

banyak obat. Dokter Anda akan memilihkan obat anti nyeri yang sesuai dengan kondisi Anda, karena penting untuk Anda menggunakan obat anti nyeri.

Ada beberapa kekhawatiran bahwa obat anti nyeri akan menimbulkan ketagihan. Pada kenyataannya pemberian obat anti nyeri yang memadai dan berdasarkan resep, tidak menimbulkan ketagihan.

Kadangkala terjadi "toleransi" pada obat tertentu, yaitu keadaan dimana tubuh Anda menjadi terbiasa dengan obat anti nyeri sehingga perlu perubahan (peningkatan) dosis atau perubahan jenis obat untuk memberi efek anti nyeri.

#### Apakah ada efek samping obat anti nyeri?

Beberapa efek samping yang sering timbul pada penggunaan obat anti nyeri adalah sulit buang air besar, mual, gatal dan sulit tidur dengan efek yang ringan sampai dengan berat.

Efek samping tergantung pada jenis obat yang digunakan dan bersifat individual. Tidak semua orang mengalami efek samping yang sama atau bahkan tidak mengalami efek samping apapun.

Sampaikan kepada dokter/perawat mengenai efek samping yang timbul pada saat penggunaan obat anti nyeri agar dapat dilakukan penanganan yang tepat.

Bila nyeri berlanjut sesudah obat habis, mintalah nasihat dokter Anda RSUD Dr. Moewardi mempunyai layanan Tim Manajemen Nyeri yang terdiri dokter anesthesia dan perawat nyeri.

Peran perawat nyeri dari Tim Nyeri adalah melakukan

kunjungan kepada pasien yang mengalami nyeri akut dan nyeri kronik untuk menilai kondisi dan keluhan nyeri yang dirasakan oleh pasien selama perawatan. Perawat nyeri akan berkolaborasi dengan Tim Nyeri untuk mengatasi nyeri pasien.

RSUD Dr. Moewardi menyiapkan alat yang dinamakan PCA (Patient Control Analgesia) yang bisa digunakan ke pasien bersamaan dengan penggunaan infus. Dengan alat ini pasien akan dapat mengontrol sendiri dan meminimalkan keluhan nyeri yang dirasakan pada saat pasca operasi.

**Untuk informasi lebih lanjut seputar  
MANAJEMEN NYERI  
Dapat menghubungi Klinik Nyeri RSDM:  
(0271) 634634 ext 165  
085331453333, 081393030233**

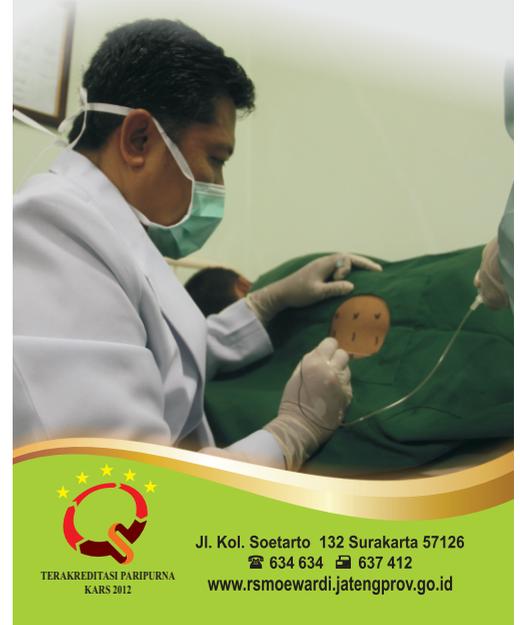
**Kritik, Saran & Keluhan Hubungi :**  
Direktur : 08572 5555 333  
Home Visit : 0812 2626 3333  
PJT : 664 100, Poliklinik Cendana : 647 060  
Duty Manager : 0813 2992 3333, IGD : 642 642  
Ponek : 634 100, ICU : 650 100, PICU : 637 100, NICU : 647 100  
HCU Melati : 7889 100, HCU Cendana : 7889 111, HCU Stroke : 7889 115  
Online : 0822 4344 3333 (sms / whatsapp), (0271) 638 638 (telepon)  
**Jam berkunjung :**  
Pagi : 10.00 - 12.00 WIB, Sore : 17.00-19.00 WIB

*Q4all*

*care 2 u*

**Dr. MOEWARDI**  
Rumah Sakit Umum Daerah  
**cepat, tepat, nyaman & mudah**

## PENANGANAN NYERI



### Apa yang sebaiknya Anda ketahui mengenai NYERI

Nyeri adalah suatu pengalaman sensori dan emosional yang tidak menyenangkan yang berkaitan dengan kerusakan jaringan.

Nyeri dapat berasal dari adanya penyakit, trauma, operasi, pemeriksaan diagnostic, proses pengobatan dan juga proses melahirkan

Nyeri bersifat subjektif sehingga hanya anda yang dapat menjelaskan bagaimana jenis dan karakter nyeri anda, sebab setiap orang memiliki reaksi berbeda-beda terhadap nyeri.

Pengelolaan nyeri yang baik dapat membantu dalam :

- Memberikan rasa nyaman pada waktu pemulihan
- Dapat melakukan mobilisasi dan fisiotherapy lebih mudah
- Penyembuhan lebih cepat

#### Apakah penting bagi dokter dan perawat untuk selalu menanyakan mengenai nyeri yang Anda rasakan?

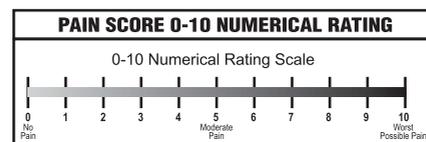
Ya, rasa nyeri dapat berubah sejalan dengan perubahan waktu. Penting sekali dokter/perawat secara teratur menanyakan rasa nyeri yang Anda rasakan, terutama untuk memastikan efektifitas dan efek samping obat nyeri yang diberikan.

#### Apa yang harus Anda sampaikan pada dokter dan perawat mengenai nyeri Anda?

Katakan bila Anda merasa nyeri, sekalipun mereka mungkin tidak bertanya. Dokter atau perawat akan meminta Anda menjelaskan seberapa berat nyeri Anda dengan skala Nyeri.

Cara penentuan skala nyeri

- Skala nyeri berdasarkan Numeric Rating Scale



Anda diminta untuk menentukan rasa nyeri pada skala angka 0 sampai 10, dengan 10 sebagai rasa nyeri terberat.

- Skala nyeri berdasar ekspresi wajah (Face scale)



Anda diminta untuk menunjukkan kondisi nyeri yang Anda alami sesuai dengan diagram ini.

Kata-kata berikut dibawah ini juga dapat menggambarkan adanya nyeri:

- Perih
- Rasa kembung
- Rasa terbakar
- Kram
- Hilang-timbul
- Konstan
- tersayat
- Tumpul
- Mati rasa
- Tertekan
- Tertindih
- Tarikan
- Memancar
- robek

beritahu dokter/perawat mengenai semua obat anti nyeri yang sudah Anda gunakan, dengan atau tanpa resep dokter, dosis obat dan bagaimana efektifitasnya. Informasikan juga faktor-faktor dapat mengurangi atau memperberat intensitas nyeri.

#### Apa yang dapat dilakukan untuk mengatasi nyeri Anda?

Terdapat berbagai cara mengatasi nyeri Anda, dengan ataupun tanpa menggunakan obat. Dokter akan memikirkan cara terbaik untuk mengatasi nyeri Anda. Tergantung pada penyakit, kondisi dan bagaimana derajat nyeri yang Anda rasakan, kadang-kadang nyeri dapat hilang dengan cara lain tanpa menggunakan obat, antara lain dengan:

- Pengendalian atau pengalihan nyeri pikiran baik dengan meditasi, menonton film, bermain atau berdialog.
- Pemijatan atau relaksasi.
- Stimulasi gelombang listrik di sendi untuk menghambat saraf nyeri.
- Kompres panas atau dingin
- Hipnotis

Namun pada umumnya, pengelolaan nyeri dilakukan dengan kombinasi cara-cara diatas dan menggunakan obat-obatan, secara oral, suntikan atau infus.

#### Apakah Anda takut memakai obat anti nyeri?

Anda mungkin pernah memiliki pengalaman buruk menggunakan obat, mungkin karena efek sampingnya atau rekasi lain. Atau Anda mungkin menggunakan terlalu