

Jika Tidak Ada Dokter Bagi Perempuan

*Sebuah buku panduan kesehatan bagi
perempuan*

Terjemahan bebas dari buku dengan judul:

"Where Women have no Doctor"

*Terbitan Hesperian Foundation,
Berkeley, California, USA*



Yang ditulis oleh :

*A. August Burns
Ronnie Lovich
Jane Maxwell
Katharine Shapiro*

*Dengan Editor oleh : Sandy Niemann
Dan Asistant editor oleh : Elena Metcalf*

Diterjemahkan kedalam bahasa Indonesia
Oleh : Dr Anna Shinta dan Dr Angela Kurniadi

Cover & Layout
Oleh : Dr Angela Kurniadi

Diterbitkan oleh :
PERDHAKI, Jl Kramat VI/7, Jakarta Pusat; email: perdhaki@cbn.net.id; website: perdhaki.org

Edisi ke 1, tahun 2011.



KESEHATAN PEREMPUAN ADA DITANGAN ANDA

Di dunia, jutaan perempuan tinggal di pedesaan atau di perkotaan, dimana tidak ada Dokter atau pelayanan kesehatan tidak terjangkau oleh mereka. Banyak perempuan yang menderita sakit dan meninggal sia-sia, karena mereka tidak bisa mendapat pelayanan kesehatan atau tidak mendapat informasi yang jelas dan berguna bagi kesehatan.

Buku ini ditulis bagi perempuan-perempuan tersebut dan bagi siapapun yang berniat memperbaiki kesehatan perempuan. Dengan menggunakan kata-kata sederhana dan ratusan gambar, buku ini memberikan informasi tentang kesehatan perempuan dalam arti yang luas. Kami berharap, setiap orang, terutama remaja putri, perempuan, serta petugas kesehatan bisa memperoleh manfaat dari buku ini dan bahkan bisa bermanfaat untuk menyelamatkan hidup perempuan. Tujuan kami adalah untuk memberikan informasi kepada perempuan sebanyak mungkin dan di berbagai daerah.

Buku ini tidak dikarang sendiri oleh kami. Agar buku ini bisa digunakan dengan baik, kami bertanya kepada para perempuan di berbagai tempat di dunia: tentang kebutuhan mereka akan kesehatan, tentang keyakinan mereka, tentang kebiasaan-kebiasaan yang mereka lakukan dan tentang apa yang mereka sangat perlukan untuk dimasukkan kedalam buku ini. Perempuan-perempuan dari berbagai negara bertemu dalam kelompok-kelompok untuk membicarakan topik-topik kesehatan dan mengirimkan kepada kami hasil pembahasannya. Hal ini menunjukkan kepada kami bahwa meskipun pelayanan kesehatan perempuan seringkali berfokus kepada kesehatan reproduksi, para perempuan ini berpendapat bahwa topik-topik yang lain juga sama pentingnya bagi kesehatan mereka. Dengan demikian, buku ini meliputi cakupan yang luas dari isu-isu yang berpengaruh pada kesehatan perempuan.

Para perempuan tersebut juga membantu kami menulis buku ini. Suara mereka, pengalaman mereka, dan cerita mereka membantu tersusunnya buku ini. Kami dipandu oleh komentar mereka tentang apa yang paling menolong, apa yang kurang jelas, dan apakah informasi ini akan bermanfaat untuk masyarakatnya.

Jika anda bisa membaca, mungkin anda bisa membacakan buku ini bagi mereka yang tidak bisa membaca. Jika anda mengetahui ada orang lain yang kurang baik kesehatannya, bagikanlah informasi dari buku ini kepada mereka---buku ini tidak dimaksudkan untuk dibaca hanya oleh seorang perempuan. Seperti yang kami temukan, aksi-aksi dan ide-ide yang dapat memecahkan masalah kesehatan perempuan, serta bekerjasama dan belajar satu dari yang lain, merupakan bagian yang penting dan sangat diperlukan dalam suatu perubahan.

(Pengantar dari penerbit Hesperian Foundation, Berkeley, California, USA)



DAFTAR ISI

	Halaman
Editorial	1
Bab I : Kesehatan Perempuan Merupakan Masalah Penting di Masyarakat	3
Bab II : Solusi terhadap Masalah-Masalah Kesehatan	26
Bab III : Sistem Kesehatan	45
Bab IV : Memahami Tubuh Kita	59
Bab V : Kepedulian Kesehatan Remaja Putri	70
Bab VI : Kehamilan dan Persalinan	87
Bab VII : Menyusui	146
Bab VIII : Ketika Perempuan Memasuki Usia Lanjut	171
Bab IX : Perempuan dengan Keterbatasan Fisik	191
Bab X : Hidup Sehat	205
Bab XI : Makanan untuk Hidup Sehat	227
Bab XII : Kesehatan Seksual	247
Bab XIII : Keluarga Berencana	269
Bab XIV : Infertilitas	312
Bab XV : Aborsi dan Komplikasinya	326
Bab XVI : Infeksi Menular Seksual (IMS) dan Infeksi Lainnya pada Alat Kelamin	344
Bab XVII : HIV dan AIDS	370
Bab XVIII : Kekerasan pada Perempuan	411
Bab XIX : Perkosaan dan Kekerasan Seksual	431
Bab XX : Pekerja Seks	447

Bab XXI	: Nyeri atau Sakit Perut dibagian Bawah	460
Bab XXII	: Perdarahan dari Vagina yang tidak normal	466
Bab XXIII	: Masalah pada Saluran Kencing	473
Bab XXIV	: Kanker dan Tumor	486
Bab XXV	: Tuberkulosis (TB)	502
Bab XXVI	: Pekerjaan perempuan	509
Bab XXVII	: Kesehatan Jiwa	534
Bab XXVIII	: Alkohol dan Obat-obatan/Narkoba	560
Bab XXIX	: Perempuan Buangan dan Pengungsi	574
Bab XXX	: Pemotongan Alat Kelamin Perempuan (Sunat perempuan)	587
Bab XXXI	: Penggunaan Obat-Obatan bagi Kesehatan Perempuan	598
Bab XXXII	: Keterampilan Perawatan Kesehatan	621
Daftar Obat-Obatan (DAFTAR OBAT ESENSIAL NASIONAL)		Lampiran

Diterjemahkan kedalam bahasa Indonesia dan diterbitkan oleh:

