



PENYAKIT GINJAL KRONIK (PGK)

PENYAKIT GINJAL KRONIK (PGK) Adalah penurunan fungsi ginjal karena kerusakan pada ginjal dalam waktu lebih dari 3 bulan.

APAKAH KAMU TAHU FUNGSI GINJAL?

- Memproduksi urin
- Kontrol keseimbangan cairan dalam tubuh pasien
- Mengendalikan tekanan darah
- Membantu kesehatan tulang
- Menghasilkan hormon yang berfungsi dalam pembuatan Sel Darah Merah

APAKAH KAMU BERISIKO PGK?

- 10% dari populasi dunia menderita PGK
- Separuh lansia yang berusia diatas 75 memiliki kecenderungan menderita PGK
- PGK dapat mengenai semua mur dan ras
- 1 dari 5 laki-laki dan 1 dari 4 perempuan yang berusia antara 65-74 tahun menderita

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



APAKAH KAMU BERISIKO?

Apakah kamu memiliki darah tinggi?

Apakah kamu penderita diabetes?

Apakah berat badanmu berlebihan?

Apakah kamu merokok?

Apakah usiamu diatas 50 tahun?

Jika kamu memiliki jawaban "ya" pada satu atau lebih, segeralah periksa ke dokter.

8 ATURAN UNTUK MENCEGAH PGK

- Selalu fit dan aktif
- Menjaga gula darah selalu dalam keadaan normal
- Pemantauan Tekanan Darah secara teratur
- Makan-makanan bergizi dan jaga berat badan ideal
- Minum air putih yang cukup
- Tidak Merokok
- Segera cek Fungsi Ginjal jika kamu punya satu atau lebih faktor resiko berikut:
 - Kamu memiliki Diabetes
 - Kamu memiliki Hipertensi
 - Kamu memiliki Obesitas

BAGAIMANA MENDETEKSI PGK?

- Awal mula PGK tidak menimbulkan gejala. Seseorang dapat kehilangan 90% dari Fungsi Ginjalnya tanpa mengalami apapun
- Gejala dan Tanda dari PGK : Kaki bengkak, kelelahan, sulit berkonsentrasi, hilang nafsu makan dan kencing berkurang atau berbusa.

