SEHAT BERSAMA,
UNTUK HIDUP LEBIH BAIK

OPERASI TENANG
TANPA PONV

Kenali Mual dan Muntah Setelah Operasi

Apa yang perlu Anda ketahui sebelum menjalani pembiusan

Kami Peduli

Informasi ini membantu Anda menjalani operasi dengan lebih aman dan nyaman.

Aman
Informasi terpercaya untuk keselamatan Anda

Pahami
Penjelasan mudah dan praktis

Nyaman
Persiapan baik, pemulihan lebih mudah

Bersama
Tenaga kesehatan siap mendampingi Anda

APA ITU PONV?

SEHAT BERSAMA,
UNTUK HIDUP LEBIH BAIK

PONV (Postoperative Nausea and Vomiting) adalah rasa mual atau muntah yang muncul dalam **24 jam pertama** setelah operasi dengan pembiusan (anestesi).

Mual

Perasaan tidak nyaman atau ingin muntah yang sering kali muncul di perut atau tenggorokan.

Muntah

Keluarnya isi lambung secara paksa melalui mulut.

Sangat Umum Terjadi

PONV adalah efek samping yang sangat umum setelah operasi.

Pada pasien berisiko tinggi,

angka kejadian dapat mencapai

~80%

Kenapa Penting Diketahui?

PONV dapat membuat Anda tidak nyaman, menghambat pemulihan, dan memperpanjang waktu perawatan. Kabar baiknya, PONV dapat dicegah dan diatasi.

MENGAPA BISA TERJADI?

SEHAT BERSAMA,
UNTUK HIDUP LEBIH BAIK

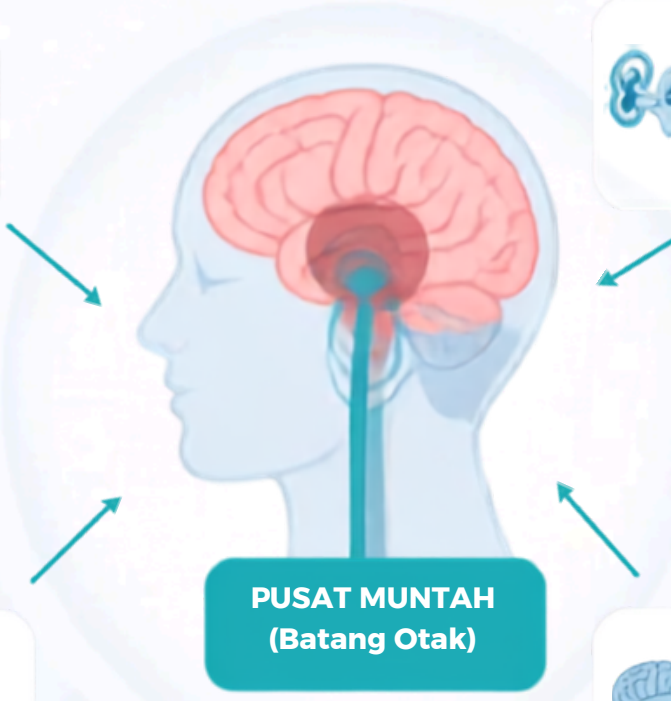
Mual dan muntah terjadi ketika pusat muntah di batang otak menerima sinyal dari berbagai sumber.

Obat-Anestesi / Obat Pereda Nyeri

Obat-obatan tertentu dalam darah dapat merangsang pusat muntah.

Gerakan Kepala Tiba-Tiba Setelah Operasi

Perubahan posisi atau gerakan tiba-tiba dapat memicu sinyal dari sistem keseimbangan.



Stimulasi dari Saluran Pencernaan

Iritasi di lambung atau usus mengirim sinyal melalui saraf vagus ke pusat muntah.

Rangsangan dari Pusat Lebih Tinggi di Otak

Bau, rasa, atau pemandangan tertentu dapat memicu sinyal dari otak ke pusat muntah.

Ketika pusat muntah terstimulasi, tubuh akan merespons dengan mual atau muntah

Memahami penyebabnya membantu kami mencegah dan mengatasinya dengan lebih baik.

SEHAT BERSAMA,
UNTUK HIDUP LEBIH BAIK

SIAPA YANG LEBIH BERISIKO?

Faktor Terkait Diri Pasien

Risiko mual dan muntah setelah operasi dapat meningkat karena faktor-faktor berikut:

01 **Perempuan**

Faktor risiko terkuat. Risiko sekitar **2-3 kali lebih** besar dibandingkan laki-laki.

02 **Bukan perokok**

Risiko lebih tinggi pada pasien yang **tidak merokok**.

03 **Riwayat mual dan muntah setelah operasi sebelumnya**

Pengalaman sebelumnya dapat meningkatkan risiko terulang.

04 **Mudah mabuk perjalanan**

Pasien yang mudah **mabuk perjalanan** lebih berisiko.

05 **Usia lebih muda**

Pasien yang **lebih muda** cenderung lebih berisiko dibanding usia lebih tua.

Penting untuk memberi tahu tim medis Anda tentang faktor-faktor ini agar pencegahan dapat dilakukan lebih baik.

SEHAT BERSAMA,
UNTUK HIDUP LEBIH BAIK

SIAPA YANG LEBIH BERISIKO?

Faktor Terkait Operasi dan Anestesi

Risiko mual dan muntah setelah operasi dapat meningkat karena faktor-faktor berikut:

1 Anestesi Umum (General Anesthesia)

Terutama dengan anestetik volatile dan nitrous oxide, memiliki risiko mual dan muntah lebih tinggi dibandingkan anestesi regional.

2 Penggunaan Obat Pereda Nyeri Opioid

Obat opioïd yang digunakan selama dan setelah operasi dapat meningkatkan risiko mual dan muntah.

3 Durasi Operasi yang Lama

Semakin lama waktu operasi, semakin besar kemungkinan terjadinya mual dan muntah setelah operasi.

4 Jenis Operasi Tertentu

Beberapa jenis operasi memiliki risiko lebih tinggi, seperti:

- Pengangkatan Kantung Empedu (Kolesistektomi)
- Operasi Laparoskopi
- Obstetri/Ginekologi (seperti operasi caesar)
- THT (Telinga, Hidung, Penggorokan)
- Operasi Mata
- Operasi Tiroid

SEHAT BERSAMA,
UNTUK HIDUP LEBIH BAIK

APA BAHAYANYA JIKA DIBIARKAN?

Mual dan muntah sering dianggap ringan, namun jika dibiarkan dapat menimbulkan komplikasi serius dan menghambat proses pemulihan Anda.

Dehidrasi dan Ketidakseimbangan Elektroit

Kehilangan cairan dan elektrolit penting dapat menyebabkan lemas, pusing, bahkan gangguan organ.

Tarikan Jahitan Operasi

Muntah dapat meningkatkan tekanan pada area operasi dan menyebabkan jahitan tertarik atau terbuka.

Aspirasi ke Saluran Napas

Isi lambung yang muntah dapat masuk ke saluran napas dan paru-paru, menyebabkan radang paru (aspirasi) yang berbahaya.

Robekan pada Kerongkongan

Muntah hebat dan berulang dapat menyebabkan robekan pada kerongkongan (Mallory-Weiss tear) yang memicu perdarahan.

Pemulihan Terlambat dan Rawat Inap Lebih Lama

Komplikasi dapat memperlambat proses penyembuhan dan memperpanjang masa perawatan di rumah sakit.

Jangan anggap sepele mual dan muntah setelah operasi.

Segera sampaikan kepada perawat atau dokter agar mendapatkan penanganan yang tepat.

SEHAT BERSAMA,
UNTUK HIDUP LEBIH BAIK

APA YANG DILAKUKAN OLEH DOKTER?

Tim anestesi sudah menyiapkan beberapa langkah pencegahan:

1. Menilai risiko Anda sebelum operasi
2. Memberikan kombinasi obat anti-mual sebelum atau selama operasi
3. Memilih teknik dan obat bias dengan mempertimbangkan risiko mual muntah, misalnya mengurangi obat bias hirup atau opiod bila memungkinkan
4. Menjaga kecukupan cairan tubuh selama operasi
5. Mengendalikan nyeri, karena nyeri sendiri dapat memicu mual

Semua tindakan dilakukan untuk membuat Anda lebih nyaman dan mengurangi risiko mual muntah.

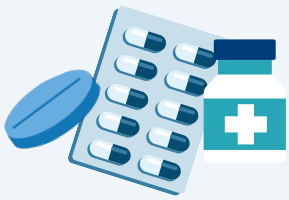
SEHAT BERSAMA,
UNTUK HIDUP LEBIH BAIK

YANG DAPAT ANDA LAKUKAN

1. Beri tahu dokter bila pernah mual atau muntah setelah operasi sebelumnya.

2. Beri tahu bila Anda mudah mabuk perjalanan.

3. Sampaikan semua obat dan suplemen yang sedang Anda konsumsi.



4. Patuhi instruksi puasa sesuai waktu yang ditentukan.

Biasanya: tidak makan & minum 6–8 jam sebelum operasi atau sesuai instruksi dokter.

5. Sampaikan bila Anda cemas agar tim medis dapat membantu.

6. Setelah operasi, ubah posisi dan bangun perlahan.

Lakukan bertahap. Jika pusing atau mual, kembali beristirahat dan beri tahu perawat atau dokter.

7. Tunggu izin dari tim medis sebelum makan atau minum kembali.

Memulai terlalu cepat dapat meningkatkan risiko mual atau muntah.

SEHAT BERSAMA,
UNTUK HIDUP LEBIH BAIK

KAPAN HARUS SEGERA LAPOR?

- Mual yang terus-menerus atau bertambah berat
- Nyeri perut hebat disertai mual
- Muntah lebih dari satu kali
- Pusing berat, lemas, atau hampir pingsan saat mencoba duduk
- Muntah bercampur darah atau berwarna kehitaman
- Sesak napas atau tersedak setelah muntah

Jangan tunda untuk melapor.
Lapor lebih awal membantu tim medis memberikan penanganan yang cepat dan tepat.

MITOS & FAKTA

SEHAT BERSAMA,
UNTUK HIDUP LEBIH BAIK

MITOS

Mual setelah operasi wajar, jadi tidak perlu dilaporkan.

FAKTA

Mual muntah dapat dicegah dan diobati.

MITOS

Jika sudah diberi obat anti-mual, pasti tidak akan mual.

FAKTA

Obat anti-mual menurunkan risiko, tetapi tidak menghilangkannya sepenuhnya.

MITOS

Harus puasa total dan tidak boleh minum air sama sekali sejak malam sebelumnya.

FAKTA

Bagi banyak pasien, cairan bening seperti air putih justru boleh diminum hingga 2 jam sebelum operasi.

Namun, aturannya berbeda tiap orang dan tiap jenis operasi.

Sumber dan Catatan

Sumber

1. **Gan TJ, dkk.** *Fourth Consensus Guidelines for the Management of Postoperative Nausea and Vomiting. Anesthesia & Analgesia, 2020.*

2. **Apfel CC, dkk.** *A simplified risk score for predicting postoperative nausea and vomiting. Anesthesiology, 1999.*

3. **American Society of Anesthesiologists.** *2023 ASA Practice Guidelines for Preoperative Fasting. Anesthesiology, 2023.*