



## **ISK - INFEKSI SALURAN KEMIH**

ISK atau Infeksi Saluran Kemih adalah kondisi di mana organ pada sistem kemih mengalami infeksi. Namun, paling sering terjadi di kandung kemih dan uretra.

Saluran kemih berfungsi untuk menyimpan sekaligus mengelola urine sebelum dikeluarkan oleh tubuh. Apabila seseorang mengalami infeksi saluran kemih, maka proses pengeluaran urine oleh tubuh menjadi terhambat sehingga pembuangan urine menjadi tidak normal dengan gejala :

- Organ intim terasa terbakar saat buang air kecil.
- Punggung atau perut bagian bawah terasa nyeri dan tertekan.
- Urine berbau menyengat.
- Urine yang keluar sedikit.
- Merasa lelah dan gemetar.
- Demam dan menggigil.

Adapun upaya untuk pencegahan infeksi ini :

- Rutin minum air putih kurang lebih 2 liter per hari.
- Tidak membiasakan menahan kencing.
- Menjaga kebersihan area intim.
- Menghindari pakaian dalam yang ketat karena dapat meningkatkan kelembapan pada area tersebut.



**dr. Eko Yuniyanto, Sp. F., M.H.Kes**  
No Serdik : 202409002020