

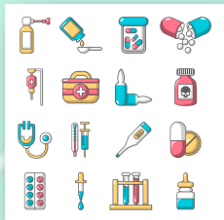


C. TERAPI NON FARMAKOLOGI

- a. Hypnosis
- b. Terapi Bermain



Segera hubungi Petugas Kesehatan jika nyeri terasa mengganggu aktifitas harian Anda



D. TERAPI FARMAKOLOGI

Untuk nyeri yang sangat berat dapat digunakan terapi farmakologi yaitu dengan pemberian obat anti nyeri atau analgetik.

TIM PKRS



healthy body



healthy mind



happy life

+

=



RSUD DOLOPO

MANAJEMEN NYERI



Jalan Raya Dolopo Nomor 117 Dolopo
 Telepon (0351) 365800 / (0351) 365200
 Faximile (0351) 369700
 Website www.rsuddolopo.madiunkab.go.id Email rsud_dolopo@yahoo.co.id
 MADIUN 63174

APA ITU NYERI ?

Nyeri adalah suatu gejala penyakit yang dapat menimbulkan ketidaknyamanan perasaan penderita baik secara fisik maupun mental sehingga menimbulkan ketegangan /stress berkepanjangan. Nyeri dapat terjadi bersama selama perjalanan penyakit.

TUJUAN MANAJEMEN NYERI

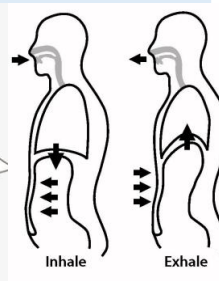
Manajemen nyeri bertujuan untuk membantu pasien dalam mengontrol nyeri ataupun mengatur nyeri secara optimal. Tak hanya itu, manajemen nyeri juga berguna untuk mengurangi resiko lanjut dari efek samping nyeri tersebut, yang pada akhirnya pasien mampu mengontrol ataupun nyeri yang dirasa tersebut hilang.

CARA UNTUK MENGURANGI NYERI

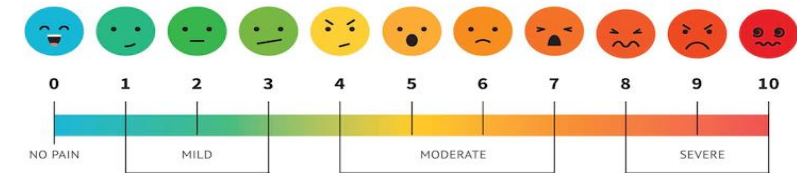


A. TEKNIK RELAKSASI

- Menganjurkan pasien untuk menarik napas
- Mengisi paru-paru dengan udara, menghembuskannya secara perlahan, melemaskan otot-otot tangan, kaki, perut dan punggung.
- Mengulangi hal yang sama sambil berkonsentrasi hingga didapat rasa nyaman, tenang dan rileks
- Stimulasi Kulit
- Teknik pemijatan atau pengurutan secara halus pada bagian yang dirasa nyeri, dengan cara mengurut secara melingkar di sekitar area luka yang dirasa nyeri dengan sentuhan lembut.
- Menggosok punggung
- Mengompres dengan menggunakan air hangat dan dingin
- Memijat dengan air mengalir



PAIN MEASUREMENT SCALE



B. TERAPI PENGALIHAN

- Dengan cara mengalihkan fokus bukan pada rasa nyeri, melainkan pada fokus yang lain
- Menonton TV
- Berbincang-bincang dengan orang lain
- Mendengarkan musik

