

# Selebaran untuk Petunjuk Membersihkan Kerampang (Perineum) yang Dilaksanakan oleh Diri-Sendiri

(自我執行會陰沖洗指導單 印尼文)

## ◆ Tujuan :

Membersihkan genital wanita , mencegah terjadinya infeksi , meningkatkan pemulihan luka, juga dapat mengamati keadaan perubahan darah nifas ◦

## ◆ Kapan membersihkan:

Setiap kali sehabis buang air kecil dan besar ,perlu dibersihkan , sampai dengan bersih dari darah nifas , kira-kira 10 hari ◦

## ◆ Alat-alay yang harus disiapkan :

1. Alat pembersih
2. Air minum yang bersuhu kira-kira 41 s/d 43 °C ( yang tidak kepanasan)
3. Pembalut khusus untuk melahirkan yang bersih , kertas tissue
4. Celana dalam atau celana kertas

## ◆ Cara membersihkan :

Duduk di wastafet , dengan bagian atas badan miring ke belakang , air yang untuk membersihkan dari atas dituang ke bawah pada kerampang , mulut botol pembersih jangan menyentuh kerampang , setelah dibersihkan lap dengan kertas tissue dari depan ke belakang , lalu gantikan pembalut dan celana dalam ◦

## ◆ Hal-hal yang harus diperhatikan :

1. Saat membersihkan , boleh mengamati warna dan bau darah nifas ( darah nifas yang normal adalah bewarna merah dan tidak berbau ), atau apakah terdapat gumpalan darah yang banyak ◦
2. Saat mengganti pembalut , kedua tangan cukup menyentuh pembalut bagian luar , jaga kebersihan dalam pembalut ◦
3. Bila luka di kerampang membengkak , merasa sakit tidak nyaman , atau ada gejala bermanah dengan warna kuning kehijauan , bau yang tidak sedap harus beritahu kepada tenaga perawat ◦

Bila anda telah memahami isi dari selebaran untuk petunjuk membersihkan kerampang (Perineum) yang dilaksanakan oleh diri-sendiri silahkan tanda tangan

Pasien atau anggota keluarga \_\_\_\_\_ tanggal \_\_\_\_\_