



PENGATURAN HAID UNTUK HAJI

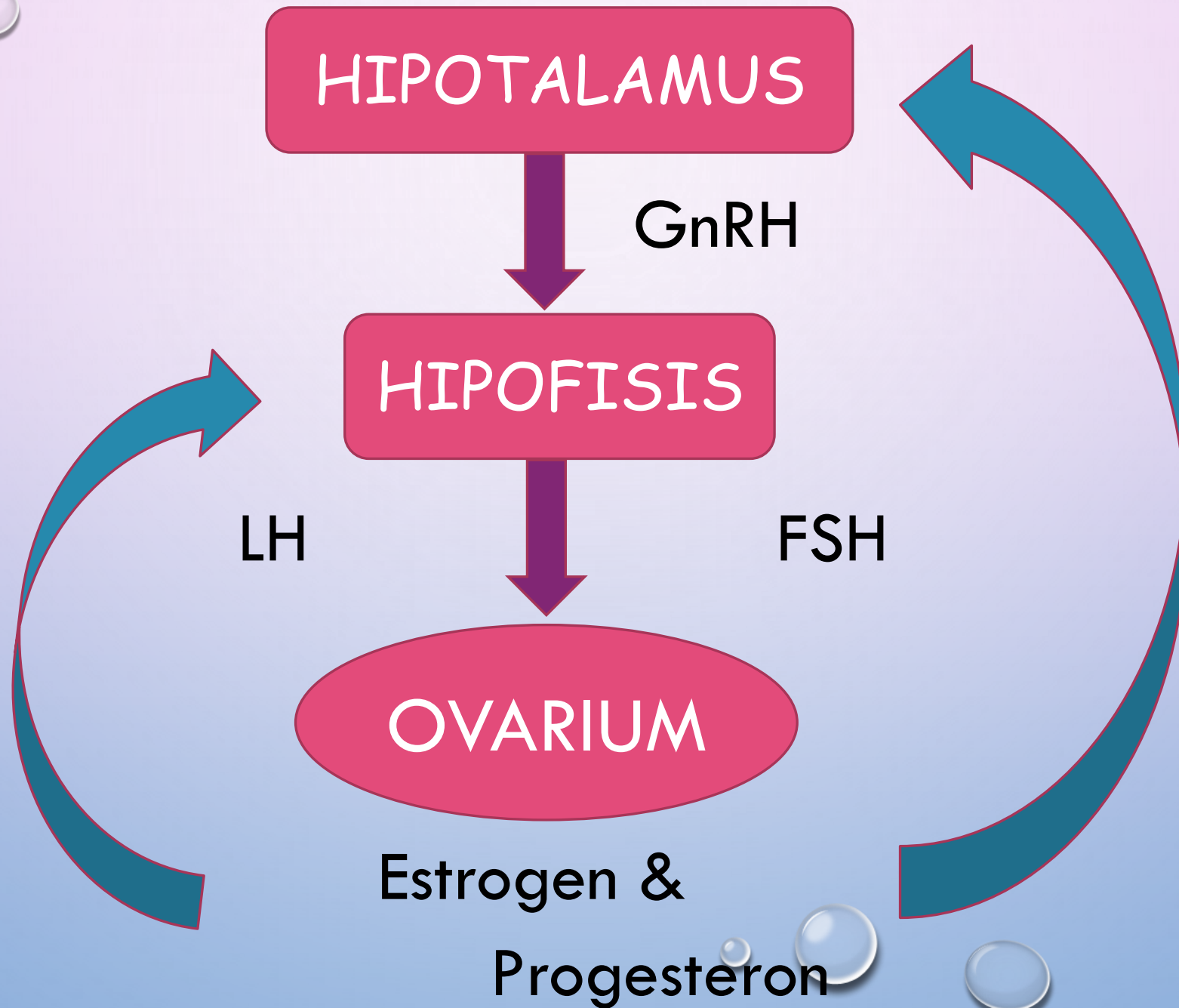
DR. KURNIA DIAN IKASARI SP. OG

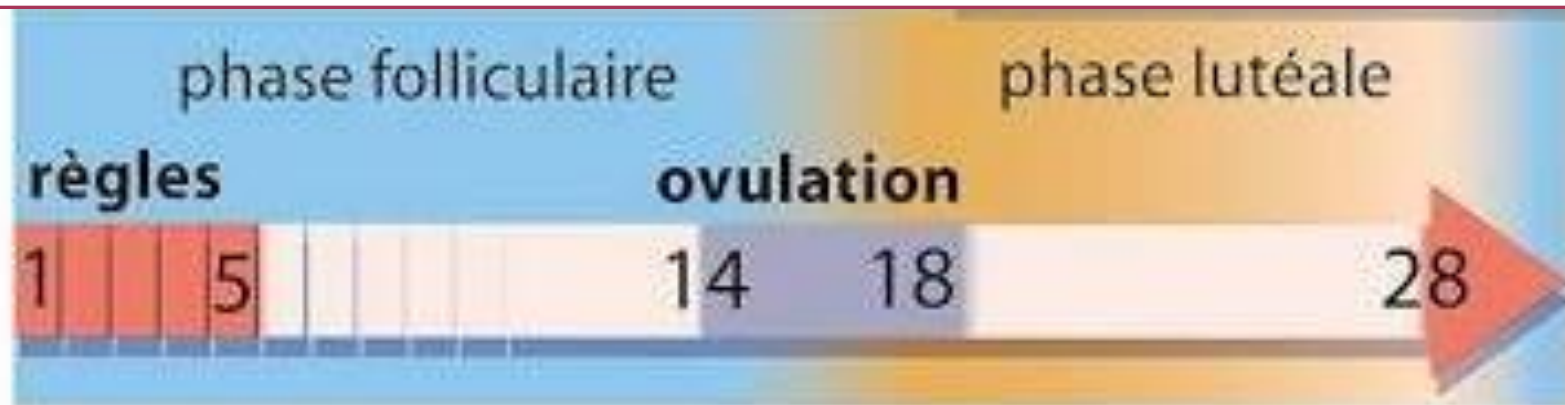
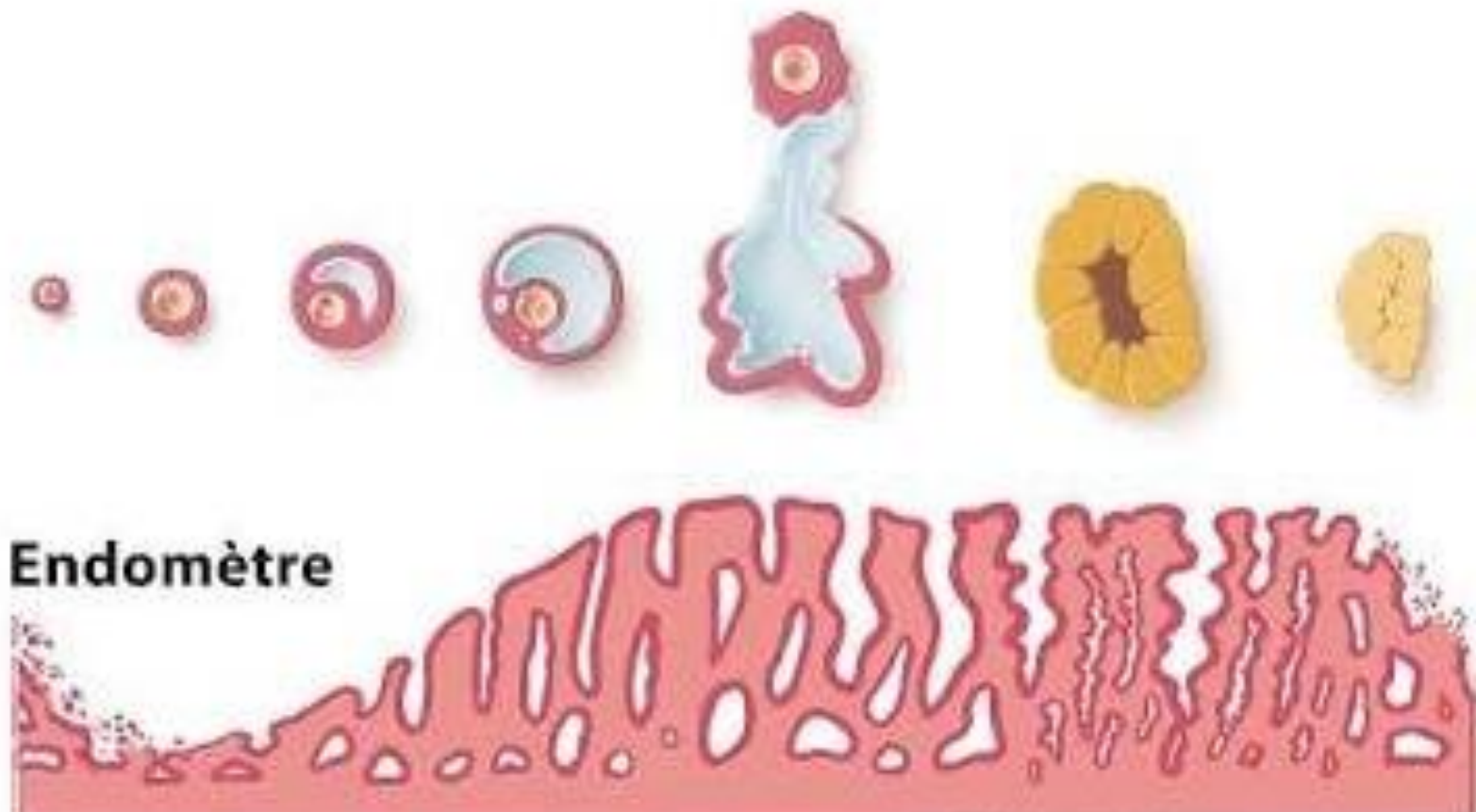
PENDAHULUAN

- Menstruasi merupakan larangan bagi wanita muslim untuk mengerjakan ibadah haji
- MASALAH : Memerlukan waktu sekitar 40 hari
- SOLUSI : mengatur siklus haid
- Konsultasi minimal 2-3 bulan sebelum berangkat haji

MENSTRUASI

- Perdarahan yang terjadi akibat luruhnya endometrium
- Merupakan proses kompleks (poros Hipotalamus - Hipofisis - Ovarium)
- Siklus normal 21 - 35 hari
- Lama 3 - 6 hari
- Jumlah 2 - 6 pembalut sehari





MEKANISME PENGATURAN POLA HAID

1. Memundurkan atau menunda haid
2. Memajukan haid

HORMON YANG DIGUNAKAN

- Estrogen dan Progesteron
- Progesteron saja
- Gonadotropin Releasing Hormone agonist (GnRH a)

1. ESTROGEN DAN PROGESTERON

- Pil KB kombinasi
- Dosis Estrogen yang tersedia 20-35 μcg
- Efek samping : Mual, muntah, nyeri kepala dan payudara
- Kontra Indikasi : Riw tromboemboli, gangguan kardiovaskuler, varises berat, Ca mammae, DM dengan komplikasi, HT berat, dalam terapi antihipertensi dan diabetes.

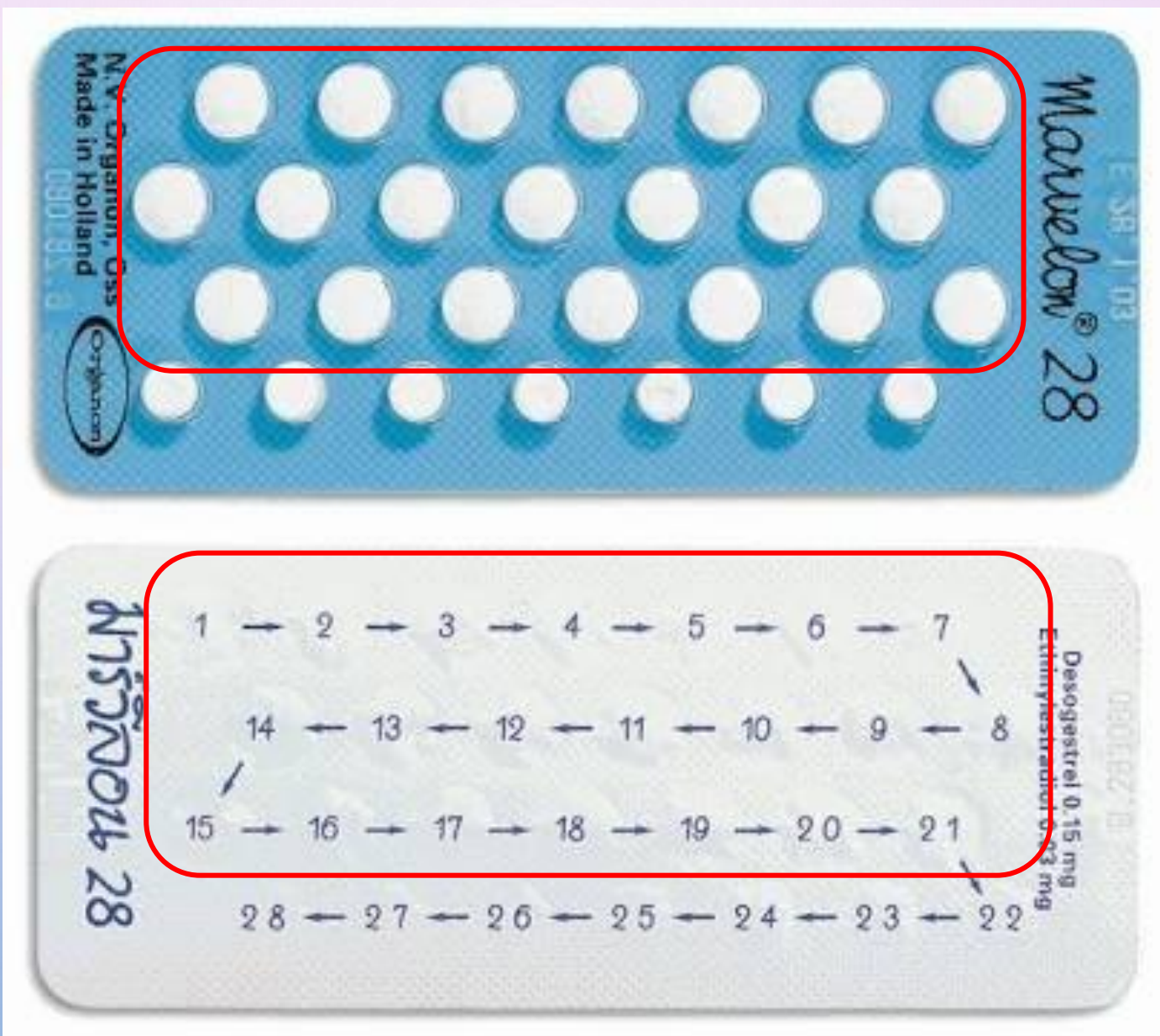
CARA PEMBERIAN

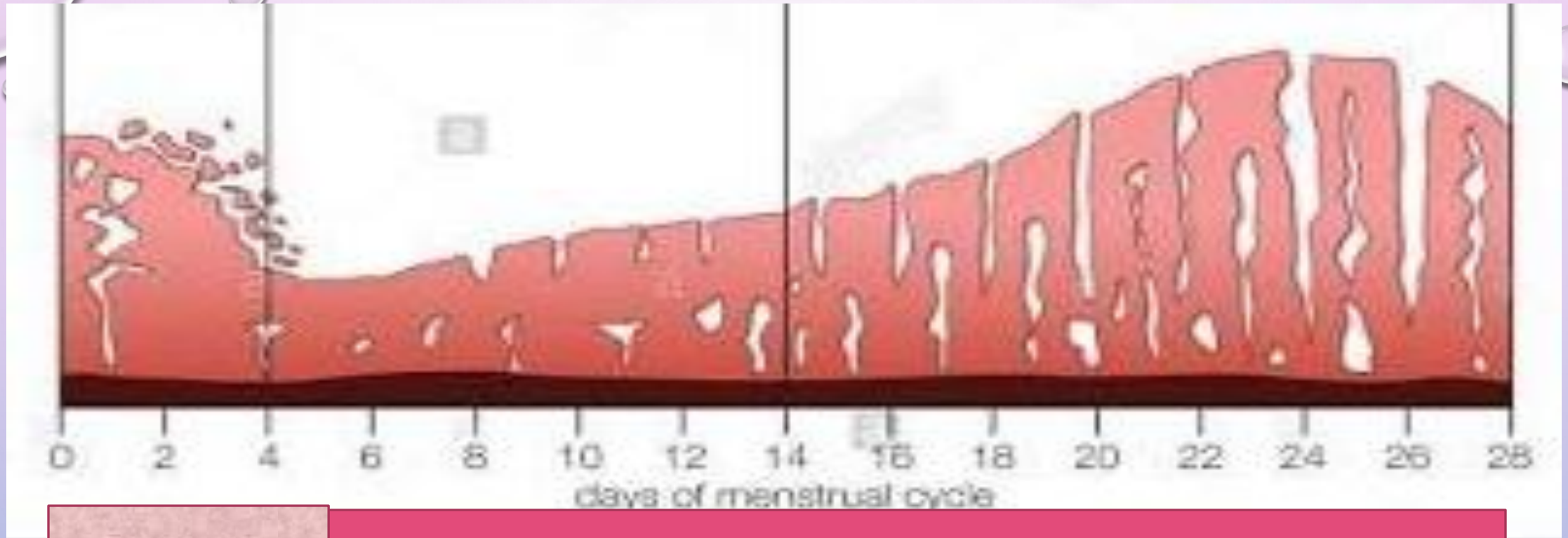
1. Memundurkan siklus haid

- Pil KB mulai diberikan sejak awal siklus (Hari ke 5 ~ hari terakhir). Hari ke 22, ditambah Estrogen sampai pulang.
- Pemberian mulai H-14 (pertengahan siklus) sampai H-21 (pertengahan fase luteal).

2. Memajukan siklus haid

- Haid diatur agar terjadi **sesaat sebelum** keberangkatan.



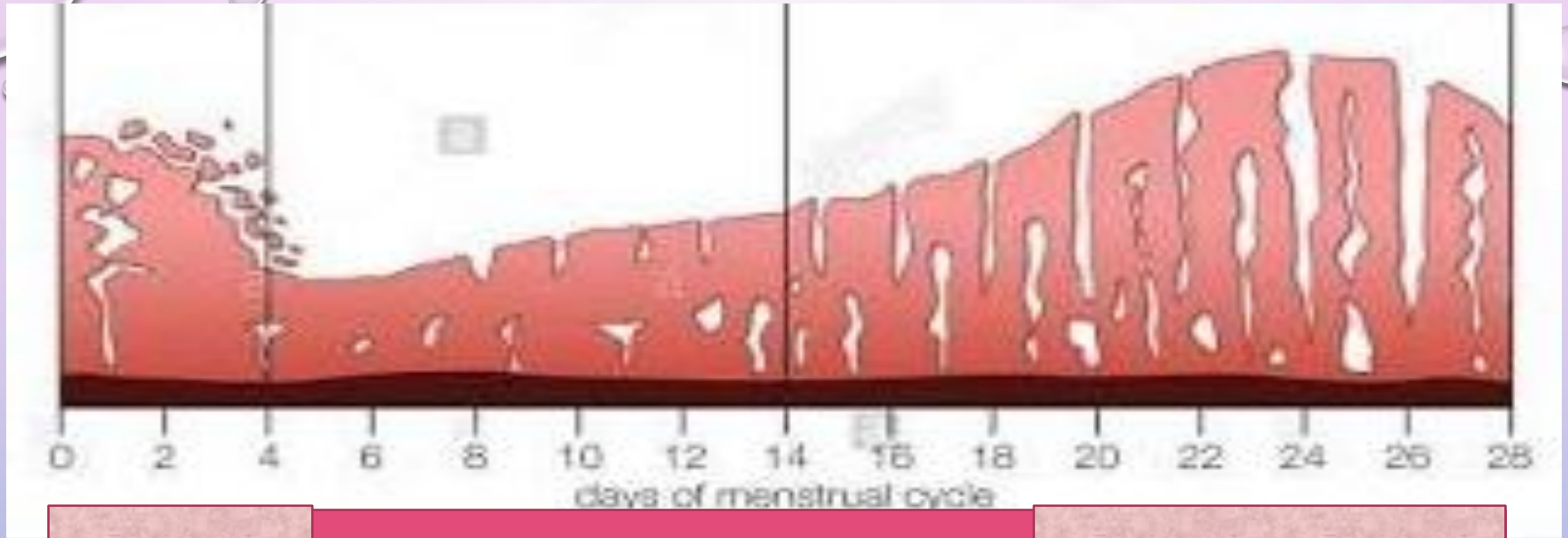


Hari ke

5 *

14*

Pemberian Pil KB untuk MEMUNDURKAN Siklus Haid



MACAM MACAM PIL KOMBINASI

MERK	JUMLAH PIL	EE	JENIS PROGESTERON	DOSIS
DIANE 35	21	35	CYPROTERONE ACETATE	2
MICROGYNON 30	28	30	LEVONORGESTREL	150
NORDETTE	28	30	LEVONORGESTREL	150
MARVELON	28	30	DESOGESTREL	150
GYNERA	21	30	GESTODENE	75
MERCILON	28	20	DESOGESTREL	150
YASMINE	21	30	DROSPIRENONE	3 MG

BILA TIMBUL BERCAK

- Singkirkan penyebab lain : diare, lupa minum
- Tambahkan estrogen setiap hari menyertai pil kb :
 - EE 25 mcg (lynoral)
 - Estradiol Valerate 2 mg (progynova)
 - Estrogen Konyugasi 1,25 mg (premarin)

PEMBERIAN EFEKTIF

- 2-3 bulan sebelumnya sudah mulai diatur karena :
 - Pemberangkatan CHJ mungkin berbeda
 - Diatur agar haid 7-10 hari sebelum berangkat, sehingga penundaan tidak terlalu lama
 - Pil diminum pada jam yang sama
 - AKDR dilepas

2. PROGESTERON SAJA

- Bila akseptor DMPA lama yang telah amenorea, dilanjutkan saja.
- Menunda : paling lambat hari ke 14 (penundaan > 14 hari berisiko)
- Memajukan : hari ke 5 s/d hari ke 19 ($\pm$ 6 hari dr haid selanjutnya)
- Dosis progestin 10 mg/hari

MACAM MACAM PROGESTAGEN

Generasi pertama

- Afinitas tinggi terhadap reseptor progestagen dan androgen
- Contoh : noretindron acetate, ethynordiol acetate, lynestrenol, norethynodrel, norgestrel, norgestrienon
- Kerugian :
 - Mengganggu metabolisme karbohidrat
 - Menurunkan sex binding globulin
 - Mengganggu metabolisme lemak, HDL turun dan LDL naik

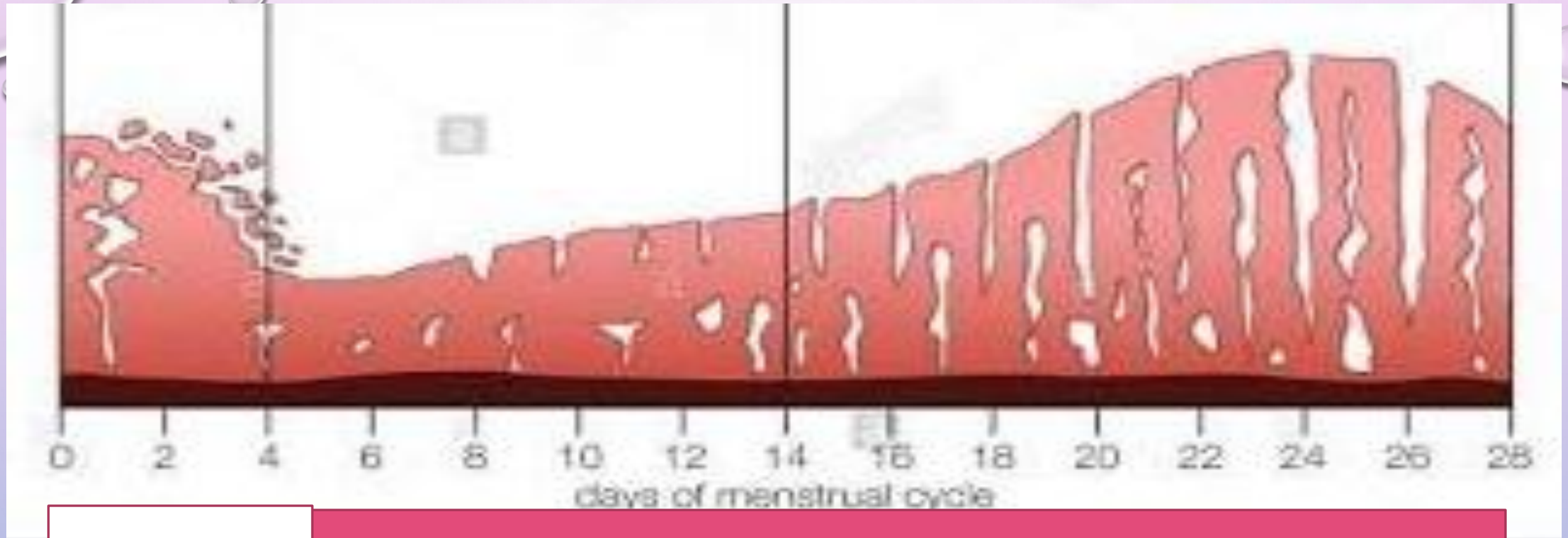
MACAM MACAM PROGESTAGEN

Generasi ketiga

- Afinitas terhadap reseptor progesteron tinggi
- Efek anti mineralokortikoid dan anti androgen
- Contoh : nomegestrol asetat, drospirenon

MACAM MACAM PIL PROGESTERON

MEREK	JENIS	DOSIS
PROVERA	MPA	5 & 10
DUPHASTON	DIDROGESTERON	10
PRIMOLUT N	NORETISTERON	5
NORELUT	NORETISTERON	5
ENDOMETRILL	LYNESTRENOL	5
LUTENYL	NOMEGESTROL ASETAT	5

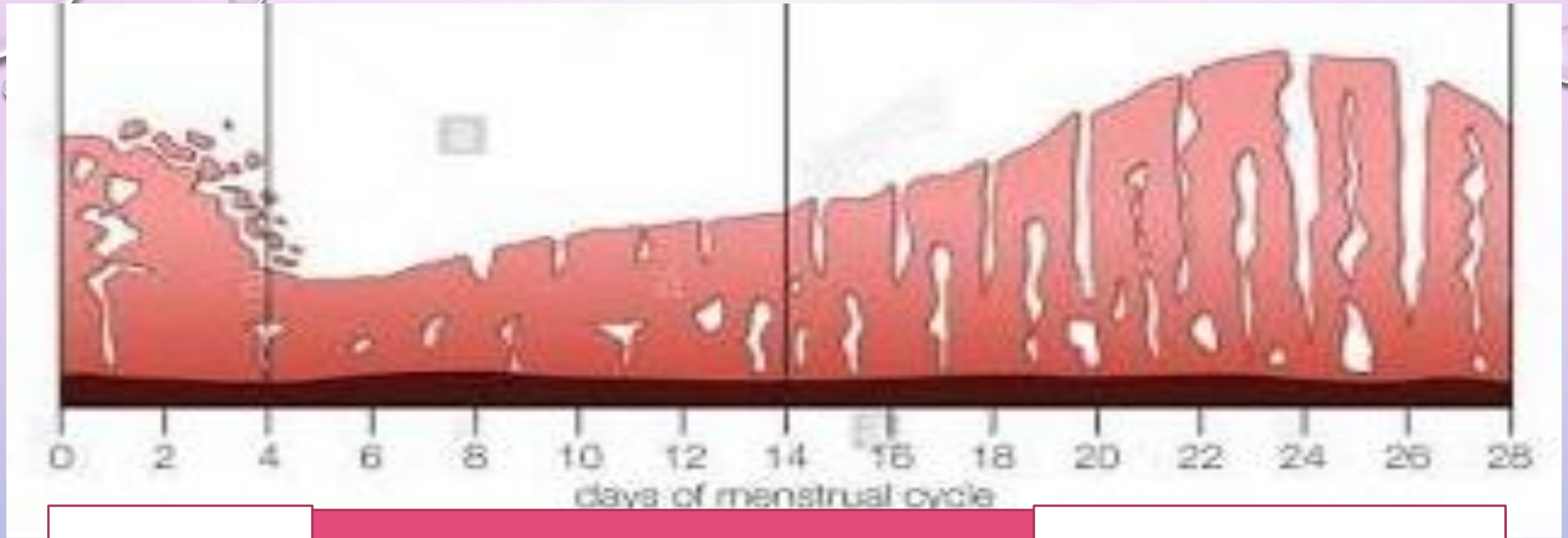


Hari ke

5

14 (Paling lambat)

Pemberian Progestin untuk **MENUNDA** Siklus Haid



Hari ke

5 *

14

19 *

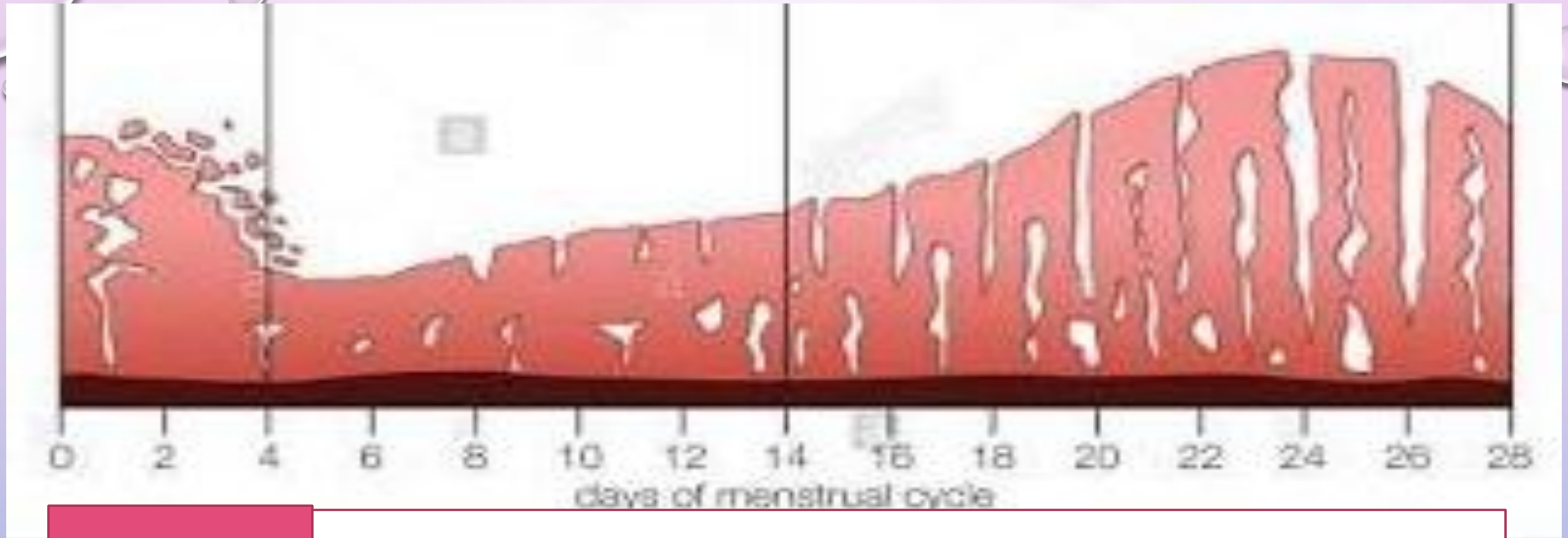
Pemberian Progestin untuk MEMAJUKAN Siklus Haid

3. GNRH AGONIST

- Pemberian secara pulsasi akan merangsang hipofisis memproduksi gonadotropin (FSH dan LH)
- Pemberian depot akan menghambat produksi gonadotropin → tidak ada produksi estrogen dan progesteron ("menopause") → amenore

CARA PEMBERIAN

- Hari pertama siklus
- Diulang setiap 4 minggu (28 hari)
- Pada siklus pertama kadang ada bercak, sehingga 1 bulan sebelumnya sudah diberikan
- Baik untuk mioma, endometriosis dan menoragi



Hari ke

0 *



5 *

14

Pemberian GnRH agonis untuk MENUNDA Siklus Haid

KESIMPULAN

- Untuk mengatur haid sebaiknya calon haji jangan datang mendadak
- Pemahaman mengenai siklus menstruasi normal membantu mengatasi efek samping
- Manipulasi siklus haid dapat dilakukan dengan berbagai metode
- Pemilihan obat berdasarkan kebutuhan pasien

The background is a vertical gradient from light pink at the top to light blue at the bottom. It is decorated with several realistic water droplets of various sizes. Some droplets are in the top left corner, some in the top right, and a cluster of larger droplets is in the bottom right corner. A faint, large, light-colored circular watermark is visible in the upper center of the image.

TERIMA KASIH

QUIZ 1

- DATANG PERIKSA : 22 juni 2017
- SIKLUS MENSTRUASI : 30 HARI, lama 7 hari
- HPHT : 20 juni 2017
- Keberangkatan 24 agustus 2017

Cara pemberian ?

1. Pil KB
2. Progesteron
3. Gnrh

JAWABAN QUIZ 1

1. Pil KB diberikan saat 20 agustus, hari ke 22 bisa ditambahkan estrogen
2. Pemberian lebih dari 14 hari risiko breakthrough bleeding
→ bukan pilihan
3. Gn RH diberikan mulai 20 juli, diulang 17 Agustus

QUIZ 2

- Datang periksa : 30 Juli 2017 (menstruasi hari ke 5)
- Siklus menstruasi : 31 Hari, lama 7 hari
- HPHT : 26 Juli 2017
- Keberangkatan : 20 Agustus 2017 (menstruasi hari ke 26)

Cara pemberian ?

1. Pil KB
2. Progesteron
3. Gnrh

JAWABAN QUIZ 2

1. Penundaan : pil KB mulai tgl 30 juli, ditambahkan estrogen tgl 22 juli sampai pasien pulang (*risiko)

Memajukan : pil KB mulai tanggal 30 juli stop 10 agustus → 2-3 hari kemudian haid → 20 agustus bersih. Pil KB ulang

2. Pil progesteron mulai tanggal 30 juli stop 10 agustus → 2-3 hari kemudian haid → 20 Agustus bersih. Pil KB hari ke 1

3. Tidak dianjurkan