

Apakah Endometriosis harus di operasi

Operasi untuk meringankan gejala endometriosis dilakukan apabila ukurannya sudah terlalu besar atau jika endometriosis mengganggu fungsi organ lain, seperti gangguan pada ginjal dari menimbulkan sumbatan pada usus

Pengobatan Endometriosis

1. Pemberian obat-obatan untuk meredakan nyeri
2. Terapi hormon untuk menghambat Pertumbuhan jaringan
3. Operasi untuk mengatasi endometriosis yang tidak membaik



Pencegahan Endometriosis

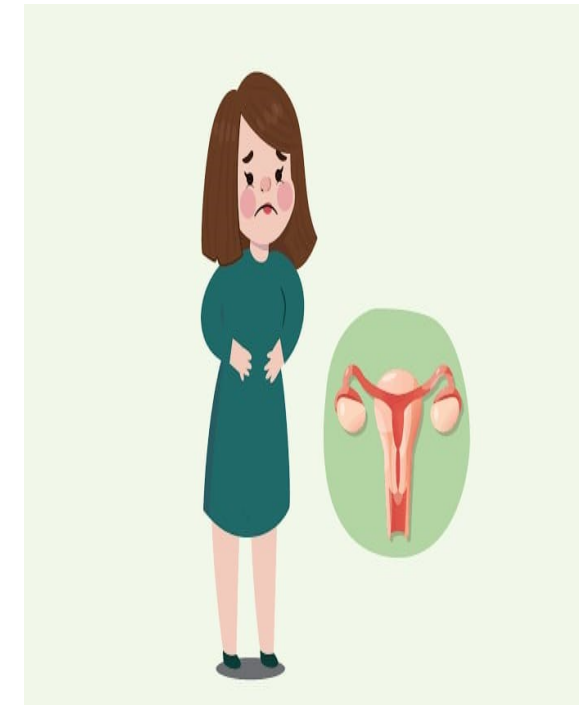
- ♦ Berolah raga secara rutin, minimal 30 menit setiap hari
- ♦ Menjaga berat badan agar tetap ideal
- ♦ Menurunkan berat badan bila mengalami obesitas
- ♦ Mengurangi konsumsi alkohol secara berlebihan
- ♦ Mengurangi konsumsi kafein secara berlebihan



Ayo Kenali dan Cegah Endometriosis sedini mungkin



ENDOMETRIOSIS

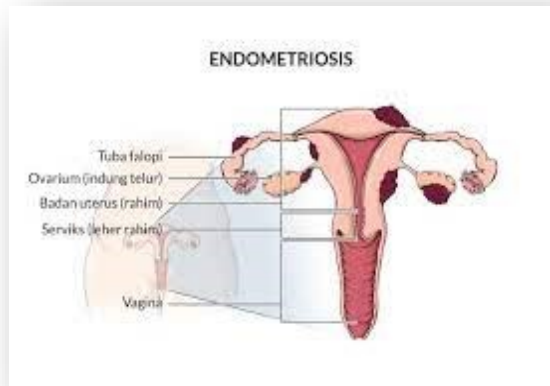


**UNIT PROMOSI KESEHATAN
RSUD PROF.DR.W.Z. JOHANNES
KUPANG**

ENDOMETRIOSIS APA?

Endometriosis

adalah kondisi ketika endometrium tumbuh di luar dinding rahim. Pada kondisi ini, endometrium dapat tumbuh di indung telur (ovarium), lapisan dalam perut (peritoneum), usus, vagina, atau saluran kemih.



Endometrium adalah Jaringan yang melapisi dinding rahim, sebelum menstruasi endometrium akan menebal untuk menjadi tempat menempelnya sel-sel telur yang telah dibuahi. Bila sel telur tidak dibuahi, endometrium akan luruh kemudian keluar dari tubuh sebagai darah menstruasi

AYO CEGAH ENDOMETRIOSIS.....

Gejala Endometriosis

1. Nyeri hebat di perut bagian bawah dan sekitar panggul, terutama saat menstruasi
2. Kram perut selama beberapa hari sebelum dan selama menstruasi
3. Volume darah yang berlebihan saat menstruasi
4. Sakit di punggung bagian bawah selama menstruasi
5. Perdarahan di luar siklus menstruasi
6. Nyeri saat berhubungan seksual
7. Sakit saat buang air besar atau buang air kecil
8. Diare, kembung, mual, sembelit
9. Mudah Lelah selama menstruasi
10. Sulit hamil

Endometriosis



Penyebab Endometriosis

Penyebab endometriosis belum di ketahui secara pasti, tetapi diduga terkait dengan gangguan aliran darah menstruasi, perubahan sel-sel jaringan lain menjadi sel endometrium, serta perpindahan sel endometrium melalui aliran getah bening

Makanan pantangan Endometriosis

1. Makanan Tinggi lemak secara alami terkandung dalam produk hewani ,gorengan dan makanan cepat saji
2. Makanan yang mengandung Gluten seperti pada roti,kue dan makanan yang di panggang
3. Daging merah,