

## Prolaps organ panggul

### Petunjuk untuk wanita

1. Apa yang dimaksud dengan prolaps organ panggul?
2. Apakah penyebab prolaps organ panggul?
3. Dimana saja dapat timbul prolaps?
4. Seberapa burukkah prolaps saya?
5. Bagaimana perawatan prolaps?
6. Apakah pendekatan tindakan bedah yang sesuai untuk kelainan saya?
7. Apakah perlu untuk menggunakan bahan cangkok selama pembedahan?
8. Bagaimana tingkat keberhasilan tindakan bedah tersebut?
9. Bagaimana bila saya belum memiliki jumlah anak yang cukup?

### Apakah yang dimaksud dengan prolaps organ panggul?

Kondisi ini menunjukkan penonjolan atau penurunan satu atau lebih organ panggul ke dalam atau keluar dari vagina. Organ panggul terdiri atas rahim, vagina, usus, dan kandung kemih. Prolaps organ panggul muncul karena otot, ligamentum dan fascia (anyaman jaringan ikat) yang menyangga organ-organ tersebut pada posisi yang benar menjadi lemah

Gejala-gejalanya meliputi:

- Sensasi tertarik di daerah vagina atau punggung belakang
- Sensasi teraba tonjolan di vagina atau keluar dari vagina
- Gejala saluran kemih berupa arus aliran kencing yang lambat, sensasi pengosongan kandung kencing kurang lampias, sering berkemih atau keinginan kuat untuk mengeluarkan kencing, dan inkontinensi stres urin
- Gejala saluran pencernaan, seperti kesulitan pasase atau tidak lampias, atau memerlukan penekanan pada dinding vagina untuk mengosongkan usus
- Perasaan tidak nyaman saat berhubungan seksual

### Penyebab prolaps organ panggul

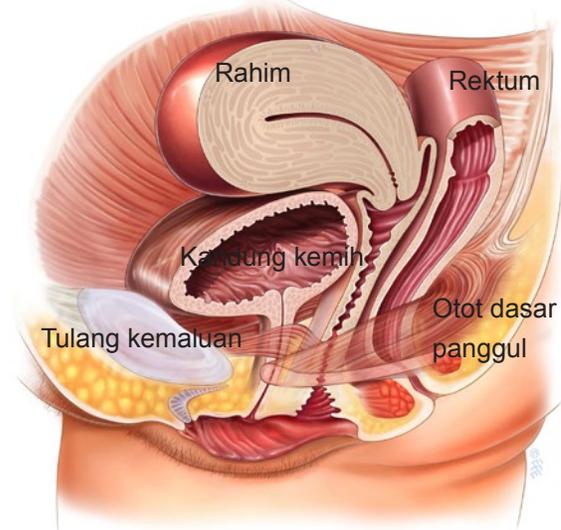
Penyebab utama adalah kerusakan saraf, ligamen, dan otot yang menyangga organ panggul dan hal tersebut dapat disebabkan oleh

- Kehamilan dan persalinan dianggap sebagai faktor utama yang menyebabkan kelemahan dinding vagina dan penyangganya. Prolaps mempengaruhi 1 dari 3 wanita yang memiliki 1 anak atau lebih. Suatu prolaps dapat terjadi selama atau sesaat setelah kehamilan atau dapat muncul setelah beberapa tahun setelahnya. Bagaimanapun, yang perlu ditekankan

yaitu hanya 1 dari 9 perempuan ( 11 %) yang memerlukan tindakan bedah untuk prolaps dalam kehidupannya

- Penuaan dan menopause dapat menyebabkan kelemahan lebih lanjut dari struktur dasar panggul
- Kondisi yang menyebabkan tekanan berlebihan pada dasar panggul seperti obesitas, batuk lama, konstipasi kronis, angkat beban dan perenggangan
- Beberapa wanita dapat memiliki risiko prolaps yang diturunkan, beberapa kelainan yang mempengaruhi

### Anatomi normal, tidak terdapat prolaps

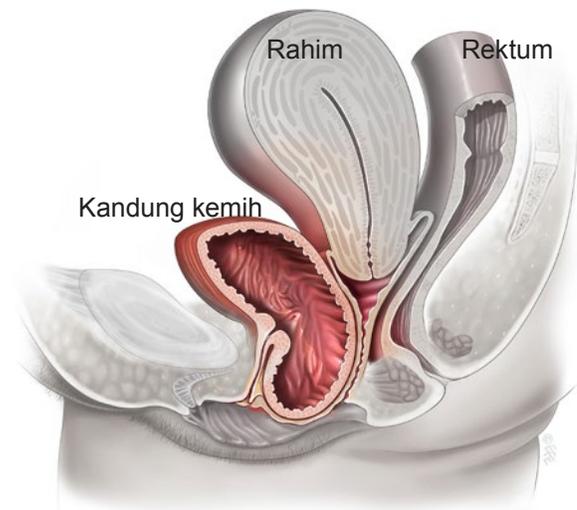


kekuatan jaringan penunjang seperti sindrom marfan dan sindrom syndrome

### Dimana prolaps dapat timbul?

Prolaps dapat muncul dari dinding depan vagina, dinding

### Prolaps bagian depan

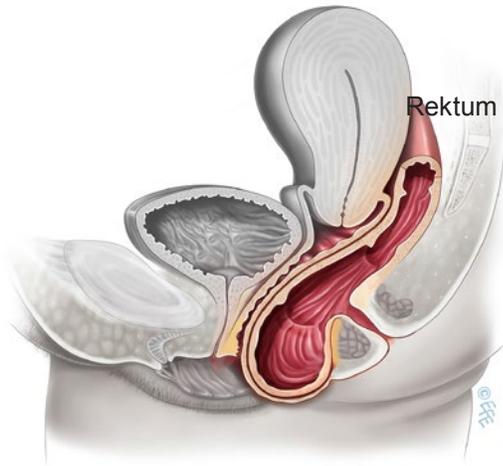


belakang vagina, rahim atau puncak vagina. Banyak wanita yang mengalami prolaps pada 1 atau lebih bagian pada waktu bersamaan.

### Prolaps bagian depan

Prolaps ini merupakan jenis kelainan yang paling sering, kelainan ini meliputi kandung kencing dan atau saluran

## Prolaps bagian belakang

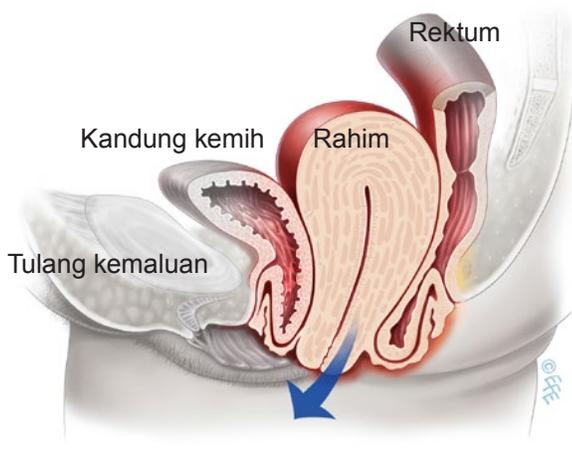


kencing yang menonjol ke vagina. Dokter anda menyebutnya sebagai sistokel atau sistourethrocele.

### Prolaps bagian belakang

Hal ini terjadi ketika bagian terbawah dari usus besar (rektum) menonjol ke dinding belakang vagina (dokter anda akan menyebutnya sebagai rektokel) dan / atau bagian dari usus halus akan menonjol dari bagian tertinggi dari

### Prolaps uterus



dinding belakang vagina (dokter anda akan menyebutnya sebagai enterocele)

### Prolaps bagian puncak

Turunnya rahim, hal ini muncul ketika rahim jatuh ke bawah dan menonjol ke vagina. Kelainan ini merupakan kelainan kedua tersering.

Prolaps puncak vagina, terjadi setelah histerektomi, puncak vagina akan jatuh (mirip dengan ibu jari pada kaus kaki yang dibalik) ke lubang vagina

### Seberapa berat prolaps yang saya derita?

Banyak wanita (sampai 40%) memiliki prolaps derajat rendah atau tanpa gejala. Dokter anda akan menanyakan mengenai riwayat medis dan melakukan pemeriksaan vagina untuk menentukan tingkat keparahan prolaps anda. Tiap dokter menggunakan sistem pengukuran yang berbeda, dokter anda akan menjelaskan pada anda.

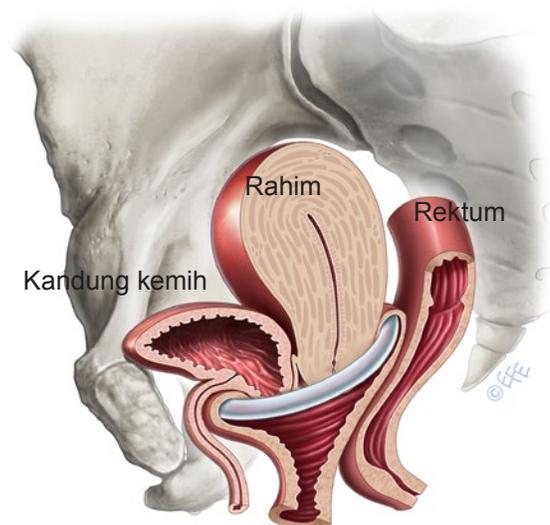
### Bagaimana prolaps organ panggul dapat ditatalaksana?

Pemilihan tatalaksana dapat dikategorikan menjadi tindakan tanpa pembedahan dan pembedahan.

#### Pilihan tindakan konservatif

- Tidak melakukan apa-apa. Prolaps jarang mengancam jiwa dan banyak wanita akan memilih untuk membiarkannya jika tidak ada gejala atau tidak mengganggu. Jika anda telah didiagnosis prolaps, coba untuk menghindari mengangkat beban berat, mengedan lama seperti karena konstipasi, dan mengurangi berat badan karena hal ini dapat memperberat prolaps
- Pesarium: pesarium adalah alat yang diletakkan dalam vagina dengan berbagai bentuk dan ukuran. Pesarium membantu untuk menyangga organ yang prolaps, sehingga mengurangi gejala. Pesarium lebih cocok dipilih apabila anda berkeinginan untuk menunda atau menghindari pembe-

#### Cincin pesarium



dahan, contoh apabila keluarga anda belum lengkap atau anda memiliki permasalahan kesehatan yang berisiko apabila melakukan pembedahan. Penggunaan pesarium memerlukan pengukuran dari petugas kesehatan anda dan memerlukan beberapa percobaan penggunaan alat tersebut, sebelum anda menemukan ukuran dan type yang cocok untuk anda. Untuk penggunaan beberapa jenis pesarium, masih dapat memungkinkan untuk berhubungan seksual

- Latihan otot dasar panggul (latihan kegel):
- Melatih otot dasar panggul anda yang melemah dapat meningkatkan atau mencegah perburukan dari stadium awal prolaps. Seperti beberapa program latihan lainnya, latihan dasar panggul memerlukan waktu, motivasi dan tehnik yang benar. Tolong lihat booklet lainnya untuk informasi yang lebih mendalam

#### Pilihan terapi bedah

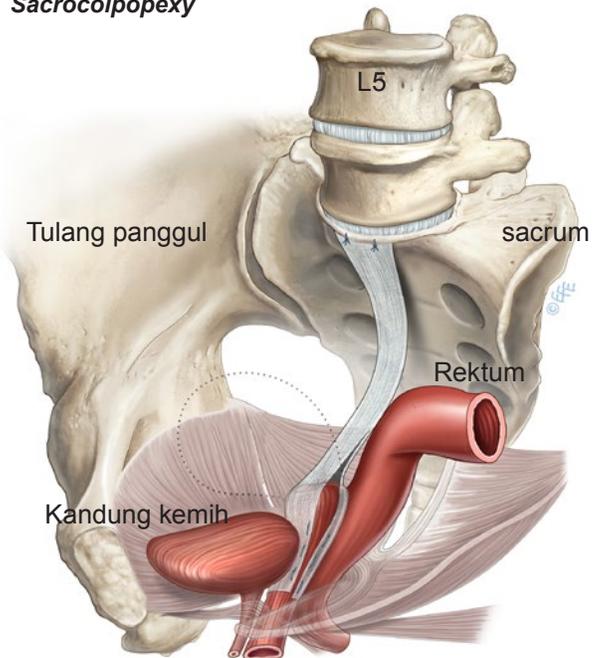
Untuk wanita dengan prolaps yang bergejala, tindakan pembedahan dapat ditawarkan. Dokter anda akan merekomendasikan jenis pembedahan yang paling cocok untuk anda berdasarkan sejumlah faktor seperti usia, riwayat operasi sebelumnya, derajat prolaps, dan kesehatan umum anda. Terdapat 2 macam jenis pembedahan yaitu rekonstruksi dan penutupan vagina.

- Bedah rekonstruksi  
Tujuan dari bedah rekonstruksi adalah untuk

mengembalikan organ panggul anda ke posisi alami dengan mempertahankan fungsi seksual. Terdapat beberapa jalan untuk melakukan pembedahan tersebut

- Pendekatan pervaginam
- Pendekatan bedah perut
- Pendekatan laparoskopik ( lubang kunci)
- Dan robotik
- Bedah penutupan Vagina (kolpokleisis)  
Dokter anda akan merekomendasikan jenis pembedahan ini jika derajat prolaps anda sangat berat, tidak berhubungan seksual lagi dan tidak memiliki keinginan untuk berhubungan seksual lagi dimasa yang akan datang, atau anda secara medis tidak cocok untuk bedah rekonstruksi. Dengan tindakan ini, dinding vagina akan dijahitkan satu sama lain sehingga dapat mencegah berulangnya prolaps. Keuntungan utama dari prosedur ini adalah lama operasi yang cepat dan pemulihan yang cepat. Tingkat keberhasilan 90-95%.

### Sacrocolpopexy



### Pendekatan pembedahan yang mana yang merupakan pilihan tepat untuk saya?

Tidak terdapat pendekatan tunggal yang terbaik untuk semua pasien. Pilihan jenis pembedahan tergantung dari berbagai faktor, termasuk riwayat anda, kemampuan dan pengalaman dokter anda dan pilihan anda. Dokter anda akan berdiskusi dengan anda mengenai berbagai pilihan pendekatan dan akan merekomendasikan jenis pembedahan yang cocok untuk anda sesuai dengan kondisi dan kebutuhan anda. Jenis pembedahan bersifat sangat individual, bahkan pada 2 wanita dengan derajat prolaps yang sama dapat memiliki kebutuhan yang berbeda

#### Pendekatan pervaginam

Tindakan ini biasanya meliputi penyayatan dinding vagina, memisahkan organ yang prolaps dengan dinding vagina dan menggunakan ikatan atau mesh untuk menguatkan atau memperbaiki vagina. Ikatan permanen dapat diletakkan pada puncak vagina atau pada serviks dan mendekatkannya kepada ligamen yang kuat di panggul. Hal ini membantu menyangga rahim atau puncak vagina (hal ini disebut penggantungan oleh ligamentum sacrospinous atau uterosakral)

#### Pendekatan bedah perut

Tindakan ini meliputi penyayatan perut dan menggunakan jahitan dan / atau materi cangkok untuk menyangga vagina, puncak vagina, atau rahim. Pada sacrocolpopexy yang terlihat dibawah, puncak vagina yang prolaps akan digantung menggunakan mesh dan melekatkannya pada sakrum. Banyak prosedur dari pendekatan ini, dokter anda akan menjelaskannya pada anda.

#### Pendekatan laparoskopik dan robotik

Tindakan ini serupa dengan tindakan dengan pendekatan bedah perut, namun kelompok tindakan ini menawarkan waktu pemulihan yang cepat dengan jaringan parut yang lebih kecil. Saat ini bedah robotik hanya tersedia pada beberapa tempat

### Apakah perlu menggunakan materi cangkok selama pembedahan?

Tidak semua pembedahan membutuhkan bahan cangkok. Dulunya bahan cangkok ini digunakan pada pembedahan berulang dan terdapat risiko kemungkinan gagal. Bahan cangkok ini dapat diserap berasal dari jaringan hewan (biologi) dan akan menghilang secara bertahap, atau bahan yang tidak diserap yang dapat bertahan terus secara permanen dalam tubuh anda. Beberapa bahan cangkok adalah kombinasi dari bahan yang dapat diserap atau tidak diserap. Anda harus mendiskusikan dengan ahli bedah anda

### Bagaimanakah tingkat keberhasilan operasi?

Kurang lebih 75% wanita menempuh bedah vagina dan 90-95% pada wanita memilih pendekatan bedah perut., akan mengalami penyembuhan untuk waktu yang lama. Prolaps berulang dapat disebabkan oleh faktor yang menyebabkan prolaps seperti konstipasi dan melemahnya jaringan.

### Bagaimana jika saya masih menginginkan anak?

Secara umum disarankan untuk menunda bedah definitif sampai anda telah merasa telah lengkap keluarga anda. Untuk sementara waktu, anda dapat menjalani tatalaksana konservatif yaitu latihan dasar panggul dan menggunakan pesarium vagina