



## Keseimbangan Cairan Tubuh



## Gejala

- Nyeri, dada akibat penimbunan cairan di paru-paru
- Edema, karena penimbunan cairan di ekstremitas
- Ascites, penimbunan cairan pada rongga perut
- Ascites, penimbunan cairan pada kaki sehingga membuat tidak nyaman

## Beberapa hal yang perlu di perhatikan!

*Karena jika pasien penyakit ginjal kronik mengkonsumsi terlalu banyak cairan, maka cairan yang ada akan menumpuk didalam tubuh sehingga dapat menyebabkan edema (pembekakan)*

## Edema



## Mengatasi sensasi rasa haus

- Kurangi aktivitas yang berlebihan
- Berusaha untuk selalu berada di tempat yang sejuk
- Saat minum obat sebaiknya setelah makan
- Gunakan gelas yang kecil saat minum, dan minumlah secara perlahan
- Minum dengan cara menyeruput
- Minumlah cairan yang sudah didinginkan atau sudah dimasukan es
- Sikatlah gigi, kumur-kumur menggunakan botol yang berisi air dingin yang sudah dicampur dengan daun mint dan diberikan secara spray
- Menghisap permen dengan rasa lemon
- Hindari makanan asin, dan makanan yang merangsang haus : makanan kering seperti krupuk, pedas, bersantan, gorengan
- Konsumsi buah-buahan tinggi kandungan vitamin c seperti nanas, jus jambu biji merah





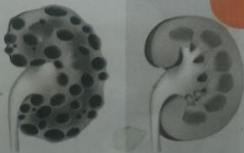
## Minuman yang sebaiknya dibatasi

- Minuman kaleng (Na Benzoat)
- Minuman dengan es batu
- Manisan
- Produk sereal
- Produk susu, teh, dll
- Minuman isotonik

### Penting!

DENGAN MENJAGA DAN MEMPERHATIKAN FUNGSI GINJAL  
YANG ADA MENCEGAH ANDA DARI HEMODIALISA

Penyakit  
Ginjal Polikistik  
adalah penyakit yang  
disebabkan oleh perubahan  
struktur ginjal



### PENTING!

Cairan tidak hanya dihitung dari air yang diminum tetapi juga dari makanan yang kandungannya airnya tinggi. Anjuran untuk pasien dengan gagal ginjal kronik menghindari makan gorengan dan beberapa makanan pedas, asam, dan asin.

### Perhitungan kebutuhan cairan

500CC AIR + JUMLAH URIN DALAM 24 JAM

"Jaga ginjal anda agar tetap sehat"

"Sayangi Diri Karena  
Keluarga Sangat  
Berarti"



## GAGAL Ginjal Kronik