

STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR		
PERAWATAN DIRI PADA PASIEN STROKE		
1	PENGERTIAN	Perawatan diri merupakan salah satu kemampuan dasar pasiendalam memenuhi kebutuhan perawatan dirinya dalam mempertahankan kehidupannya, kesehatan dan kesejahteraan sesuai dengan kondisi kesehatannya.
2	TUJUAN	Untuk mempertahankan kehidupan, Kesehatan, serta kesejahteraan pasien.
3	PROSEDUR PELAKSANAAN	<p>1. Perawatan Rambut</p> <ol style="list-style-type: none"> Pasang cermin ekstensi atau cermin yang menghadap cermin kamar mandi atau meja rias. Tujuannya penggunaan kedua cermin secara bersamaan agar pasien dapat melihat bagian belakang kepalanya. Pasien menggunakan pengering rambut yang dipasang di dinding atau jika menggunakan pengering tangan, gunakan dudukan dinding. Pasien menyisir rambut secara mandiri menggunakan sisir dengan gagang berbantalan serta agak panjang. <p>2. Perawatan Gigi</p> <ol style="list-style-type: none"> Pasien memegang sikat gigi diantara ibu jari dan telunjuk tangan yang lemah (sebaiknya gunakan sikat gigi dengan gagang berbantalan). Lalu pasien mengoleskan pasta gigi pada sikat gigi menggunakan tangan yang kuat. Kemudian pasien memegang sikat gigi menggunakan tangan yang kuat dan menyikat gigi sesuai kebutuhan. <p>Note :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gunakan pasta gigi dengan bagian atas lipat, memudahkan pengaplikasian pasta gigi. - Hati-hati dalam berkumur, pertimbangkan risiko aspirasi.

		<p>3. Perawatan Kuku</p> <ol style="list-style-type: none"> Pasien merendam kuku tangan atau kaki yang ingin dipotong atau di kikir didalam air hangat selama beberapa menit (melembutkan kuku). Lalu, pasien memotong kuku menggunakan gunting kuku khusus. Selanjutnya pasien mengikir kuku dengan cara menempelkan kikir kuku ke meja, dan mengusapkan jarinya diatas gunting tersebut. <p>Note :</p> <ul style="list-style-type: none"> Khususnya jika tangan pasien menggepal (seperti cakar) akibat stroke, maka selalu jaga agar kuku pendek dan halus Gunakan gunting kuku khusus, yang dirancang untuk digunakan hanya dengan satu tangan, atau gunting kuku yang dirancang untuk digunakan menggunakan kaki pasien.
		<p>4. Perawatan Bulu (Mencukur)</p> <p>a. Laki-laki</p> <ul style="list-style-type: none"> Pasien duduk atau berdiri didepan cermin Pasien mengoleskan krim cukur dengan cara memeras krim ke punggung tangan yang lemah atau ke wadah tertentu. Lalu menggunakan tangan yang kuat, pasien mengoleskan krim cukur pada jenggot atau kumis, maupun bulu lainnya sesuai kebutuhan. Pasien mengembuskan pipi saat mencukur jika menggunakan pisau cukur atau sebaiknya jika hanya menggunakan satu tangan, gunakanlah alat cukur listrik. Gunakan pisau cukur sekali pakai, agar tidak perlu mengganti mata pisau. Kemudian, untuk memotong kumis, pasien memegang pisau cukur menggunakan tangan dominan. Sebaiknya menggunakan pisau cukur satu sisi.
		<p>b. Perempuan</p> <ul style="list-style-type: none"> Pasien memegang alat cukur menggunakan tangan dominan atau tangan yang kuat. Untuk mencukur bulu kaki, sebaiknya gunakan alat cukur listrik agar lebih mudah, namun dapat pula menggunakan pisau cukur sekali pakai. Untuk daerah kewanitaian juga dapat menyesuaikan.

