

# Mencegah Infeksi Saluran Kemih

## Kenali dehidrasi

### Bagan warna urin



### Tanda-tanda dehidrasi

Dari kepala ke ujung kaki

- 
- Sakit kepala
  - Mata cekung
  - Mulut atau bibir kering
  - Kelelahan
  - Rasa haus
  - Urine berwarna kecoklatan/bau
  - Tangan dingin
  - Buang air kecil kurang dari 4x sehari



### Mencegah dehidrasi

Anjurkan warga panti untuk minum 1 – 2 liter cairan setiap hari (kecuali jika tidak disarankan oleh dokter umum)



Anjurkan pengosongan kandung kemih secara teratur dan sebanyak mungkin lakukan gerakan.

Bertindak cepat untuk mengatasi masalah sembelit dan kontinensia

**Silakan berbicara dengan manajer panti jompo jika Anda memiliki pertanyaan.**

Diadaptasi dari proyek NHS Nottinghamshire County Council 'To Dip or Not to Dip' dan karya Dr Annie Joseph.



Australian Government  
Aged Care Quality and Safety Commission



**Penggunaan antibiotik yang lebih baik**