

Pengabdian Masyarakat Prof. dr. Harrina Erlianti Rahardjo, SpU(K), PhD

Januari 2020 – Desember 2020



SIARAN MEDIKA MEDIA RRI JAKARTA DENGAN ILUNI FKUI
Pro 1 FM 91,2 Mhz



Topik:
“SERING BERKEMIH DI MALAM HARI”

dr. Harina Erlianti Rahadjo, SpU(K), PhD.
Staf Departemen Medik Urologi FKUI-RSCM

Selasa, 21 Januari 2020
Pukul : 11.25-11.55 WIB

Siaran Medika Media RRI Jakarta dengan ILUNI FKUI
“Sering Berkemih di Malam Hari”
21 Januari 2020



astellas  

PERKINA & INASFFU present
WEBINAR AWAM
Mengompol Pada Dewasa & Anak

FOR FREE
WORLD CONTINENCE WEEK 2020



SABTU, 27 JUNI 2020
10.00-12.00 WIB

dr. Harrina Erlianti Rahardjo Sp.U (K) PhD
Dr. dr. Irfan Wahyudi Sp.U (K)
dr. Fina Widia Sp.U

DAFTARKAN DIRI ANDA : <http://tiny.cc/webinarmengompol2020>
📞 dr. Haryo Prakoso (081297966977)

Webinar Awam Mengompol pada Dewasa dan Anak
27 Juni 2020

UNIVERSITAS KENCANA

RSCM KENCANA

LIVE @rscm.kencana

"Besar"
Apakah Suatu Keadaan yang Normal?

Senin, 24 Agustus 2020 | 09.00 WIB

dr. Harjo Prakoso Adhi Purwanto
Host

dr. Harrina E Rahardjo, SpU(K), PhD
Dokter Spesialis Urologi Konsultan
Departemen Urologi FKUI
RSUPN Dr.Cipto Mangunkusumo

1500135 (Call Center 24 Jam) | 08212577929 (WA Center 24 Jam) | @rscm.kencana

Live IG @rscm.kencana
 "Besar" Apakah suatu keadaan yang normal?
 24 Agustus 2020

UNIVERSITAS KENCANA

RSCM KENCANA

LIVE @rscm.kencana

**Disfungsi Seksual Perempuan :
Fakta atau Mitos?**

Selasa, 06 Oktober 2020 | 11.00 WIB

dr. Harrina E Rahardjo, SpU(K), PhD
Dokter Spesialis Urologi Konsultan
Departemen Urologi FKUI
RSUPN Dr.Cipto Mangunkusumo

dr. Yasmina Zahra Syadza
Host

1500135 (Call Center 24 Jam) | 08212577929 (WA Center 24 Jam) | @rscm.kencana

Live IG @rscm.kencana
 Disfungsi Seksual Perempuan: Fakta atau Mitos?
 6 Oktober 2020



Virtual Press Conference
**Jangan Diamkan Nokturia dan
Nokturnal Enuresis**

Beser dan ngompol pada malam hari menurunkan kualitas hidup

Jumat, 18 Desember 2020
9.30 – 11.00

Sambutan:



Dr. dr. Nur Rasyid, SpU(K)
Ketua Ikatan Ahli Urologi
Indonesia (IAUI)
Staf Medis Dept.Urologi
FKUI-RSCM

Narasumber:



Dr. dr. Irfan Wahyudi, SpU(K)
Kepala Departemen Urologi
FKUI-RSCM

Moderator:



Eugenia Siahaan
Director Eugenia
Communications



Dr. Harrina Erlianti Rahardjo, SpU (K), PhD
Ketua Indonesian Society of Female
Functional Urology (INASFFU)
Staf Medis Dept.Urologi FKUI-RSCM



Dr.dr. Dyah Purnamasari,
SpPD, KEMD
Staf Medis Div Endokrin,
Dept.IPD FKUI-RSCM

Contact Person:
Indah 081380050075
Eugenia Communications 021-86607015

Virtual Press Conference
Jangan Diamkan Nokturia dan Nokturnal Enuresis
18 Desember 2020

gkungan & Kesehatan

Jangan Abaikan Besar

Sering kencing pada waktu tidur malam bisa mengganggu kesehatan atau justru gejala penyakit serius. Sementara mengompol pada anak akan mengganggu kesehatan fisik dan psikologis.

Nokturia alias besar pada waktu tidur malam hari banyak dialami orang dewasa. Hal ini sebaiknya tak diabaikan. Sering terbangun untuk buang air kecil setiap malam menyebabkan kurang tidur, depresi, menurunkan sistem imun, mengganggu suasana hati, daya ingat, dan kemampuan berpikir.

Nokturia juga bisa merupakan gejala penyakit serius, seperti diabetes, gangguan ginjal, serta gangguan jantung dan pembuluh darah. Penyebab lain, kandung kemih overaktif, pembesaran prostat, menopause, mengorok, gangguan psikologis, dan akibat diet.

Selain meningkatkan risiko kecelakaan lalu lintas dan kecelakaan kerja pada kelompok usia produktif, pada orang lanjut usia yang mengalami nokturia berat (terbangun lebih dari tiga kali semalam) risiko kematiannya meningkat setidaknya dua kali lipat dibandingkan penderita nokturia lebih ringan.

Menurut dokter spesialis urologi dari Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia-Rumah Sakit Cipto Mangunkusumo (FKUI-RSCM) Harrina Erlianti Rahardjo, yang juga Ketua Indonesian Society of Female and Functional Urology (Ina-SFFU), hasil survei

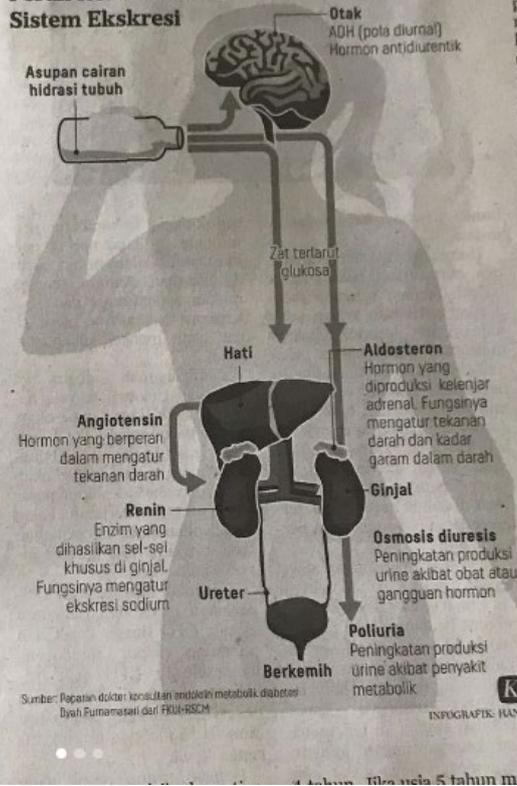
dokter spesialis bidang lain membuat pedoman untuk diagnosis dan tata laksana nokturia. Ini diharapkan membantu dokter spesialis dan dokter umum menegakkan diagnosis serta merencanakan terapi untuk mengatasi gejala nokturia dan meningkatkan kualitas hidup penderita.

Harrina mengatakan, dokter akan mewawancarai, melakukan pemeriksaan fisik dan laboratorium, serta meminta penderita membuat catatan harian berkemih.

Terapi dilakukan lewat intervensi gaya hidup, seperti membatasi konsumsi garam, protein, serta kalori untuk mencegah obesitas dan diabetes; membatasi asupan cairan pada sore dan malam hari serta membatasi konsumsi alkohol dan kafein; dan diet dengan kalori seimbang. Selain itu, ada latihan otot dasar panggul untuk nokturia akibat kandung kemih overaktif dan pembesaran prostat. Meningkatkan tungkai bawah setelah makan sampai waktu tidur, mengenakan stoking kompresi untuk mengurangi bengkak di tungkai bawah dan mata kaki juga dapat mengurangi gejala. Jika tidak ada perbaikan, pasien akan diberikan obat yang sesuai dengan kondisinya.

Dokter konsultan endokrin metabolik diabetes, Dyah Pur-

Peran Hormon dalam Sistem Ekskresi



penyebab enuresis belum pat ditentukan. Salah penyebab adalah tekanan logis atau stres pada sahnya kecemasan ada da lingkungan baru, p karan dalam keluarga buang air kecil di toilet (*training*) yang dipaks dimulai pada usia ter

Selain itu, adanya sistem saraf yang m likan kandung kemih an struktur saluran pasitas kandung kem genetik, konstipasi, luran kemih, diabetes kelainan pada horm diuretik (*arginin va*

Seharusnya pada ri, hormon yang ber nyerap air ke ginjal ningkat sehingga pr ne menurun. Pada anak enuresis, horr *vasopresin* rendah hari. Untuk terapi, obat desmopresin pakan analog horm

Terapi lain adala gaya hidup dengar rangi konsumsi ga protein yang dapa kan produksi urin rangi asupan cair lam hari dan juga makanan-minum ngandung kafein kelat, *matcha*, da mengingatkan an kemih sebelum t penghargaan jika

IG LIVE SERIES



WEDNESDAY, 23 DEC 2020

19.00-19.30 WIB

SPECIAL EDITION :

"Nokturia : Beser di Malam Hari"



IG LIVE :
@pp.perkina



dr. Ahmad Aulia
Host



dr. Harrina E. Rahardjo
SpU (K), PhD
Speaker

IG Live @pp.perkina
Nokturia: Beser di Malam Hari
23 Desember 2020