

INTISARI

Hampir semua wanita dewasa pernah mengalami gangguan nyeri haid atau dismenorea primer. Dismenorea primer merupakan sebuah simptom, bukan merupakan suatu penyakit. Dismenorea primer dideskripsikan sebagai sindroma nyeri menstruasi yang hebat yang disertai dengan nyeri di panggul, mual, muntah, tidak enak badan, dan tegang. Banyak wanita terpaksa harus berbaring karena terlalu menderita nyeri ini sehingga tidak dapat mengerjakan sesuatu apapun. Pada wanita yang mengalami stress akan memperberat tekanan menstruasi dan gangguan dismenorea. Karena stress dapat mempengaruhi keseimbangan hormon dalam tubuh yang menyebabkan timbulnya gangguan nyeri haid tersebut. Dismenorea primer disebabkan karena adanya peninggian kadar prostaglandin didalam darah haid, yang dapat merangsang miometrium dengan akibat terjadinya peningkatan kontraksi dan disritmi dari uterus.

Berdasarkan patofisiologinya obat-obat AINS (Anti inflamasi non steroid) merupakan obat yang efektif dalam pengobatan dismenorea primer, karena obat AINS dapat menghambat sintesis prostaglandin sebagai penyebab utama dismenorea primer. Pil kontrasepsi juga dapat digunakan untuk menghilangkan rasa nyeri dalam dismenorea primer dengan jalan menghambat ovulasi, sehingga tidak terasa nyeri diwaktu haid. Olah raga juga bermanfaat untuk mengobati dismenorea primer dengan cara memperbaiki sirkulasi, mendorong relaksasi dan mendorong pelepasan endorfin, walaupun belum ada penelitian yang membuktikannya. Tindakan operasi seperti dilatasi kanalis servikalis, neurektomi prasakral, neurektomi ovarial, dapat dilakukan apabila usaha-usaha lainnya gagal menghilangkan rasa nyeri tersebut.

ABSTRACT

Most of women have experience with the dysmenorrhea. Primary dysmenorrhea is a symptom not a specific disease. Primary dysmenorrhea can be described as a syndrome of menstrual pain accompanied by pelvic pain, nausea, vomiting, malaise, and tension. A certain number of women has to take a rest in bed and they can't do anything caused by illness. The women who have stress disturbing, it will make the menstruation tension and dysmenorrhea heavier than before. Due to stress might influence hormon balance in the body which its causing the pain of menstruation. Primary dysmenorrhea is caused by prostaglandin increasing in the blood which can stimulates myometrium contraction and disritmi.

Based on its patofisiology, the NSA has been the most effective for the management of primary dysmenorrhea, because the NSA can inhibit prostaglandin synthesis as the main cause of primary dismenorrhea. Contraceptive tablets also can be contributed for producing of the primary dismenorrhea's, with inhibition of ovulation. The high exercise useful for primary dysmenorrhea treatment to purpose circulation, relaxing motivation, and release endorfin, although it has not been observated yet to prove it. The surgical treatment for example are canalis cervicalis dilatation, presacral neurectomy, spinal neurectomy can be done if its other quessions has failed to relieve the