

Apa Saja Perlengkapan Perawatan Tirah Baring?



1. Tempat tidur yang nyaman (yang dapat diatur dibagian kepala dan tubuh)
2. Bantal dan matras (bantal untuk menyangga tubuh dan kaki pasien)
3. Popok dewasa (popok dengan daya serap tinggi untuk mencegah iritasi kulit)
4. Underpad/Perlak (alas anti air untuk mencegah kasur basah)
5. Pembatas kasur (mencegah pasien jatuh dari tempat tidur)



Hal Yang Perlu Diperhatikan Untuk Perawatan Tirah Baring



1. Bantu pasien bergerak di posisi yang sama paling tidak setiap 2 jam sekali
2. Jangan terlalu tinggi mengubah posisi kepala untuk mencegah tekanan berlebih
3. Pijat pasien perlahan, namun hindari area yang dirasa nyeri
4. Selalu ajak pasien mengobrol dan tunjukkan rasa peduli
5. Rutin mengganti sprei setiap 2-3 hari sekali
6. Pastikan kamar cukup terang dengan sirkulasi udara baik



TIRAH BARING



UPT RSUD SUNGAI RUMBAI

Jl. Lintas Sumatera KM 42 Sungai Rumbai
Kabupaten Dharmasraya Sumatera Barat

No : 400.14.9/048/RSUD SR-2026

Apa Itu Tirah Baring?

kondisi membatasi aktivitas fisik dan mengharuskan pasien untuk berbaring total di tempat tidur untuk mempercepat pemulihan dari penyakit atau kondisi medis tertentu

Tujuan Tirah Baring

Mengurangi beban pada organ tubuh, mengurangi kebutuhan oksigen, dan membantu fokus pada penyembuhan

Jenis - Jenis Tirah Baring

1. Tirah baring ringan

Pasien boleh duduk atau pergi ke kamar mandi secara mandiri

2. Tirah baring ketat

Seluruh aktivitas (termasuk makan dan buang air) dilakukan di tempat tidur



Siapa Yang Membutuhkan Tirah Baring?



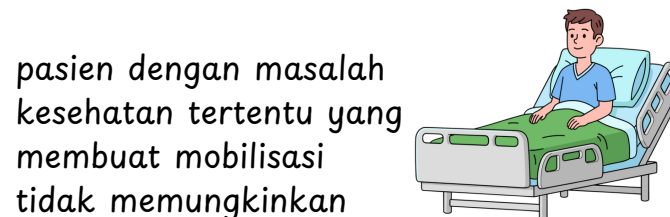
Pasien Pasca operasi



Ibu hamil dengan resiko komplikasi, risiko persalinan prematur



Pasien dengan cedera kepala, stroke, atau penyakit kronis



pasien dengan masalah kesehatan tertentu yang membuat mobilisasi tidak memungkinkan

Resiko Tirah Baring Yang Lama



1. Luka Dekubitus (Luka Tekan)

Tekanan pada kulit menyebabkan sirkulasi buruk, bisa berkembang menjadi kemerahan hingga dalam

2. Atrofi Otot

Otot menjadi lemah dan mengecil karena jarang digunakan

3. Kontraktur Sendi

Sendi menjadi kaku dan sulit digerakan (permanen)

4. Penggumpalan Darah

Resiko Deep Vein Thrombosis (DVT) karena sirkulasi darah melambat

