



Manajemen Nyeri Non Farmakologi

Definisi Nyeri

Nyeri adalah bentuk ketidaknyamanan baik sensori maupun emosional yang berhubungan dengan resiko atau aktualnya kerusakan jaringan tubuh, timbul ketika jaringan sedang rusak dan menyebabkan individu tersebut bereaksi untuk menghilangkan rasa nyeri.

TATALAKSANA NYERI

1 Stimulasi dan Masase

Masase dapat mengurangi nyeri karena membuat pasien lebih nyaman akibat relaksasi otot.



2 Kompres Dingin dan Hangat

Kompres dingin menurunkan produksi prostaglandin sehingga reseptor nyeri lebih tahan terhadap rangsang nyeri dan menghambat proses inflamasi. Kompres hangat berdampak pada peningkatan aliran darah sehingga menurunkan nyeri dan mempercepat penyembuhan. Kedua kompres ini digunakan secara hati-hati agar tidak terjadi cedera.



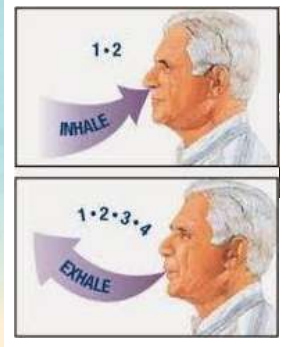
3 **Distraksi Pasien**

Distraksi Pasien akan dialihkan fokus perhatiannya agar tidak memperhatikan sensasi nyeri.



4 **Teknik Relaksasi**

Teknik Relaksasi Relaksasi dapat berupa napas dalam dengan cara menarik dan menghembuskan napas secara teratur. Teknik ini dapat menurunkan ketegangan otot yang menunjang rasa nyeri.



5 **Terapi Musik**

Pemberian musik instrumental terhadap penurunan skala nyeri pasien pra operasi fraktur. Musik instrumental dapat memberikan ketenangan pada pasien.



Percayakan Kesehatan Anda dan Keluarga Hanya di Queen Latifa Hospital Yogyakarta

Informasi & Pendaftaran



0856-5864-5555



0274-581402