

# IBU HAMIL DENGAN HIPERMESIS GRAVIDARUM



## definisi

*Hiperemesis gravidarum didefinisikan sebagai vomitus yang berlebihan atau tidak terkontrol selama masa hamil, yang menyebabkan dehidrasi, ketidakseimbangan elektrolit, atau defisiensi nutrisi, dan kehilangan berat badan.*

## Penyebab

*Penyebab hiperemesis gravidarum belum diketahui secara pasti, tetapi kondisi ini sering kali dikaitkan dengan tingginya kadar hormon human chorionic gonadotropin (HCG) dalam darah.*

## Cara mengatasi

- 1. Mengubah gaya hidup dengan makan dan minum sedikit tapi sering.*
- 2. Konsumsi jahe 1 sampai 1,5 gram per hari dapat membantu mengatasi mual dan muntah, bisa dibuat teh, atau dalam bentuk lain seperti permen.*
- 3. Obat-obatan yang diresepkan dokter biasanya dapat membantu mengurangi intensitas muntah.*



## Referensi

<https://scholar.google.com/scholar?start=10&q=ibu+hamil+dengan+hiperemesis+gravidarum&hl=>  
<https://www.alodokter.com/hiperemesis-gravidarum>  
<https://www.haibunda.com/kehamilan/20200423124319-49-136650/cara-mengatasi-hiperemesis-gravidarum-mual-muntah-hebat-saat-hamil>