

Nama : Heni Triagus Sari

NIM : 1810301078

Kelas : 6B

Soal Genap

1. Apakah yang dimaksud Traumatik Brain Injury (TBI) ? apa saja program latihan fisioterapi pada kondisi TBI?

Jawab :

TBI (trauma brain injury) adalah cedera mekanik yang secara langsung atau tidak langsung mengenai kepala yang mengakibatkan Luka di kulit kepala, fraktur tulang tengkorak, robekan selaput otak, dan kerusakan jaringan otak itu sendiri, serta mengakibatkan gangguan neurologis. Cedera kepala dikatakan ringan bila derajat GCS total adalah 14-15. Untuk program intervensi fisioterapi yang dapat diberikan antara lain :

a. Positioning

Diberikan setiap 2 jam sekali dengan tujuan untuk mencegah adanya muncul permasalahan baru yaitu decubitus. Dengan masing-masing posisi yang berbeda-beda selama 8 menit



b. Chest Fisioterapi

Rangkaian penanganan fisioterapi dalam mengatasi permasalahan yang muncul pada sistem respiratory karena adanya penumpukan sputum atau sekret dengan dapat diberikan tindakan chest therapy berupa (auskultasi untuk mengetahui letak sputum, selanjutnya diposisikan postural drainage dengan mengarah gravitasi, clapping dengan waktu 3-5 menit dan vibrasi sebanyak 3-5x dalam saat expirasi penafasan, lalu jika memungkinkan pasien dilanjutkan dengan teknik cuffing dan huffing sebanyak 3x).



c. Memulihkan mobilitas adalah tujuan penting bagi orang-orang yang bergerak setelah TBI, dan merupakan factor kunci dalam mendapatkan kembali kemandirian fungsional. Selain gangguan neurologis yang timbul langsung dari TBI, orang yang telah sadar atau tidak bergerak untuk waktu yang signifikan kehilangan massa otot dan kebugaran kardiovaskular, dan ini harus tepat di- tangani dalam hal kapasitas fisik dari individu. Ketika merencanakan sebuah program untuk meningkatkan kontrol motoric dan kebugaran umum, beriku- tharus dipertimbangkan:

- Latihan berjalan dengan dukungan berat
- Badan parsial sebagai tambahan untuk terapikonvensional
- Latihan kekuatan untuk meningkatkan kontrol motorik
- pada kelompok otot yang ditargetkan
- Re-education gait untuk meningkatkan kemampuan berjalan
- Latihan olahraga untuk kebugaran kardiorespirasi fitness

2. Apa yang dimaksud dengan Spinal Cord Injury (SCI)? Apa saja program latihan fisioterapi pada kondisi SCI?

Jawab :

Spinal Cord Injury (SCI) yaitu cedera pada sumsum tulang belakang dari foramen magnum ke cauda equina yang terjadi sebagai akibat seperti paksaan, adanya sayatan atau juga memar yang mengakibatkan sumsum tulang belakang putus.

Untuk program intervensi fisioterapi yang dapat diberikan antara lain :

a. Breathing Exercise, Prosedurnya yaitu Menggunakan metode deep breathing, posisi pasien terlentang di bed lalu pasien menarik nafas panjang melalui hidung semaksimal mungkin lalu menghembuskan nafas melalui mulut seperti meniup lilin. (dilakukan dengan tehnik pursed lip breathing, setiap hari secara intermitten dengan 3 detik inspirasi 6 detik ekspirasi, diulangi selama 8-10 kali)



b. Exercise MC Kenzie McKenzie Exercise latihan menggunakan gerakan badan terutama kearah ekstensi, biasanya digunakan untuk penguatan dan peregangan otot-otot ekstensor dan fleksor sendi lumbosacralis dan dapat mengurangi nyeri.



VERITAS health

c. Bowel training Melatih defekasi secara rutin pada klien yang mengalami gangguan pola eliminasi feses atudefekasi.

Langkah-langkah bowel training Anda dapat menggunakan stimulasi digital untuk memicu buang air besar:

a. Masukkan jari pelumas kedalam anus dan membuat gerakan melingkar sampai sphincter berelaksasi. Ini mungkin memakan waktu beberapa menit.

b. Setelah melakukan rangsangan, duduk dalam posisi normal untuk buang air besar. Jikadapat berjalan, duduk di toilet atau toilet samping tempat tidur. Jika terbatas pada tempat tidur, gunakan pispot. Masuk ke sebagai dekat dengan posisi duduk mungkin, atau menggunakan posisi berbaring sebelah kiri jika tidak mampu untuk duduk.

c. Cobalah untuk mendapatkan privasi sebanyak mungkin. Beberapa orang menemukan bahwa membaca sambil duduk di toilet membantu mereka bersantai cukup untuk memiliki gerakanusus.

d. jika rangsangan digital tidak menghasilkan buang air besar dalam waktu 20 menit,ulangi prosedur.



Picture 1 Bowel training can begin anywhere from 15 months to 3 years of age.