

# PERAWATAN PASCA MELAHIRKAN SECARA CAESAR

Bagian tubuh yang paling butuh perhatian setelah melahirkan melalui operasi caesar adalah luka sayatan diperut. Perhatikan posisi tubuh saat beraktivitas. Usahakan selalu berdiri dan berjalan dengan postur tubuh yang baik. Berhati-hati jika sedang tertawa, bersin atau batuk, upayakan agar tidak terlalu kencang atau dipaksakan, agar bekas luka operasi tidak meregang terlalu kuat secara tiba-tiba.

Rasa nyeri pada bekas luka dapat dikurangi dengan mengonsumsi obat pereda nyeri sesuai anjuran dokter. Sebagai alternatif, Anda dapat menempelkan bantal pemanas di atas bekas luka agar terasa lebih nyaman.

Anda tetap bisa mengangkat dan menggendong bayi ketika menyusu, namun diminggu pertama dan kedua hindari mengangkat barang yang lebih berat dari bayi Anda. Siapkan semua keperluan Anda dan bayi di dekat Anda, agar lebih mudah dijangkau.

Beberapa hari setelah operasi, Anda mungkin masih merasakan kontraksi seperti kram pada saat menstruasi. Kontraksi ini terjadi untuk mencegah pendarahan berlebihan. Anda dapat mengonsumsi obat pereda nyeri yang diberikan oleh dokter. Tetaplah tenang dalam menghadapi proses pemulihan.



## RSUP dr. KARIADI

Jl. Dr. Sutomo No 16 Semarang 50244,  
Fax. 024-8318617, Telp. 024-8413476  
Call Center : 024-8450800,  
SMS Pengaduan : 08886509262  
Email : humas\_rskariadi@yahoo.co.id  
Website : www.rskariadi.co.id

L.E/Bedah/06