

## PENCEGAHAN

- Rutin melakukan pemeriksaan kehamilan dipuskesmas
- Makan-makanan bergizi, bervariasi, dan seimbang setiap hari
- Konsumsi asam folat dan tablet tambah darah
- Berhenti merokok dan tidak konsumsi narkoba dan alkohol
- Konsultasi dengan dokter kandungan sebelum mengkonsumsi obat-obatan
- Meminimalkan stress
- Menjaga berat badan ideal dan penambahan berat badan normal selama hamil
- Jangan tunggu haus untuk meminum air putih
- Jangan menahan Buang Air Kecil
- Hindari mengangkat barang-barang yang berat
- Istirahat cukup dan menghindari kelelahan
- Dukungan psikologis dari suami
- Hubungan seksualitas yang aman dengan posisi yang aman bagi ibu hamil dan frekuensi yang wajar

## PENANGANAN

- Tujuan utama : Mempertahankan kehamilan sampai usia kehamilan mencapai usia cukup bulan dengan menghambat proses persalinan.
- Bedrest total
- Pemberian obat tokolitik oleh dokter
- Pemberian obat kortikosteroid oleh dokter
- Mengurangi stress
- Mencukupi kebutuhan nutrisi

# mengenal PREMATUR KONTRAKSI



## RUMAH SAKIT MITRA HUSADA

Jl. Raya Siliwangi no 151 Ciawigebang  
Kec. Ciawigebang, Kab. Kuningan,  
Jawa Barat, 45591

 (0232) 878560

 0821-3039-9806

## PENGERTIAN

Adanya suatu ancaman pada kehamilan dimana timbulnya tanda-tanda persalinan pada usia kehamilan yang belum cukup bulan (28-<37minggu) serta dapat menyebabkan kelahiran kurang bulan.

## TANDA DAN GEJALA

- Perut terasa mules semakin lama semakin sering
- Keluar lendir bercampur darah dari jalan lahir
- Keluar cairan ketuban dari jalan lahir

## DAMPAK

- Bayi kurang bulan
- Lama rawat di rs
- Hipotermi
- Sindrom gawat nafas
- Bayi kuning
- Sepsis
- Kematian

## APA SIH PENYEBABNYA ?

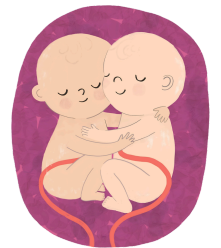
- Penyakit infeksi pada ibu hamil. Contohnya : ISK



- Stress dan kelelahan



- Kehamilan kembar



- Kekurangan zat besi (anemia)

