# Menjaga Asupan Cairan Pasien Hemodialisa



## Tips Mengendalikan Air Minum

- Masukan air ke dalam botol sesuai kebutuhan sehari, setiap kali akan minum ambil dari botol tersebut.
- Lakukanlah perencanaan dan pembagian cairan yang akan dikonsumsi. Misalnya cairan dibatasi 1000 ml per hari, cairan dapat dibagi kedalam 6x minum dengan pembagian : minum saat sarapan sekitar 150 ml, snack pagi 100 ml, makan siang 250 ml, snack sore 100 ml, makan malam 150 ml, snack malam 100 ml, sisanya sekitar 150 ml didapat dari makanan lain.

## Tips Mengatasi Rasa Haus

- Cobalah mengunyah permen karet atau mengemut permen loli atau jenis lainnya, untuk merangsang keluarnya air ludah.
- Makan 1 slice jeruk manis.
- Mengemut air dingin atau es batu.
- Berkumur.
- Mandi.
- Mengurangi garam dan gunakan bumbu–bumbu aromatik sebagai pemberi cita rasa (jahe, lengkuas, serai, daun salam, dll.)
- Kurangi makan makanan dengan cita rasa pedas.






**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



# Asupan Cairan pada Pasien Hemodialisa

Fungsi ginjal yang rusak membuat tubuh todak dapat membuang cairan berlebih yang dihasilkan oleh tubuh baik akibat metabolisme tubuh akibat banyaknya cairan yang anda minum. Karena itulah pasien hemodialisa dianjurkan untuk mengurangi atau membatasi asupan cairan setiap harinya.



## Sumber Cairan yang Harus Dibatasi

- Air minum
- Makanan masakan olahan (sup, agar-agar, es krim, susu, dll.)
- Buah-buahan dan sayuran yang mengandung banyak cairan (semangka, melon, labu siam, ketimun, dll.)

## Akibat yang Dapat Ditimbulkan Jika Asupan Cairan Berlebih

Asupan cairan yang berlebih pada pasien gagal ginjal dengan hemodialisa dapat menyebabkan adanya penumpukan cairan di dalam tubuh. Komplikasi yang sering terjadi pada pasien adalah edema paru. Jika terjadi edema penumpukan cairan pada paru akan menyebabkan kesulitan bernapas sehingga dapat memperparah kondisi tubuhnya.



## Cara Menghitung Kebutuhan Cairan pada Pasien HD

1. Tampung urine yang dikeluarkan selama 1 hari.
2. Catat jumlah urine tampung selama 1 hari.
3. Kebutuhan cairan dapat dihitung dengan jumlah urine tampung ditambah 500ml.