



Ketika tidak diketahui penyebab maka pengobatan berupa

- Pil KB untuk mengatur kadar hormon.
- Terapi progestin. Progestin adalah versi sintetis dari hormon progesteron yang terjadi secara alami. Levonorgestrel juga merupakan progestin. Progestin membantu mengencerkkan lapisan rahim dan dengan demikian mengurangi aliran darah menstruasi.

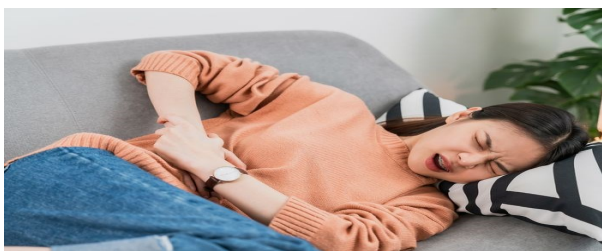
- Antiinflamasi nonsteroid (NSAID).

Selain menghilangkan rasa sakit yang terkait dengan menometrorrhagia, obat-obatan ini membantu membekukan darah dan membatasi alirannya .

- Suplemen besi untuk mencegah dan mengatasi anemia
- Asam traneksamat dapat diperlukan untuk menghentikan perdarahan

### KAPAN HARUS KE DOKTER?

Lakukan konsultasi ke dokter terutama jika muncul gejala diatas dan telah mengganggu aktivitas sehari-hari .



Anda dianjurkan untuk segera ke dokter jika selama menstruasi Anda mengalami:

- Pusing terutama ketika berdiri.
- Kebingungan.
- Nyeri perut, mual, dan muntah.
- Kontrol rutin ke dokter mungkin akan dianjurkan untuk mengetahui perkembangan kondisi.

### PENCEGAHAN MENOMETRORAGIA

Tidak sepenuhnya dapat dicegah. Namun melakukan hal berikut ini dapat menurunkan risiko terjadinya menoragia:

- Tidur 6–8 jam di malam hari
- Hindari stres atau kelelahan
- Melakukan olahraga dengan rutin 5 kali per minggu
- Mengonsumsi banyak sayuran hijau dan biji-bijian
- Minum air putih 1,5–2 liter per hari

**SEMOGA CEPAT SEMBUH**

## MENOMETRORAGIA



**UNIT PROMOSI KESEHATAN  
RSUD PROF.DR.W.Z. JOHANNES  
KUPANG  
2020**

# Cegah Menometroragia

## APA ITU MENOMETRORAGIA?

Menometroragia adalah suatu kondisi yang ditandai oleh perdarahan uterus yang berat, abnormal, dan tidak teratur. Wanita dengan kondisi ini biasanya memiliki perdarahan lebih dari 80 ml, atau 3 ons, selama siklus menstruasi. Perdarahan juga tidak terduga dan sering terjadi di luar siklus menstruasi.

## GEJALA MENOMETRORAGIA

Menometrorrhagia sebenarnya merupakan kombinasi dari dua gangguan menstruasi yaitu:

- Menorrhagia yang merupakan perdarahan uterus berat yang terjadi secara berkala
- Metrorrhagia, yang merupakan perdarahan tidak teratur

Gejalanya antara lain:

- Darah menembus pembalut pada setiap jam selama kurun waktu beberapa jam
- Perdarahan lebih dari 8 hari
- Perdarahan tak teratur atau di luar siklus menstruasi yang biasa
- Adanya gumpalan darah besar
- Nyeri punggung dan perut selama menstruasi
- Kelelahan, lemas, atau napas pendek yang dapat menjadi tanda bahwa Anda kekurangan zat besi dalam darah sehingga menyebabkan anemia.

## PENYEBAB MENOMETRORAGIA

- Ketidakseimbangan hormon

Wanita yang memiliki terlalu banyak hormon estrogen bisa menyebabkan lapisan rahim tumbuh lebih tebal. Ketika lapisan tebal itu meluruh, maka dapat terjadi peningkatan perdarahan. Tidak seimbanginya hormon estrogen bisa dipicu oleh berbagai hal, seperti obesitas dan stres.

- Kurang ovulasi

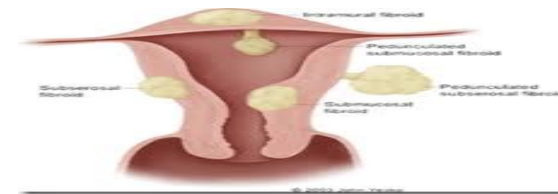
Ovulasi adalah proses pelepasan sel telur dari ovarium. Jika Anda tidak mengalami ovulasi (anovulasi), maka lapisan rahim dapat terus tumbuh menebal hingga dipaksa untuk meluruh dan menyebabkan perdarahan yang berlebihan.

- Pembekuan darah

Ketika darah tidak dapat membeku dengan baik, maka perdarahan dapat berlangsung lebih lama.

- Endometriosis

Terjadi ketika lapisan rahim tumbuh di luar rahim, umumnya di tuba falopi, ovarium atau panggul. Ketika lapisan ini meluruh, maka dapat terjadi perdarahan yang sangat hebat.



- Adenomyosis

Adenomyosis adalah suatu kondisi di mana lapisan rahim malah tumbuh ke dinding otot rahim. Seperti lapisan rahim yang normal pada umumnya, lapisan ini juga dapat tumbuh dan meluruh sehingga menyebabkan perdarahan yang hebat.

- Pertumbuhan abnormal di rahim  
Seperti polip dan fibroid dapat menyebabkan perdarahan yang berlebihan

## KOMPLIKASI

- Kehilangan darah yang signifikan dapat menyebabkan anemia.
- Perdarahan menstruasi yang berlebihan juga dapat menjadi gejala dari beberapa kanker reproduksi dan kondisi yang mempengaruhi kesuburan

## PENGOBATAN

Jika diketahui penyebabnya maka dilakukan:

- Operasi untuk mengangkat fibroid mungkin disarankan.
- Histerektomi atau operasi pengangkatan rahim dapat menjadi pilihan bagi wanita yang tidak menginginkan anak atau telah melewati masa subur.