

# DIET PADA PENDERITA GAGAL GINJAL KRONIS

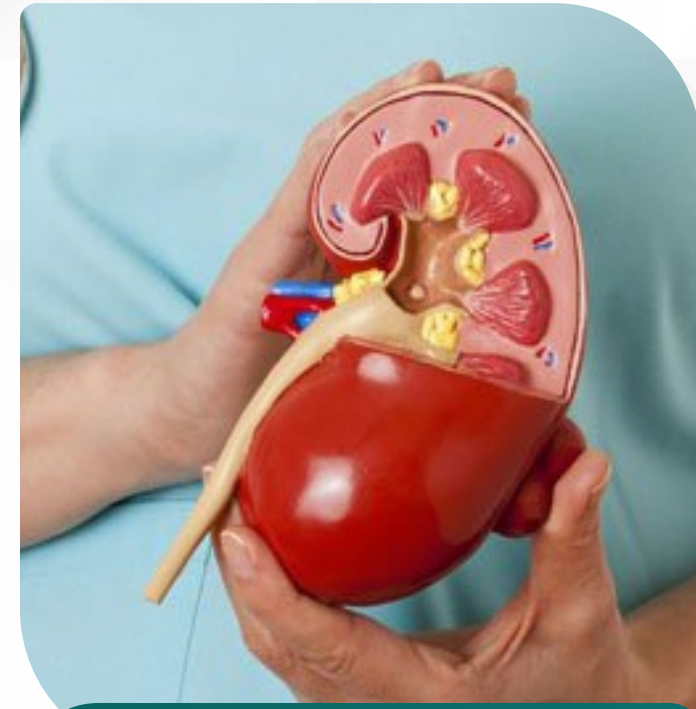
- Bahan makanan yang dianjurkan sumber karbohidrat yaitu nasi, roti, kentang, jagung, ubi-ubian.
- Hindari makanan yang diawetkan yaitu ikan asin, kornet, buah dan sayur dalam kaleng, keju dan susu yang diawetkan, batasi jumlah gram maksimal 1/2 - 1 sendok teh per hari.
- Sumber protein hewani yang dianjurkan yaitu daging, ayam, ikan, telur, susu, kacang kedelai.
- Batasi sayuran dan buah-buahan tinggi kalium seperti apel, alpukat, jeruk, pisang, buah dan daun pepaya, seldri, kembang kol.



rs.indriati Rumah Sakit Indriati Soba

[www.rsindriati.com](http://www.rsindriati.com)

WE WORK FOR HEALTHIER INDONESIA



## GAGAL GINJAL KRONIS



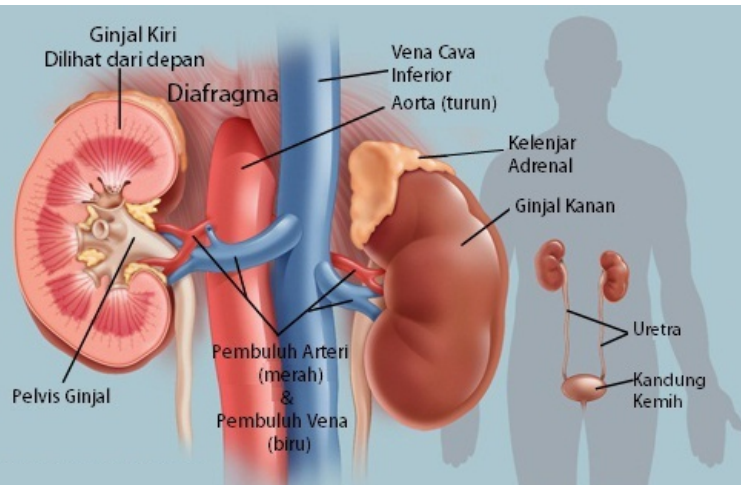
RUMAH SAKIT  
**INDRIATI**  
SOLO BARU - SUKOHARJO

**RS INDRIATI SOLO BARU**

Jl. Palem Raya, Grogol, Sukoharjo, Jawa Tengah, 57552  
(0271) 5722 000

# GAGAL GINJAL KRONIS

Gagal ginjal kronis merupakan gangguan fungsi ginjal yang menurun secara tepat dan fungsi tersebut tidak dapat kembali seperti semula, yaitu dimana ginjal mengalami kegagalan dalam mempertahankan keseimbangan cairan dan elektrolit



## PENYEBAB GAGAL GINJAL KRONIK

- Infeksi penyakit pada ginjal
- Mengonsumsi obat-obatan dan jamu-jamuan secara terus menerus
- Penyakit darah tinggi
- Minum alkohol dan bersoda
- Kurang minum air putih

## Gejala Penyakit Gagal GINJAL Kronis yang Perlu ANDA Ketahui



## TANDA DAN GEJALA GAGAL GINJAL KRONIS

### Gejala Dini

1. Berat badan menurun
2. Nyeri pinggang
3. Sakit kepala
4. Lemah
5. Lelah

### Gejala Lanjut

1. Nafsu makan menurun
2. Mual disertai muntah
3. Kesadaran menurun
4. Gatal-gatal pada kulit
5. Sesak nafas baik diwaktu ada kegiatan atau tidak
6. Bengkak yang disertai adanya tanda lekukan

## PEMERIKSAAN PENUNJANG GAGAL GINJAL

1. Pemeriksaan darah dan urin
2. Pemeriksaan radiologi seperti CT-Scan dan USG



## DISCHARGE PLANNING GAGAL GINJAL KRONIS

1. Batasi minimum tidak lebih dari 500ml
2. Cuci darah (Hemodialisa)
3. Operasi pengambilan batu ginjal atau transplantasi ginjal (cangkok ginjal)
4. Perhatikan diet
5. Kontrol rutin
6. Pengendalian berat badan
7. Pengendalian berat badan
8. Pengendalian gula darah dan kolesterol
9. Berhati-hati konsumsi obat-obatan, jamu-jamuan, minuman bersoda, dan beralkohol.