

APA ITU SAKIT Gastritis ?

Sakit maag atau gastritis adalah peradangan yang terjadi pada lapisan lambung.



TANDA DAN GEJALA

1. Nyeri ulu hati
2. Mual, muntah
- 3.



- Tekan darah menurun, pusing
4. Keringat dingin
 5. Nadi cepat
 6. Kadang berat badan menurun
 7. Nafsu makan menurun
 8. Perut terasa kembung

PENYEBAB SAKIT MAAG..

1. Pola makan tidak teratur
2. Sering makan makanan yang asam (nanas, kedondong, rujak, dll)
3. Suka makan makanan yang pedas (sambal, cabai, saos, dll)
4. Suka makan makanan yang banyak mengandung gas (kubis/kol, sawi, nangka, dll)
5. Suka minum kopi
6. Stress
7. Suka minum alkohol
8. Kebiasaan meroko



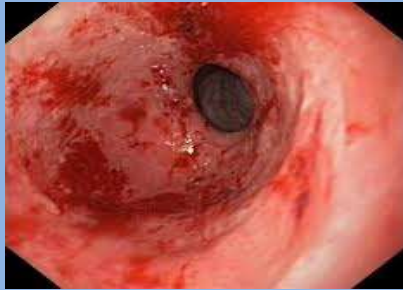
Gastritis



Rumah Sakit Umum Sembiring
Jln. Besar Delitua no.77
Deli serdang, Sumatra Utara 20355
Telp: (061)7033569-7030802
Faximile : (061)7030802

BAHAYA JIKA MAAG TIDAK DITANGANI..

1. Perdarahan saluran cerna
- 2.



luka pada dinding lambung

3. Kebocoran pada dinding lambung
4. Gangguan penyerapan makanan
5. Kanker lambung



CARA MENCEGAH SAKIT MAAG..

1. Makan teratur setiap 2-4 jam



2. Mengurangi makan makanan yang merangsang lambung seperti makanan pedas, asam, dan bergas.
3. Menyediakan makanan ringan
4. Mengurangi stress



CARA MERAWAT PENDERITA MAAG DI RUMAH..

1. Segera makan jika timbul keluhan
2. Minum air hangat manis sebelum makan jika terasa mual
3. Makan makanan yang agak lunak
4. Makan dengan porsi sedikit namun sering
5. Berikan kompres air hangat di daerah ulu hati (botol air dilapisi handuk)

6. Minumsusuuntukmenetralkan
asamlambung

