
- Mual dan muntah
- Sesak nafas
- Nyeri pada dada
- Anemia (pucat)
- Kaki bengkak



Penyebab Gagal Ginjal Kronis

- Diabetes Melitus (DM)
- Tekanan durah tinggi
- Infeksi saluran kemih
- Batu saluran kemih
- Kelainan bawaan
- Kurang minum
- Minum minuman beralkohol
- Penggunaan obat-obat pengurang nyeri secara berlebihan



Stadium Gagal Ginjal Kronis

Nilai laborat eGFR ml/min/1,73 m	Deskripsi
90	Stadium 1 : Kerusakan ginjal dengan GFR normal sedikit menurun
60-89	Stadium 2 : Kerusakan ginjal dengan penurunan GFR ringan
30-59	Stadium 3 : Kerusakan ginjal dengan penurunan GFR renang, penanganan difokuskan pada memperlambot penurunan fungsi ginjal
15-29	Stadium 4 : Kerusakan ginjal dengan penurunan GFR berat, pasien dipersiapkan untuk menjalani terapi pengganti
<15	Stadium 5 : Kerusakan ginjal stadium okhir, posien memerlukan terapi penggantian ginjal/transplantasi.

Jenis Terapi Pengganti Ginjal

- Cuci darah (Hemodialisis)



- CAPD (Continuous Ambulatory Peritoneal Dialysis)



- Transplantasi/cangkok ginjal

