



PEMERINTAH PROVINSI SUMATERA BARAT
BADAN LAYANAN UMUM DAERAH
RSUD MOHAMMAD NATSIR

Jl.SimpangRumbio Kota SolokTelp.(0755) 20003 Faks: (0755) 20003
Website: www.rsudmnatsir.sumbarprov.go.id email:rsud.mnatsir@sumbarprov.go.id



Solok, 12 September 2022

Perihal : Pembuatan Leaflet

Kepada Yth :
Instalasi PKRS
RSUD M. Natsir
di
T e m p a t

Dengan Hormat,

Dalam rangka kebutuhan pemberian informasi dan edukasi kepada pasien dan keluarga di Ruang Rawat Jalan, Rawat Inap dan Klinik TB MDR RSUD M. Natsir, maka kami mohon kepada Instalasi PKRS untuk memfasilitasi pembuatan media edukasi sebagai berikut (materi terlampir) :

- a. Leaflet Batuk Efektif
- b. Leaflet Etika Batuk
- c. Leaflet TB Paru
- d. Leaflet TB Paru Pada Anak

Demikian surat permintaan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya, kami ucapkan terima kasih.

Kepala Ruangan Paru
RSUD M. Natsir

Nita Widya Hayati, Amd.Kep
NIP. 198801162011012002

LAMPIRAN CONTOH MATERI EDUKASI

**TEKNIK
BATUK EFEKTIF**



Disusun oleh :
Ruangan Paru

RSUD M. NATSIR
2022

**Pake Teknik
Batuk Efektif**



BATUK EFEKTIF
Metode batuk dengan benar dimana energi dapat dihemat sehingga tidak mudah lelah dan dapat mengeluarkan dahak secara maksimal

**TUJUAN
BATUK
EFEKTIF**


- ↓ Membebaskan jalan nafas dari hambatan dahak
- ↓ Mengeluarkan dahak untuk pemeriksaan laboratorium
- ↓ Mengurangi sesak nafas akibat penumpukkan dahak
- ↓ Meningkatkan penyaluran udara saat bernafas

Kriteria pasien yang boleh dilakukan batuk efektif

- ✓ Pasien dengan kondisi stabil
- ✓ Pasien yang dianjurkan untuk pemeriksaan sputum/dahak
- ✓ Pasien yang tidak dengan batuk darah/ hemoptoe

Cara mengisi cairan desinfektan ke dalam wadah penampung dahak

1. Siapkan cairan desinfektan yang dicampur dengan air (air bayclin, air lisol)
2. Isi cairan desinfektan $\frac{1}{2}$ -1 sendok makan lalu tambahkan dengan air sebanyak $\frac{1}{4}$ wadah
3. Buang dahak ke wadah dan tutup kembali
4. Bila sudah berisi, buang dahak dari wadah ke lubang WC, siram dan bersihkan wadah dengan sabun, ganti cairan 3 kali sehari



Teknik batuk efektif

*Atur posisi duduk/ setengah duduk



*Dianjurkan minum air hangat $\frac{1}{2}$ -1 cangkir terlebih dahulu.

*Tarik nafas dalam dari hidung dan hembuskan melalui mulut sebanyak 4-5 kali



*Pada tarikan nafas dalam yang ke 5, nafas ditahan selama 1-2 detik

*Angkat bahu dan dada dilonggarkan serta batukkan dengan kuat dan spontan dengan mulut dibuka bunyi hak..hak.. atau huf..huf..



*Tampung dahak dengan wadah dan tutup kembali

*Bersihkan mulut dengan tissue dan buang ke tong sampah

Lakukan 2-3 kali sesuai kebutuhan, terutama pada saat dahak susah dikeluarkan. Tidak dianjurkan untuk pasien yang menderita batuk berdarah.

Nurse's Notes



Alat & Bahan yang Disediakan

- Tissue/sapu tangan
- Wadah tertutup tempat penampung dahak
- Air minum hangat
- Cairan desinfektan /lysol/bayclin



Apa Tujuan Etika Batuk?

Tujuan etika batuk yaitu mencegah penyebaran suatu penyakit secara luas melalui udara bebas (droplet) dan membuat kenyamanan pada orang di sekitarnya.

Peneran Etika Batuk yang benar

1. Tutup mulut dan hidung saat di tempat umum dengan masker, tisu namun jika tak ada masker dan tisu menggunakan lengan baju atas saat batuk dan bersin
2. Segera Buang tisu atau masker yang digunakan ke dalam tempat sampah
3. Cuci tangan dengan menggunakan air mengalir dan sabun atau pencuci tangan berbasis alkohol



Kebiasaan Batuk/Bersin yang salah

1. Tidak menutup mulut saat batuk atau bersin di tempat umum.
2. Tidak mencuci tangan setelah digunakan untuk menutup mulut atau hidung saat batuk/bersin.
3. Membuang ludah batuk di sembarang tempat.
4. Membuang atau meletakkan tisu yang sudah dipakai di sembarang tempat.
5. Tidak menggunakan masker saat flu atau batuk



Apa itu Etika Batuk?

Etika Batuk adalah tata cara batuk yang baik dan benar, dengan cara menutup hidung dan mulut dengan tissue atau lengan baju, jadi bakteri tidak menyebar ke udara dan tidak menular ke orang lain.

CARA YANG TEPAT MENERAPKAN ETIKA BATUK



Tutup hidung dan mulut anda dengan menggunakan tisu/saputangan



Jika tidak ada tisu, bisa gunakan lengan dalam baju anda



Segera buang tisu yang sudah dipakai kedalam tempat sampah



Cuci tangan dengan menggunakan air bersih dan sabun atau pencuci tangan



Tutup hidung dan mulut anda dengan menggunakan tisu/saputangan



PENGERTIAN :

Tuberculosis adalah penyakit yang disebabkan oleh infeksi *Mycobacterium tuberculosis*. Termasuk ke dalam kelompok penyakit menular. Organ tubuh yang paling sering terkena adalah paru, lebih dikenal dengan istilah TBC Paru.

CARA PENULARAN :

TBC menular melalui *droplet* (percikan dahak di udara), misalnya pada waktu penderita batuk/bersin, atau meludah sembarangan, orang yang berada di sekitar penderita bisa menghirup udara yang mengandung kuman *Mycobacterium tuberculosis*, lalu kuman yang terhirup tersebut akan masuk ke paru-paru dan bisa menyebar ke bagian tubuh lainnya melalui pembuluh darah.

TANDA & GEJALA TB PARU :

1. Batuk berdahak lebih dari 2 minggu
2. Batuk darah atau dahak yang bercampur darah

3. Kadang disertai rasa sakit di dada & sesak nafas
4. Demam lama & berulang
5. Nafsu makan berkurang, badan lemah
6. Penurunan berat badan
7. Sering berkeringat saat malam hari

Gejala Tuberkulosis (TB)



CARA PENCEGAHAN :

1. Selalu menutup mulut saat batuk & bersin dengan sapu tangan atau tissue (buang tissue ke dalam tempat sampah)
2. Tidak membuang dahak sembarangan
3. Buang dahak di tempat yang terkena sinar matahari atau di wadah berisi air yang sudah dicampur cairan pembunuh kuman (lysol atau karbol), kemudian dibuang ke dalam lubang & ditimbun pasir

4. Cuci tangan dengan menggunakan air bersih mengalir & sabun



5. Vaksinasi BCG untuk balita
6. Terapkan pola hidup sehat & makan makanan bergizi yang terjangkau disertai istirahat yang cukup untuk meningkatkan daya tahan tubuh
7. Berhenti merokok



CARA PENGOBATAN :

Cara pengobatan TB Paru yaitu dengan obat anti TB (OAT) yang didapatkan di fasilitas pelayanan kesehatan secara gratis, yang harus diminum secara teratur dan tidak boleh putus selama 6-8

bulan, & dosis yang diminum sesuai dengan petunjuk petugas kesehatan (Dokter).

Saat minum obat perlu adanya orang yang mengawasi atau PMO (Pengawas Minum Obat), antara lain boleh dari petugas kesehatan terkait, orang terdekat penderita (suami/istri/orang tua/anak), atau orang yang tinggal serumah dengan penderita.



CARA MINUM OBAT YANG BENAR :

1. Obat ditelan pagi hari saat bangun tidur sebelum makan atau minum apapun, atau malam hari sebelum tidur, dilakukan setiap hari sesuai yang dijadwalkan
2. Jika sulit minum obat sekaligus, obat boleh ditelansatu per satu dalam 2 jam. OAT tidak boleh dipotong atau dihancurkan untuk memudahkan menelan tetap harus utuh
3. Menelan obat harus didampingi PMO (Pengawas Minum Obat) yang sudah ditunjuk
4. Jangan selesai minum obat atau putus obat sebelum waktu yang ditentukan

AKIBAT BILA TIDAK TERATUR MINUM OBAT ATAU PUTUS OBAT :

1. Tidak sembuh atau penyakitnya bisa lebih berat lagi
2. Prolongasi pengobatan dari awal lagi
3. Dapat menularkan kepada anggota keluarga atau orang di sekitar penderita
4. Sukar diobati karena kemungkinan kuman menjadi kebal & diperlukan peningkatan pengobatan dari sebelumnya
5. Membutuhkan waktu yang lama untuk dapat sembuh

TB PARU PADA ANAK :

Biasanya ditularkan dari orang dewasa yang terinfeksi TB Paru lebih dahulu merupakan kecurigaan awal TB Paru pada anak. Anak yang sudah terinfeksi TB Paru **TIDAK** menularkan kepada anak yang lain. Gejala yang khas pada anak yang terinfeksi TB Paru adalah berat badan anak yang sulit naik & anak tidak mau makan, batuk tidak khas selalu terjadi pada anak. Cara pencegahan & pengobatannya pada prinsipnya sama dengan pada orang dewasa.



PESAN-PESAN UNTUK KELUARGA DAN PENDERITA TB PARU :

1. Batuk yang sudah menghilang bisa timbul kembali atau kambuh, segera berkonsultasi dengan Dokter
2. Pasien agar rutin memeriksakan diri ke fasilitas pelayanan kesehatan terdekat secara teratur
3. Ketekunan dan keteraturan minum obat akan meringankan biaya pengobatan dan mempercepat penyembuhan
4. Bersihkan & jemur tempat tidur bekas penderita secara teratur
5. Buka jendela lebar-lebar setiap hari agar udarasegar & sinar matahari dapat masuk ke dalam rumah, karena kuman TBC akan mati bila terkena sinar matahari
6. Keluarga pasien yang menunjukkan gejala TB Paru sebaiknya segera memeriksakan diri ke fasilitas pelayanan kesehatan terdekat untuk memastikan sudah tertular atau belum
7. TB juga bisa menyerang kulit, kelenjar, tulang, usus, bahkan sampai ke otak hingga menyebabkan kematian.

MOTTO : Dengan Berobat Teratur, Penyakit TBC

Dapat Disembuhkan !

Kenali Tuberculosis Anak

Oleh Dr. Danti - KSM Pulmonologi Anak RSUP Dr. Sardjito Yogyakarta



GEJALA

Demam maupun batuk dalam kurun waktu lama

Berat badan sulit naik

Benjolan di kelenjar daerah leher rahang bawah, ketiak dan selangkangan

PENGOBATAN

“ Pengobatannya tuberculosis bisa sampai 9 bulan ”

2 Fase Pengobatan :


Tahap intensif : Pengobatan dilakukan pada 2-3 bulan pertama

Tahap lanjutan : Evaluasi pada bulan kedua, bulan ketiga dan bulan keempat dan dalam masa ini harus sangat benar-benar diperhatikan jangan sampai ada yang terlewat.

 RSUP_DrSARDJITO

 sardjito_official

 Sardjito

 RSUP Dr. Sardjito Video

886 x 886