



KONSULTASI: Salah seorang pasien sedang konsultasi dengan dr Septa Surya Wahyudi SpU di Poli Urologi RS Bina Sehat Jember.

Nahan Buang Air Kecil Berisiko Infeksi

Mudah Terserang Infeksi Saluran Kencing dan Gagal Ginjal

JEMBER - Kebiasaan menahan buang air kecil ternyata bisa mengakibatkan infeksi saluran kencing, bahkan gagal ginjal. Hal ini disampaikan dr Septa Surya Wahyudi, spesialis urologi dari RS Bina Sehat Jember. Menurut dia, sekali dua kali menahan buang air kecil masih biasa. Namun, jika hal ini dilakukan berulang kali bisa berisiko.

"Air yang seharusnya keluar akan ditambah dengan air dari atas yang selalu masuk. Akibatnya, air dalam kandung kemih akan kembali ke atas menuju ginjal. Hal itu sangat berbahaya karena urine mengandung bakteri. Bakteri yang masuk ginjal ini bisa menyebabkan infeksi, bahkan gagal ginjal," jelasnya.

Ditambahkan, menahan buang air kecil

ditahan, kandung kemih akhirnya jadi tempat bersarangnya bakteri. Bakteri-bakteri ini yang akhirnya bisa menyebabkan infeksi yang bisa menyebar ke ginjal.

"Bahkan bisa menyebabkan kerusakan yang lebih besar pada tubuh," ujarnya. Dikatakan, ada sebuah kasus di mana jika terlalu sering menahan kencing terlalu lama, maka urine yang dikeluarkan malah sedikit dan disertai nyeri. "Masyarakat umum mengenalnya dengan sebutan anyang-anyangan," ujarnya.

Anyang-anyangan ini, kata dia, bisa disebabkan dua hal. Salah satunya karena dehidrasi dan infeksi saluran kemih. "Jika anyang-anyangan hilang setelah minum air putih yang banyak maka tak jadi masalah. Tapi bisa juga yang disebabkan oleh bakteri," sambung Septa.

Dokter urologi yang praktik tiap hari Selasa dan Kamis ini menambahkan, kasus ini sering menyerang kaum wanita, karena


nitaannya.

Dikatakan, bakteri penyebab infeksi saluran kencing adalah bakteri yang berasal dari rektum atau anus yang dengan leluasa berpindah ke uretra.

"Sebaiknya membilas organewanitaan dari satu arah. Semisal, depan ya depan saja, atau belakang ya belakang saja. Ini meminimalisasi bakteri yang ada di rektum agar tidak terbawa ke uretra," lanjutnya.

Dijelaskannya, frekuensi normal seseorang buang air kecil pada siang hari sebanyak 8 kali dan malam hari maksimal 1 kali. Oleh karena itu, di saat setengah volume kapasitas penuh kandung kemih, maka tubuh akan memberikan tanda agar segera buang air kecil.

Jika Anda sering mengalami kebiasaan menahan buang air kecil, segera konsultasikan lebih lanjut sebelum terlambat dengan datang ke Rumah Sakit Bina Sehat di Jl. Jayanegara No. 7 Jember atau menghubungi bagian.



RADAR JEMBER

SELASA 2 FEBRUARI | 2016

Semakin Peka

KARYA ILMIAH MEDIA MASSA

Nahan Buang Air Kecil Berisiko Infeksi

Oleh :

dr. Septa Surya Wahyudi, Sp.U

NIP. 197809222005011002

Dosen fakultas kedokteran

Universitas Jember



KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI, DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS JEMBER

FAKULTAS KEDOKTERAN

Diterbitkan Jawa pos Radar Jember (harian), Selasa 2 Februari 2016