

Ekstremitas Bawah

adalah :
tubuh bagian bawah / kaki
misal :
paha, lutut, tungkai,
ankle, telapak, dan jari kaki



Peta ke RSO :



Rumah Sakit Ortopedi
Prof. Dr. R. Soeharso Surakarta
Jl. Jend. Ahmad Yani, Pabelan,
Kartasura, Sukoharjo 57162

☎ (0271) 714458 📠 (0271) 714058

✉ rso_solo@rso.go.id



Petunjuk Aktifitas Di Rumah Untuk Pasien Setelah Operasi Ekstremitas Bawah.



📍 RSO. Prof.Dr.R.Soeharso Surakarta 📺 RS Ortopedi Soeharso Surakarta Official

📧 rso_soeharso_surakarta

📺 rs.ortopedi

🌐 www.rso.go.id

Cekatan : Cepat, Akurat, Aman, Nyaman

Agar tujuan pengobatan tercapai, ikutilah petunjuk di bawah ini :

1. Jaga kebersihan di sekitar daerah yang dilakukan operasi.
2. **Selama luka belum kering, usahakan tidak terkena air.**
Saat mandi usahakan untuk tidak membasahi daerah yang dioperasi dengan cara jauhkan bagian tubuh yang dioperasi dari badan, kemudian tutup dengan plastik atau pelindung tahan air.
3. **Perawatan luka, apabila luka di sekitar daerah yang di operasi kering, tidak ada tanda infeksi** (tanda kemerahan, bengkak, panas, sakit sampai dengan mengganggu fungsi), atau pendarahan, perawatan dapat dilakukan 2 hari sekali pada Tenaga Kesehatan setempat atau fasilitas kesehatan terdekat.
4. Saat bergerak dengan alat bantu (kruk, walker, dsb) hindari bertumpu pada kaki yang dioperasi.
5. Tumpuan pada kaki yang dioperasi hanya boleh dilakukan secara bertahap sesuai perintah dokter.

6. Tidak diperkenankan melepas alat bantu sebelum waktu yang disarankan oleh Dokter, untuk menghindari patah tulang yang berulang.
7. Tidak melakukan gerakan-gerakan yang beresiko terjadinya patah tulang ulang, misal : melompat dari atas, olahraga ekstrim, dll.
8. Hindari memakai sepatu berhak tinggi atau alas kaki yang licin.
9. Beri asupan nutrisi bergizi seimbang, hindari rokok, (karena nikotin dapat menghambat pertumbuhan tulang).
10. Bila terdapat pembengkakan, pendarahan atau tanda-tanda infeksi pada luka segera hubungi Petugas Kesehatan setempat atau dibawa ke Rumah Sakit.
11. **Tujuan Rehabilitasi adalah :**
Mengurangi nyeri, meningkatkan kelenturan sendi, mobilisasi bertahap dan mengembalikan fungsi gerak, maka setiap anjuran tim rehabilitasi harus dilakukan secara mandiri.
12. Kontrol rutin sesuai dengan anjuran.