

Dispepsia adalah perasaan tidak nyaman pada daerah perut saluran pencernaan bagian atas

**MENGURANGI
DISPEPSIA
DENGAN
AKUPRESUR**



Persembahkan dari:

Poliklinik Akupunktur Medik RSCM

Lantai 3 Gedung URJT

Jln. Diponegoro No.71

Telp: 021- 3918470



Gejala:

- Nyeri atau rasa terbakar di ulu hati
- Cepat kenyang
- Rasa penuh setelah makan
- Kembung
- Bersendawa
- Mual
- Muntah

Tatalaksana Dispepsia:

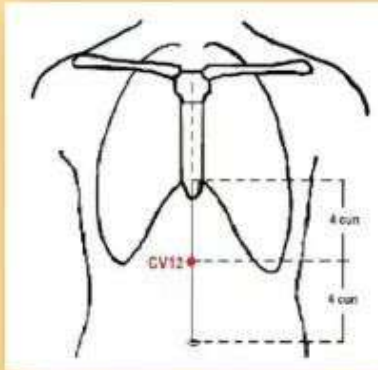
- Obat-obatan seperti menekan asam lambung
- Diet mengurangi makanan asam, pedas
- Makan Teratur, porsi kecil dan sering
- Olahraga
- Akupresur

Akupresur:

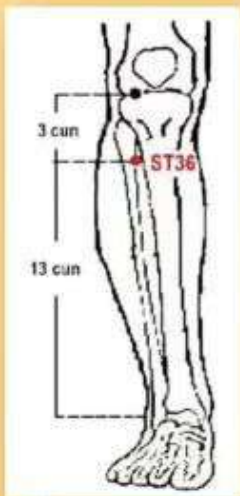
- Penekanan dengan ibu jari sampai 1/3 kuku jari berwarna putih
- 30 hitungan per sesi
- 5 kali sehari

Titik Akupresur pada Dispepsia:

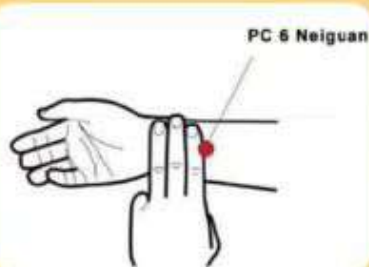
- ❖ CV12
- ❖ ST36
- ❖ PC6



CV12
Pertengahan
antara ujung
tulang dada
dengan pusar



ST36
4 jari dibawah lutut,
sisi luar dari kaki



PC6
3 jari dari
pergelangan
tangan bagian
dalam



Cara Kerja Akupresur untuk Dispepsia:

1. Meningkatkan pengosongan lambung
2. Anti radang
3. Anti mual



Referensi:

1. Syam AF, Miftahussurur M, Makmun D, Abdullah M, Rani AA, Siregar GA, et al. Management of dyspepsia and Helicobacter pylori infection: the 2022 Indonesian Consensus Report. Gut Pathog [Internet]. 2023;15(1):1-19. Available from: <https://doi.org/10.1186/s13099-023-00551-2>.
2. Dong X, Yin T, Yu S, He Z, Chen Y, Ma P, et al. Neural Responses of Acupuncture for Treating Functional Dyspepsia: An fMRI Study. Front Neurosci. 2022;16(May):1-9.
3. Li YJ, Yang NN, Huang J, Lin LL, Qi LY, Ma SM, et al. Effects of Electroacupuncture at Different Acupoints on Functional Dyspepsia Rats. Evidence-based Complement Altern Med. 2022;2022.
4. Düzel B, Çam Yanik T, Kanat C, Altun Ugras G. The effect of acupressure on pain level and hemodynamic parameters after coronary angiography: a randomized controlled study. Front Cardiovasc Med. 2023;10(July):1-9.



Jadwal Poliklinik Akupunktur:

Setiap hari Senin-Jumat

Pukul 08:00-12:00

<https://akupunkturmedikfkuiirscm.com/>