

Hasil Diskusi Seminar Fisiologi

“ Adaptasi Sistem Musculoskeletal pada Kehamilan, Persalinan dan Nifas “

Disusun oleh Kelompok K

Anggota :

- 1) Azahra Andini 2110101048
- 2) Anggita Putri 2110101049
- 3) Mila Novika 2110101050
- 4) Tjahya Pramudyaning 2110101051
- 5) Anisah 2110101052

1. Azahra Andini (2110101048)

Bagaimana penanganan untuk ibu hamil yang mengalami gangguan Musculoskeletal ?

Jawaban :

a) Nabila Aulia Zwageri (2110101004)

Bisa di lakukan dengan istirahat yang cukup, berbaring dengan mengubah posisi tubuh, kompres air hangat bagian yang nyeri, berjalan dengan pelan juga dapat mengurangi nyeri.

b) Amalia Zidny (2110101023)

Karena ada tegang ada perubahan di bagian perut sehingga jika jarang olahraga akan kaget untuk mengatasi hal tersebut dapat di lakukan dengan berolahraga, bisa di kompres bagian yang terasa nyeri dengan air hangat, bisa juga dengan di pijat.

2. Izza Syifa (2110101032)

Apakah perubahan fisiologis pada pasca persalinan itu normal ?

Jawaban :

Perubahan tubuh wanita pasca melahirkan merupakan hal yang normal terjadi di masa pemulihan setelah bersalin. Perubahan tubuh setelah melahirkan ini diperlukan untuk menyesuaikan kondisi badan setelah mengalami sekian banyak perubahan selama hamil.

Salah satu perubahan fisiologis masa nifas adalah perubahan sistem reproduksi dimana meliputi perubahan corpus uterin, cervix, vulva dan vagina, serta otot-otot pendukung pelvis.

3. Stretch mark disebabkan oleh apa dan apakah ada kaitannya dengan kram pada kaki ?

Jawaban :

Stretch mark terjadi akibat peregangan yang terjadi pada kulit. Selain itu, kurang mengonsumsi air putih, olahraga berlebihan, tidak menjalankan pola makan sehat, dan kekurangan vitamin C menjadi beberapa kebiasaan buruk yang menjadi pemicu stretch mark.

4. Disfungsi simpisis pubis dan disfungsi rongga punggul apakah tidak berfungsi selamanya atau sementara, kalo sementara berapa lama akan kembali kesemula ?

Jawaban :

Disfungsi Simfisis Pubis

Merupakan istilah yang menggambarkan gangguan fungsi sendi simfisis pubis dan nyeri yang dirasakan di sekitar area sendi. Fungsi sendi simfisis pubis adalah menyempurnakan cincin tulang pelvis dan memindahkan berat badan melalui pada posisi tegak. Bila sendi ini tidak menjalankan fungsi semestinya, akan terdapat fungsi/stabilitas pelvis yang abnormal, diperburuk dengan terjadinya perubahan mekanis, yang dapat mempengaruhi gaya berjalan suatu gerakan lembut pada sendi simfisis pubis untuk menumpu berat badan dan disertai rasa nyeri yang hebat.

Penanganan: tirah baring selama mungkin; pemberian pereda nyeri; perawatan ibu dan bayi yang lengkap; rujuk ke ahli fisioterapi untuk latihan abdomen yang tepat; latihan meningkatkan sirkulasi; mobilisasi secara bertahap; pemberian bantuan yang sesuai.

Kesimpulan Diskusi Hari Ini :

Asuhan kebidanan sesuai standar diberikan selama kehamilan, persalinan, nifas dan neonatus. Diharapkan asuhan kebidanan yang diberikan membawa Ibu kedalam kondisi yang fisiologi, namun tidak menutup kemungkinan kondisi Ibu dapat berubah menjadi patologi. Kondisi yang patologis memerlukan penanganan lebih lanjut dengan cara kolaborasi atau rujukan.