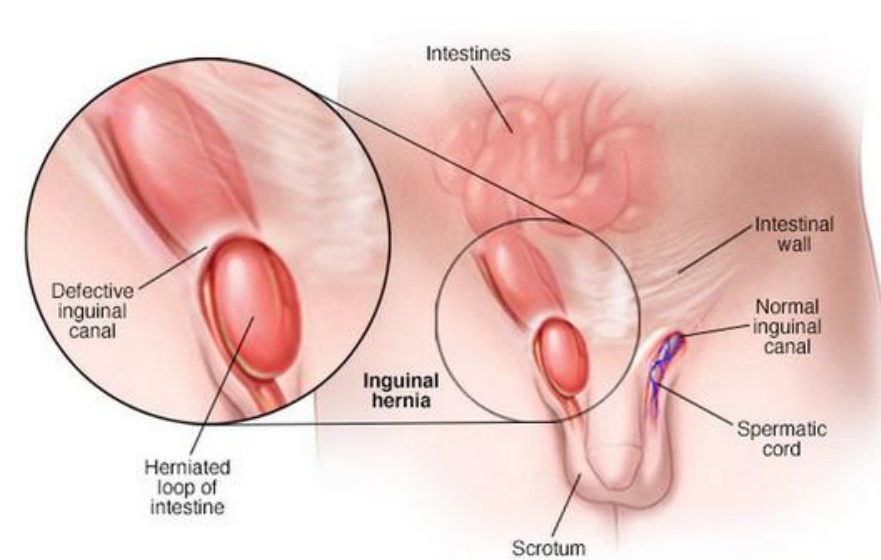


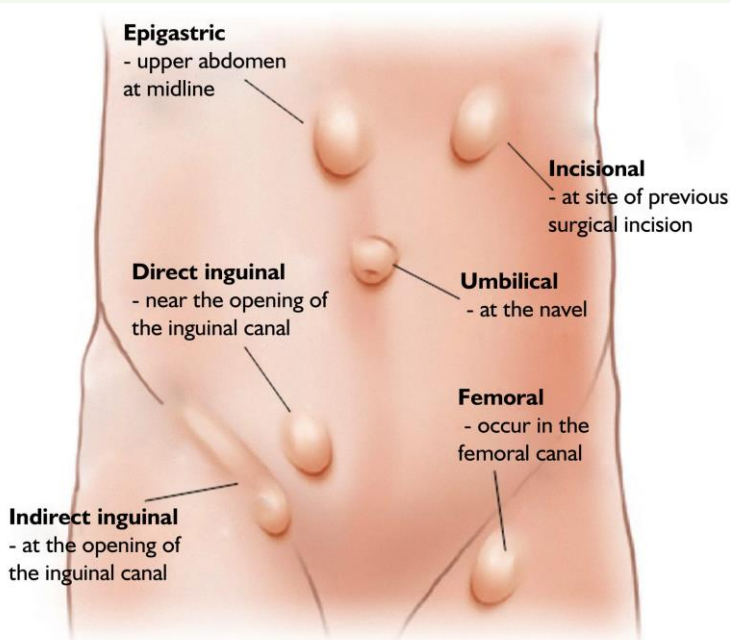
HERNIA: PENYEBAB, GEJALA, DAN PENANGGAPAN

HERNIA

kondisi di mana organ internal terdorong keluar melalui kelemahan atau robekan pada lapisan otot atau jaringan di sekitarnya



TIPE HERNIA



HERNIA INGUINAL

hernia di daerah pangkal paha, yang paling umum terjadi pada pria

HERNIA UMBILICAL

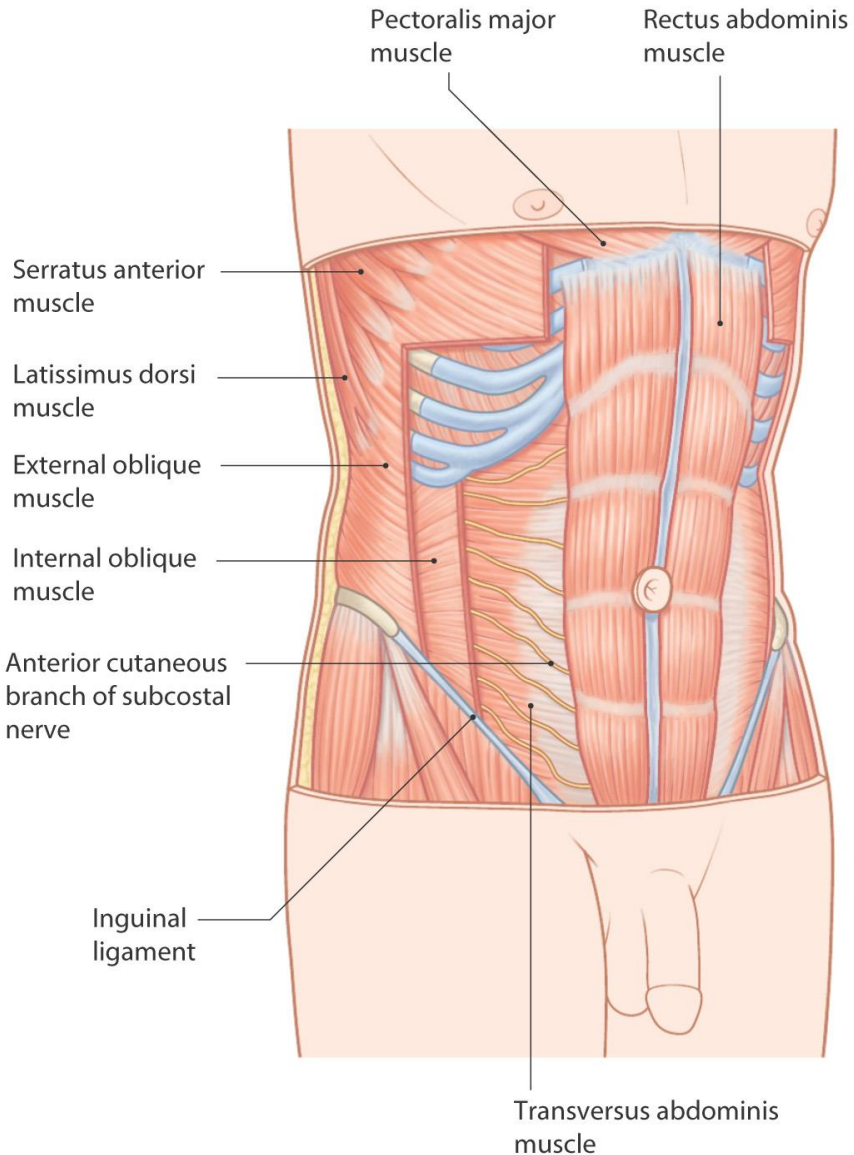
hernia di sekitar pusar, yang sering terjadi pada bayi dan wanita yang telah melahirkan

HERNIA FEMORAL

hernia di area paha atas, lebih umum terjadi pada wanita

HERNIA INCISIONAL

hernia yang muncul di tempat bekas operasi sebelumnya



FAKTOR RISIKO HERNIA

USIA DAN JENIS KELAMIN

hernia lebih umum terjadi pada orang dewasa dan pria

RIWAYAT KELUARGA

jika ada anggota keluarga yang memiliki hernia, risiko Anda lebih tinggi

MEROKOK

merokok dan kondisi yang meningkatkan tekanan intra-abdominal seperti batuk kronis dapat meningkatkan risiko hernia

OBESITAS DAN KELEBIHAN BERAT BADAN

peningkatan tekanan intra-abdominal dapat menyebabkan hernia

ANGKAT BEBAN BERAT

aktivitas yang membebani otot perut dapat meningkatkan risiko hernia



GEJALA HERNIA

- Nyeri atau ketidaknyamanan di area hernia: bisa berupa rasa sakit tumpul atau terbakar
- Pembengkakan atau **tonjolan** yang terlihat atau teraba: biasanya muncul saat batuk atau mengejan
- Sensasi terbakar atau tekanan di area hernia: gejala yang sering terjadi pada hernia hiatal atau hernia diafragma
- Mual, muntah, atau masalah pencernaan lainnya: terutama pada hernia yang mempengaruhi saluran pencernaan



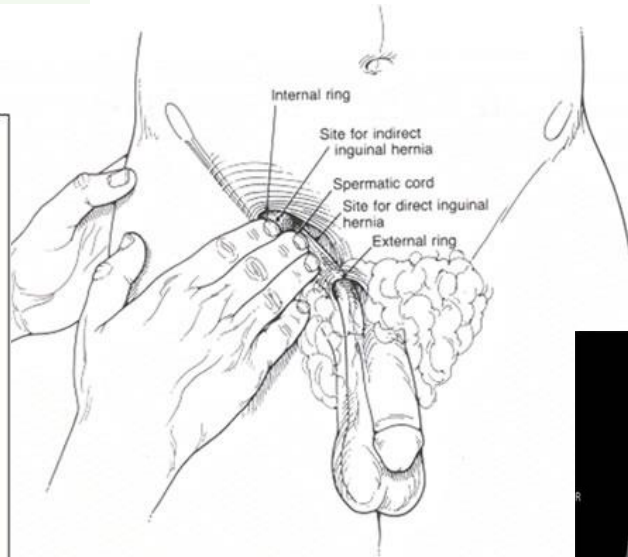
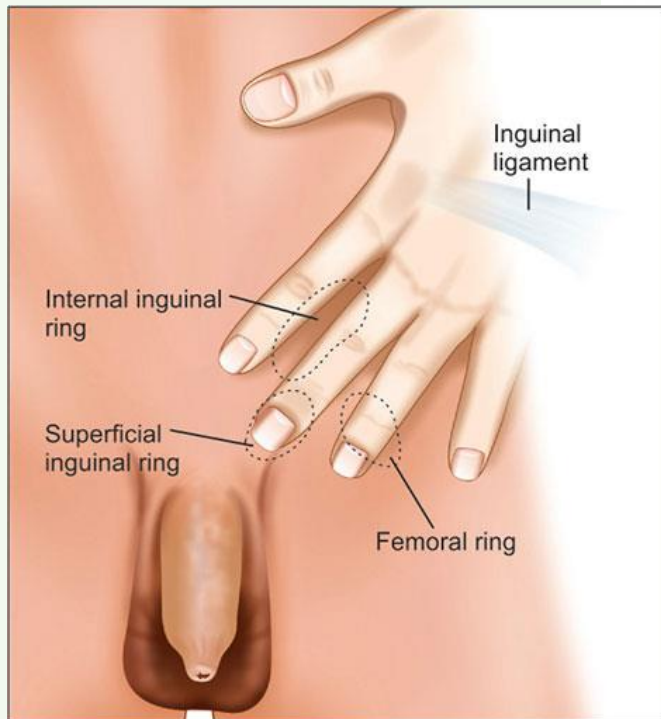
DIAGNOSIS HERNIA

PEMERIKSAAN FISIK

dokter akan melakukan pemeriksaan dan mencari tanda-tanda hernia

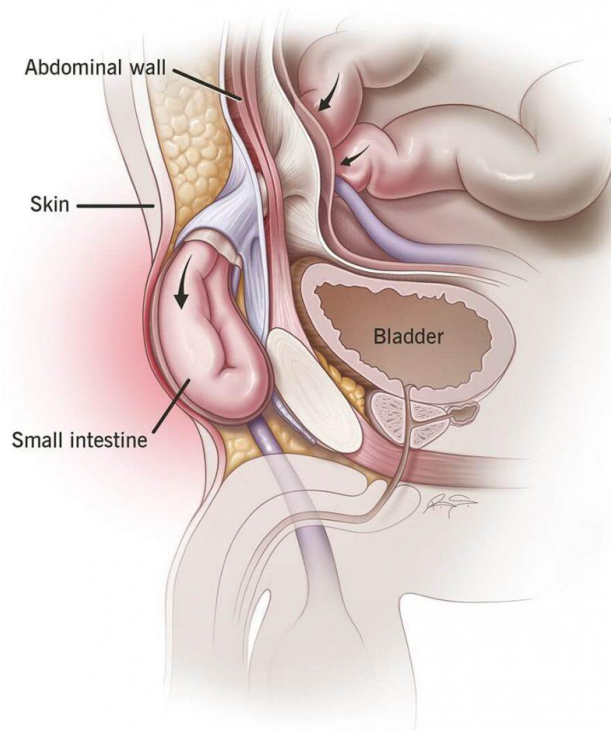
TES PENCITRAAN

ultrasound atau CT scan: untuk memvisualisasikan hernia secara lebih detail





Inguinal Hernia



KOMPLIKASI HERNIA

- Tersangkutnya hernia: hernia yang terperangkap dan terjebak di dalam robekan otot, bisa menyebabkan nyeri hebat dan perdarahan
- Obstruksi usus: hernia yang memblokir aliran usus, dapat menyebabkan mual, muntah, dan ketidakmampuan buang air besar
- Gangguan aliran darah: hernia yang menekan pembuluh darah, dapat mengganggu aliran darah ke organ yang terjepit

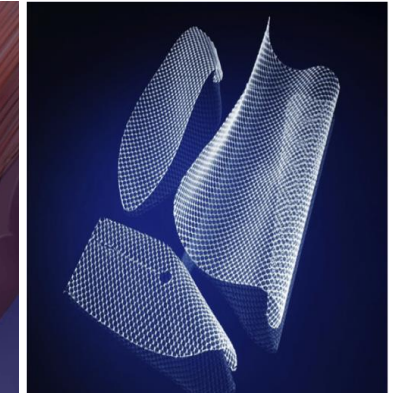
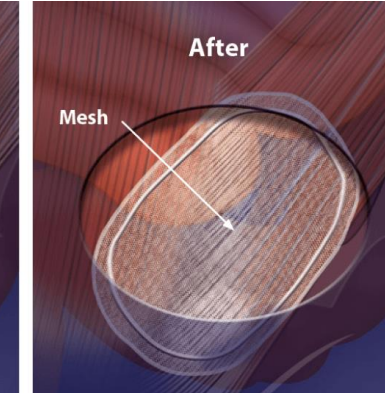
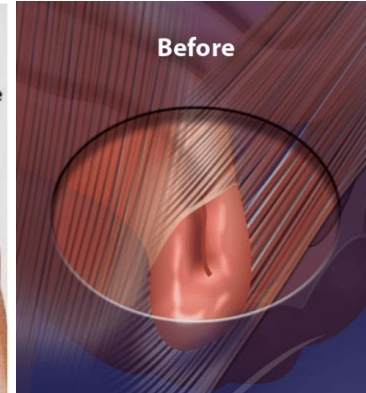
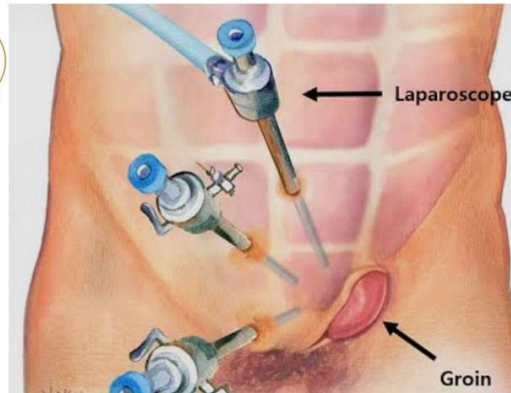
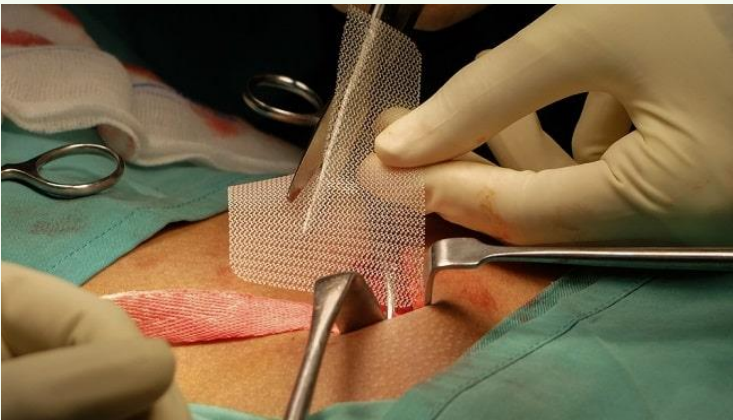
TERAPI

Perawatan non-bedah:

- Penggunaan penyangga hernia (hernia truss)

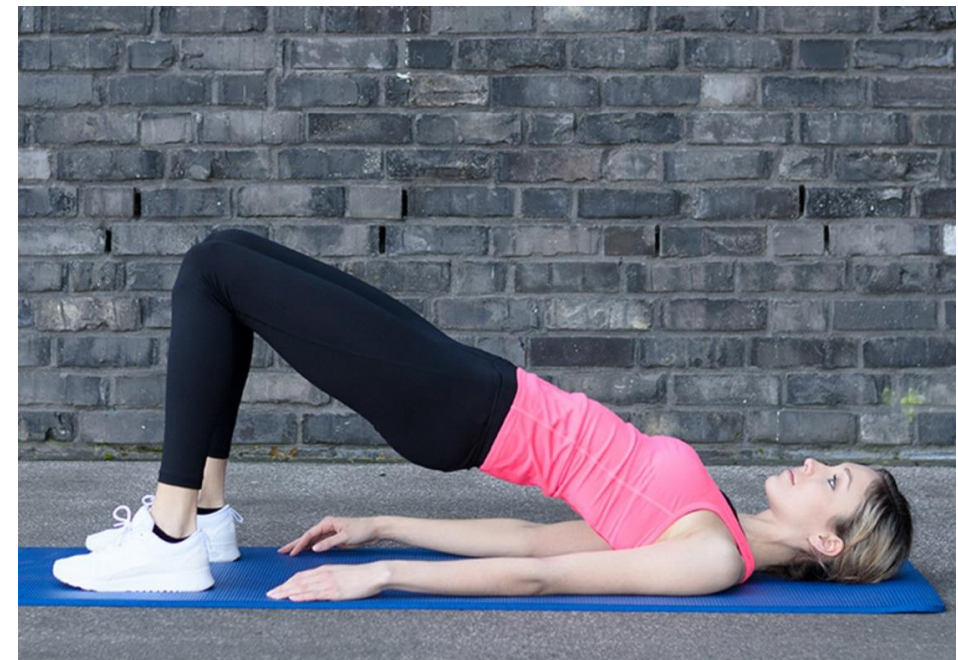
Operasi:

- Operasi hernia inguinal adalah pilihan terapi yang paling umum.
- Metode konvensional (teknik sayatan terbuka) dan metode laparoskopi (teknik pembedahan minimal invasif dengan beberapa sayatan kecil).
- Bedah hernia biasanya memiliki tingkat keberhasilan yang tinggi dan pasien sering pulih dengan baik setelah prosedur tersebut. Namun, ada risiko infeksi, perdarahan, dan komplikasi lain yang mungkin terkait dengan operasi.



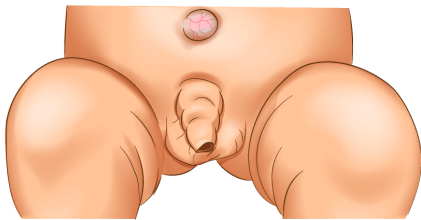
PENCEGAHAN

- Pertahankan berat badan yang sehat
- Hindari mengangkat beban berat
- Hindari tekanan perut yang berlebihan (batuk yang kuat dan sering, buang air besar yang terlalu keras, atau mencedakan secara berlebihan)
- Jaga kebugaran otot perut dan panggul (plank, sit-up, dan latihan Kegel)
- Hindari merokok: Merokok dapat melemahkan jaringan dan meningkatkan risiko terjadinya hernia.



FAQ

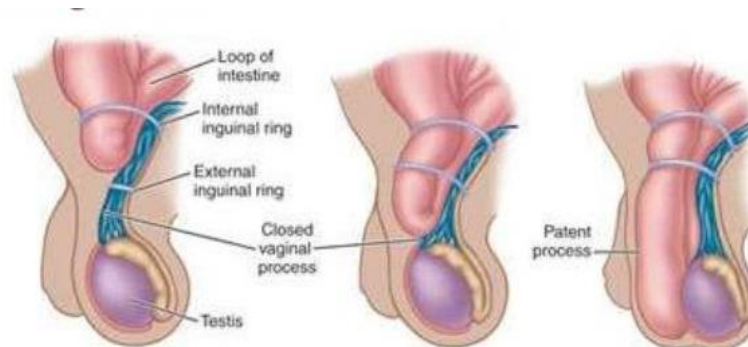
- Apakah hernia dapat sembuh dengan sendirinya?
- Hernia inguinal hanya terjadi pada orang tua?
- Menekan atau memijat hernia dapat menyembuhkannya?
- Berapa lama pemulihan setelah operasi hernia?
- Apa yang harus saya lakukan jika hernia kambuh setelah operasi?
- Apakah hernia akan mempengaruhi fertilitas?



umbilical hernia



inguinal hernia



TERIMA KASIH

