



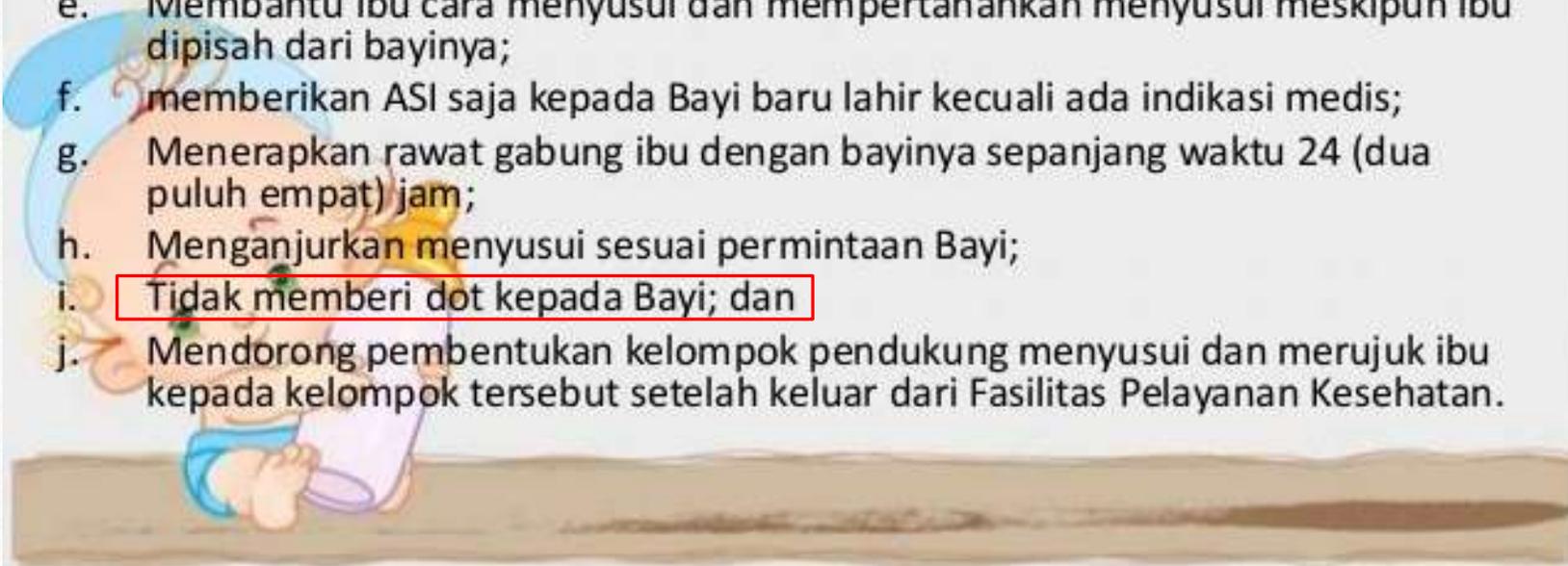
MANAJEMEN LAKTASI

Dr. Pertiwi Febriana Ch, MSc, SpA

Konten Kebijakan

10 (sepuluh) langkah menuju keberhasilan menyusui sebagai berikut:

- a. Membuat kebijakan tertulis tentang menyusui dan dikomunikasikan kepada semua staf pelayanan kesehatan;
- b. Melatih semua staf pelayanan dalam keterampilan menerapkan kebijakan menyusui tersebut;
- c. Menginformasikan kepada semua ibu hamil tentang manfaat dan manajemen menyusui;
- d. membantu ibu menyusui dini dalam waktu 60 (enam puluh) menit pertama persalinan;
- e. Membantu ibu cara menyusui dan mempertahankan menyusui meskipun ibu dipisah dari bayinya;
- f. memberikan ASI saja kepada Bayi baru lahir kecuali ada indikasi medis;
- g. Menerapkan rawat gabung ibu dengan bayinya sepanjang waktu 24 (dua puluh empat) jam;
- h. Menganjurkan menyusui sesuai permintaan Bayi;
- i. Tidak memberi dot kepada Bayi; dan
- j. Mendorong pembentukan kelompok pendukung menyusui dan merujuk ibu kepada kelompok tersebut setelah keluar dari Fasilitas Pelayanan Kesehatan.



Konten Kebijakan



Tujuan :

- a. Menjamin pemenuhan hak Bayi untuk mendapatkan ASI Eksklusif sejak dilahirkan sampai dengan berusia 6 (enam) bulan dengan memperhatikan pertumbuhan dan perkembangannya;
- b. Memberikan perlindungan kepada ibu dalam memberikan ASI Eksklusif kepada bayinya; dan
- c. Meningkatkan peran dan dukungan Keluarga, masyarakat, Pemerintah Daerah, dan Pemerintah terhadap pemberian ASI Eksklusif.



Manajemen laktasi

- adalah tata laksana yang diperlukan untuk menunjang keberhasilan menyusui.
- Dalam pelaksanaannya terutama dimulai pada masa kehamilan, segera setelah persalinan dan pada masa menyusui selanjutnya.
- Laktasi adalah keseluruhan proses menyusui mulai dari ASI diproduksi sampai proses bayi mengisap dan menelan ASI.

- **REGIATAN MANAJEMAN LAKTASI**

MASA ANTENATAL

- KIE manfaat dan keunggulan ASI
- meyakinkan ibu untuk menyusukan anaknya
- melakukan pemeriksaan kesehatan, kehamilan dan payudara
- memantau kecukupan gizi ibu hamil
- menciptakan suasana bahagia bagi keluarga terkait dengan kehamilan ibu

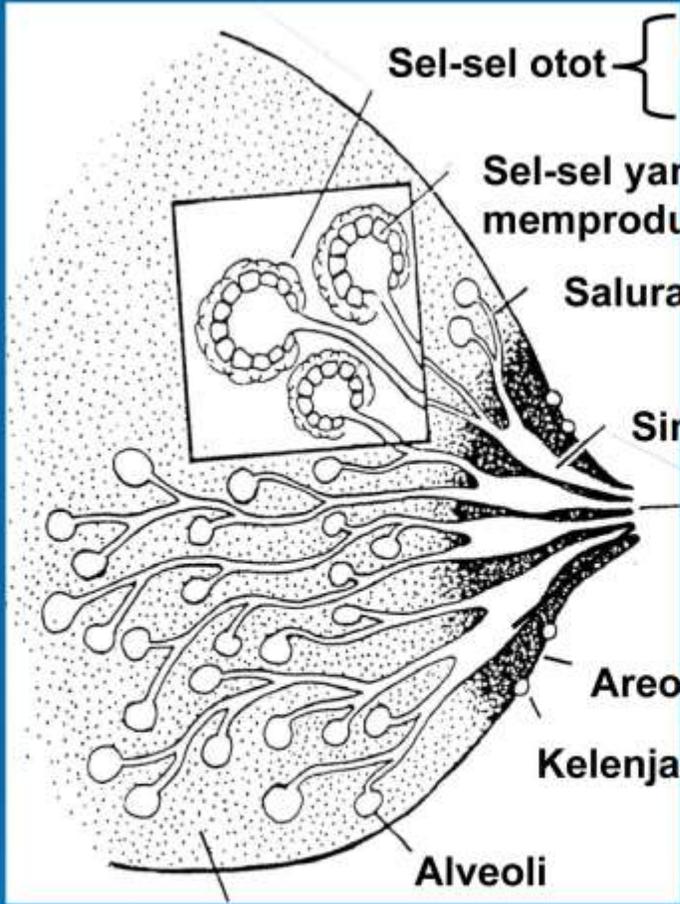
SEGERA SETELAH BAYI LAHIR

- IMD skin to skin dan memberikan ASI dini
- membina ikatan emosional dan kehangatan ibu-bayi (bonding attachment)
- jangan berikan cairan atau makanan apapun kecuali ada indikasi medis

MASA NEONATAL

- Menjamin pelaksanaan ASI eksklusif
- Rawat gabung ibu - bayi
- jaminan asupan ASI setiap bayi membutuhkan (on demand)
- melaksanakan tehnik menyusui yang benar
- upayakan bayi mendapatkan ASI apabila bayi tidak bersama dengan ibu
- Vitamin A dosis tinggi (200.000 SI) bagi ibu nifas
- bimbing ibu untuk mengenali tanda jika bayi sudah mendapatkan ASI yang cukup
- Anjurkan ibu untuk beristirahat yang cukup
- Perhatikan kecukupan gizi ibu
- rujuk ke konselor ASI apabila ibu mengalami masalah laktasi

ANATOMI & PROSES LAKTASI



Sel-sel otot { Oksitosin menyebabkan sel-sel ini berkontraksi

Sel-sel yang memproduksi susu { Prolaktin menyebabkan sel-sel ini memproduksi ASI

Sinus laktiferus { ASI ditampung di sini

Puting

Areola (kalang payudara)

Kelenjar Montgomery

Alveoli

Jaringan penunjang dan lemak



Reflek Pada Laktasi

1. Refleks Prolaktin

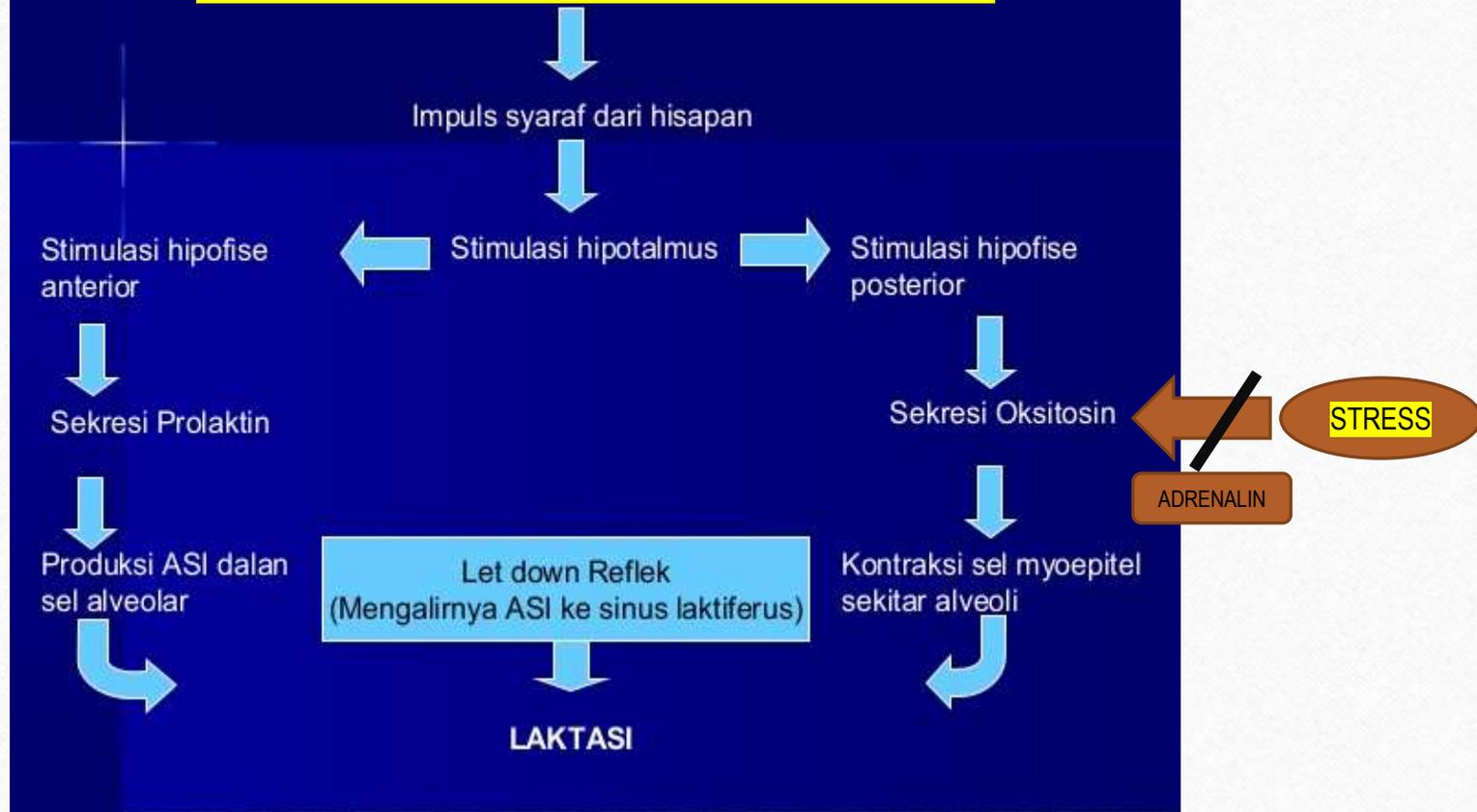
- Sewaktu bayi menyusui, ujung saraf peraba yang terdapat pada puting susu terangsang. Rangsangan tersebut oleh serabut syaraf afferent dibawa ke hipotalamus di dasar otak, lalu memacu hipofise anterior untuk mengeluarkan hormon prolaktin kedalam darah.
- Melalui sirkulasi prolaktin memacu sel kelenjar (alveoli) untuk memproduksi air susu.
- Jumlah prolaktin yang disekresi dan jumlah susu yang diproduksi berkaitan dengan stimulus isapan, yaitu frekuensi, intensitas dan lamanya bayi menghisap.
- Semakin sering bayi menyusui, maka semakin banyak prolaktin yang dilepas oleh hipofise sehingga semakin banyak air susu yang diproduksi oleh sel kelenjar.

2. Refleks Aliran (Let Down Reflex)

Let Down Reflex atau saat di mana ASI mengalir keluar. LDR ini dipengaruhi oleh hormon Oksitosin yang menyebabkan kontraksi otot-otot di sekitar payudara sehingga ASI mengalir ke saluran dan keluar di pori-pori.

- Rangsangan yang ditimbulkan oleh bayi saat menyusui selain mempengaruhi hipofise anterior mengeluarkan hormon prolaktin juga mempengaruhi hipofise posterior mengeluarkan hormon oksitosin.
- Saat oksitosin dilepas ke dalam darah akan mengacu otot-otot polos yang mengelilingi alveoli dan duktulus berkontraksi sehingga memeras air susu dari alveoli, duktulus, dan sinus menuju puting susu.
- Sering menyusui sampai payudara terasa kosong sangat penting agar tidak terjadi pembendungan pada payudara.
- Pembendungan pada payudara akan menimbulkan rasa tidak nyaman dan sakit. Tidak jarang dapat menyebabkan payudara mudah terkena infeksi.
- Kadang – kadang tekanan akibat kontraksi otot – otot polos tersebut begitu kuat sehingga air susu menyembur keluar.
- Oksitoksin juga mempengaruhi jaringan otot polos rahim berkontraksi sehingga mempercepat lepasnya plasenta dari dinding rahim dan membantu mengurangi terjadinya perdarahan.
- Oleh karena itu, bayi setelah lahir harus segera disusukan pada ibunya. Dengan seringnya menyusui maka penciutan rahim akan semakin cepat dan semakin baik.

INISIASI MENYUSU DINI (IMD)



Oksitosin

Oksitosin di aliran darah ibu

Rangsangan hisapan bayi

Impuls sensorik dari puting

www.duniasehat.net

Bonus: kontraksi uterus

oksitosin
"love hormone"



REFLEKS OKSITOKSIN

3/4

- Membayangkan bayi dengan kasih sayang
- Suara bayi
- Melihat Bayi
- Percaya diri



Cemas
Stress
Rasa sakit
Ragu

Yang Membantu Refleksi

Yang Mengganggu refleksi

Tanda-tanda LDR ada dan berfungsi baik adalah :

- 1. Pada minggu-minggu pertama pasca persalinan ibu merasakan mulas pada perut bawah akibat kontraksi uterus disebut “afterpains”
- 2. Gaya hisapan bayi mengalami perubahan. Pada awal menyusui hisapannya pendek-pendek kemudian berangsur kuat dan lama sekali hisap dan bertahan begitu dalam beberapa menit
- 3. Ibu merasa sangat rileks, tenang sampai mengantuk
- 4. Ibu merasa sangat haus selama menyusui
- 5. Bayi menelan ASI dengan kuat dan sering ditandai gerakan otot di depan telinga bayi
- **Sensasi geli (*tingling*)**

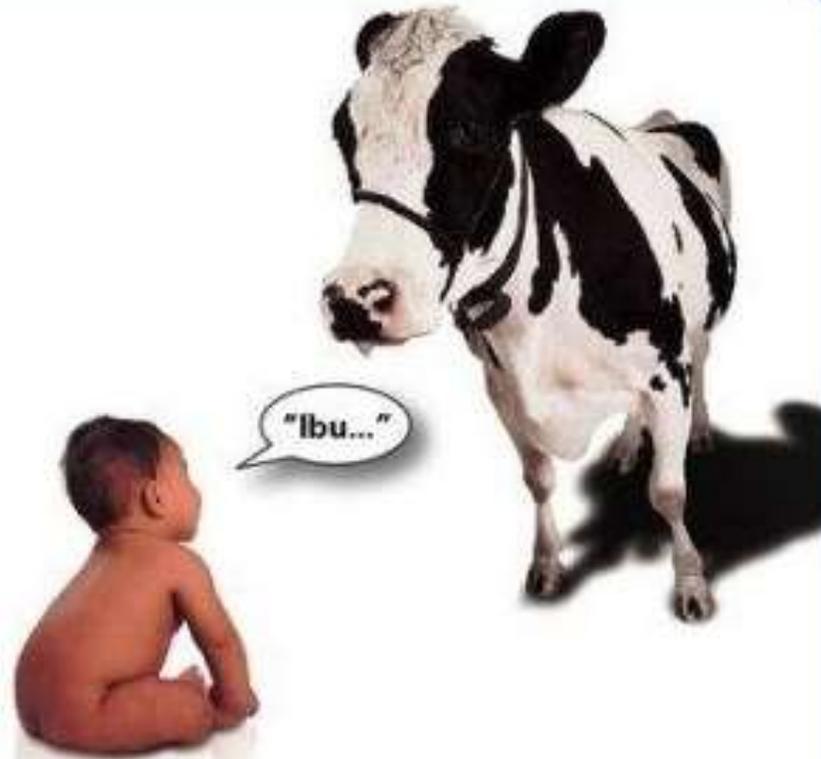
-
- Beberapa ibu mengalami tanda-tanda lain selama LDR berlangsung yakni rasa gatal, mual dan sakit kepala.
 - Hormon oxytocin dikaitkan dengan hormon lain dalam usus yang menyebabkan mual.
 - Rasa gatal biasanya di daerah payudara di bawah lengan karena respon pengeluaran oxytocin ataupun peningkatan aliran darah.

Untuk merangsang reflaks oksitosin maka dapat dilakukan



1. Kompres panas untuk mengurangi rasa sakit
2. Ibu harus rileks
3. Pijat leher dan punggung belakang (sejajar daerah payudara)
4. Pijat ringan pada payudara yang bengkak (pijat pelan-pelan ke arah tengah)
5. Stimulasi payudara dan puting
6. Kompres dingin pasca menyusui untuk mengurangi oedema
7. Pakailah BH yang sesuai
8. Bila terlalu sakit dapat diberikan obat analgetik

ASI VS SUSU FORMULA



JODOHNYA BAYI YA ASI.

0-6
bulan

ASI, PASTI!

KELEBIHAN ASI

ASI adalah nutrisi terbaik dan terlengkap.

Nilai nutrisi ASI lebih lengkap dibanding susu formula karena mengandung lemak, karbohidrat, protein dan air dalam jumlah yang tepat untuk pencernaan, perkembangan otak dan pertumbuhan bayi.

Kandungan nutrisinya yang unik menyebabkan ASI memiliki keunggulan yang tidak dapat ditiru oleh susu formula apapun.

Demikian pula jenis asam lemak yang terdapat di ASI memberikan pengaruh terhadap perkembangan otak yang menyebabkan kemampuan melihat dan fungsi kognitif bayi berkembang lebih awal.

- **ASI → makanan paling sesuai untuk semua bayi baru lahir, termasuk bayi prematur.**

- Kelebihan dibanding susu formula

- **Gizi** → memenuhi kebutuhan nutrisi bayi

- **Imunologi** → mengandung antibodi

- **Psikologis** → mengeratkan hubungan ibu-bayi

- **Hygienis** → dari dalam tubuh ibu

- **Ekonomis** → GRATIS...



KEUNGGULAN ASI EKSKLUSIF DIBANDINGKAN SUSU FORMULA



ASI mengandung kolostrum yang berfungsi sebagai zat kekebalan tubuh yang melindungi bayi dari penyakit.



ASI lebih terjamin kebersihannya, karena ASI tidak perlu penyajian khusus. ASI diberikan secara mudah dan praktis setiap saat bayi membutuhkan



Kandungan lemak dan protein dalam ASI lebih mudah diserap sistem pencernaan bayi dibanding dengan susu formula sehingga tidak menyebabkan terjadinya diare



ASI merupakan karunia Tuhan yang diperoleh secara gratis



Kandungan vitamin A, B, C, D, zat besi, kalsium dan zat-zat mineral lain dalam ASI lebih banyak dari pada susu formula

Manakah yang lebih baik?
ASI atau susu formula?

Tentu saja yang terbaik adalah ASI.
ASI adalah cairan sempurna
yang dipersiapkan Tuhan bagi para
ibu untuk dapat memberi asupan yang
terbaik bagi anak-anaknya.



Tanda Susu Formula Tidak Cocok Untuk Bayi Bunda

Gangguan Saluran Pencernaan.

Gejala yang dapat kita lihat ialah bayi sering muntah, perutnya menjadi kembung, seringkali buang angin, suka mengedan atau mengeran, rewel, gelisah terutama pada malam hari. Selain itu bayi Anda juga sering buang air besar sampai lebih dari 3 kali sehari, atau tak buang air setiap hari, fesesnya berwarna hijau, bau, keras, cair atau berdarah.

01

Gangguan Lidah.

Gejala dapat kita lihat ialah lidah sering timbulrona putih seperti jamur, bibirnya terlihat kering, bibir bagian tengahnya berwarna lebih gelap, serta gusi dalam keadaan bengkak seperti mau tumbuh gigi lagi padahal bukan.

Gangguan Pernapasan.

Gejala dapat kita lihat ialah napasnya tak teratur, seringkali terdengar suara grok-grok, terkadang disertai dengan batuk, terutama pada waktu malam dan pagi hari, sedangkan siang harinya tidak.

03

02

Kulit Sensitif.

Gejala dapat dilihat ialah timbul bintik atau bisul kemerahan terutama di bagian pipi, telinga dan bagian ruam popok atau yang tertutup popok. Selain itu juga ada kerak di daerah rambutnya, ada bekas hitam seperti digigit nyamuk, mata, telinga suka gatal.

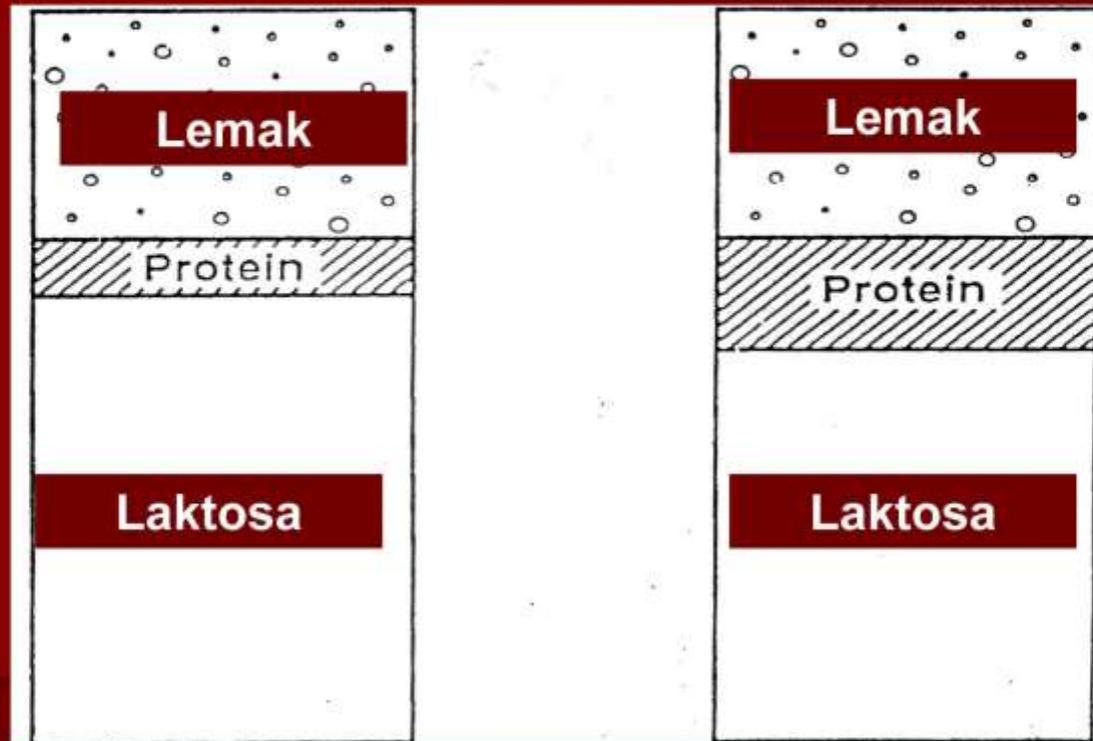
04



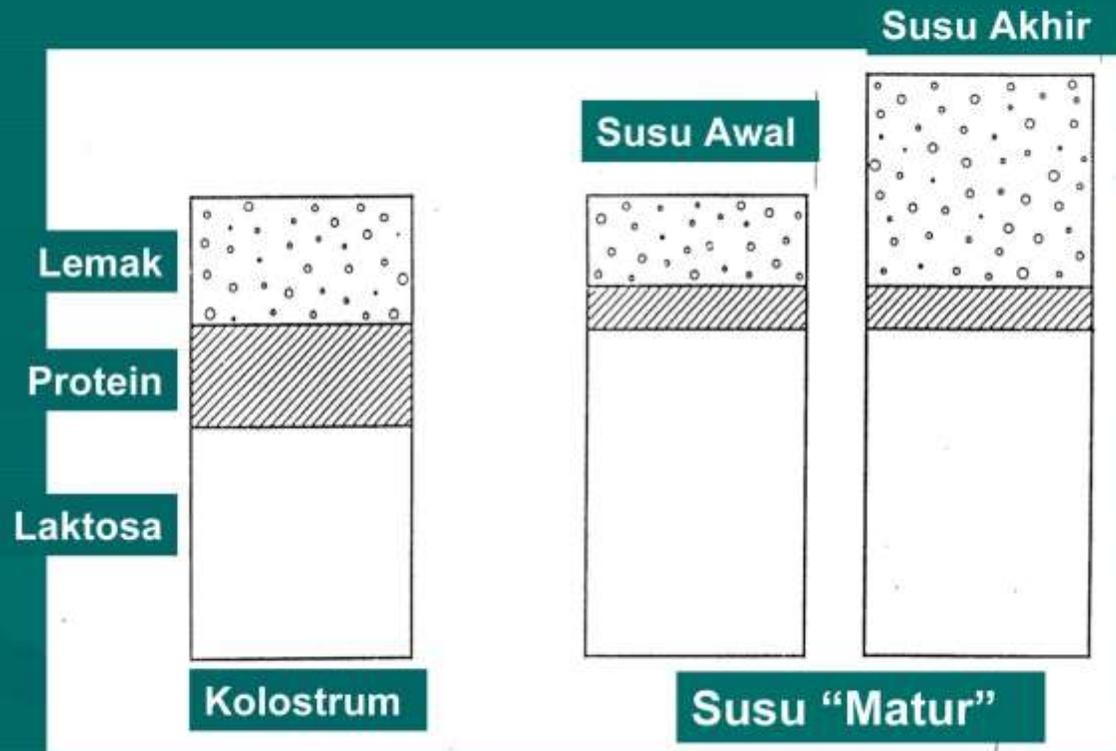
APA PERBEDAAN DIANTARA ASI-ASI INI

Cukup bulan

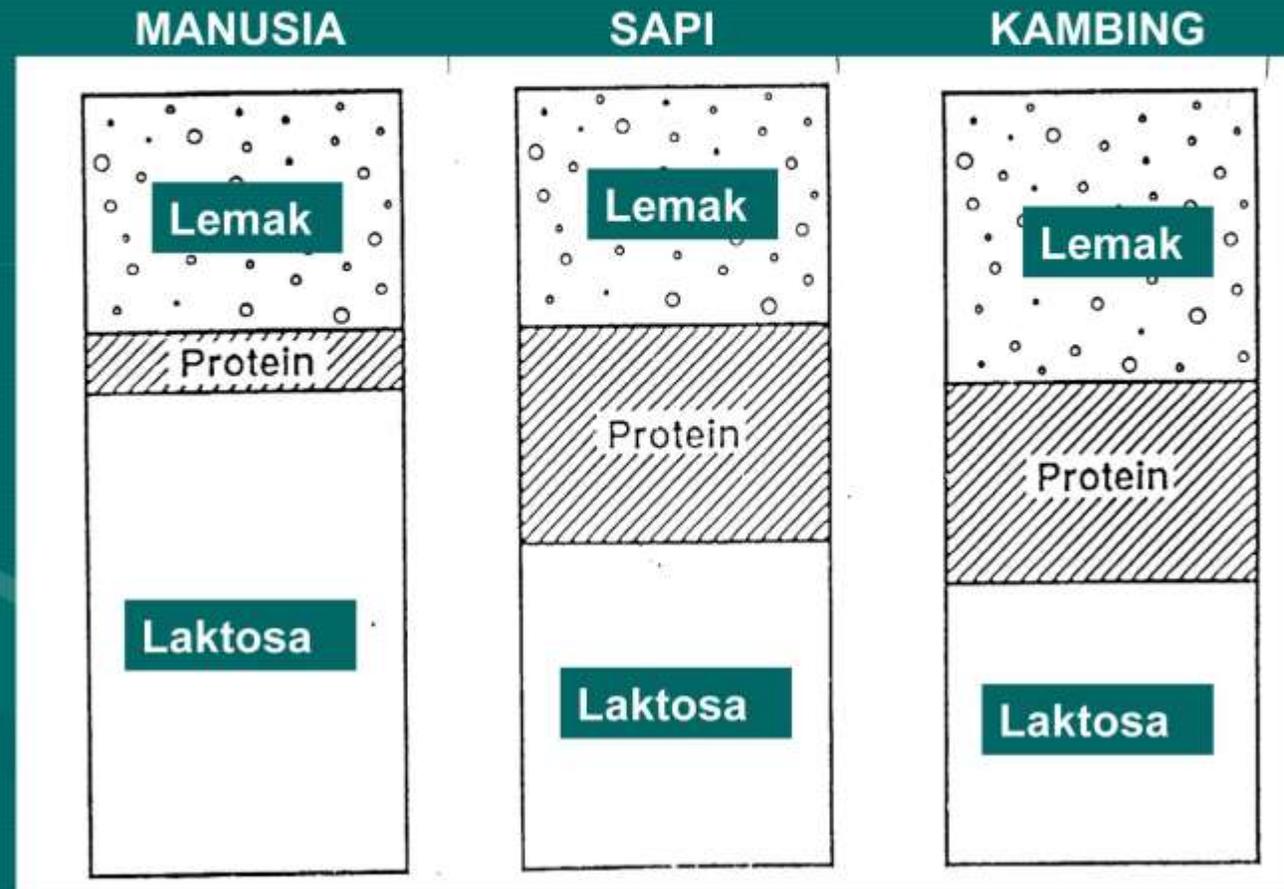
Kurang bulan



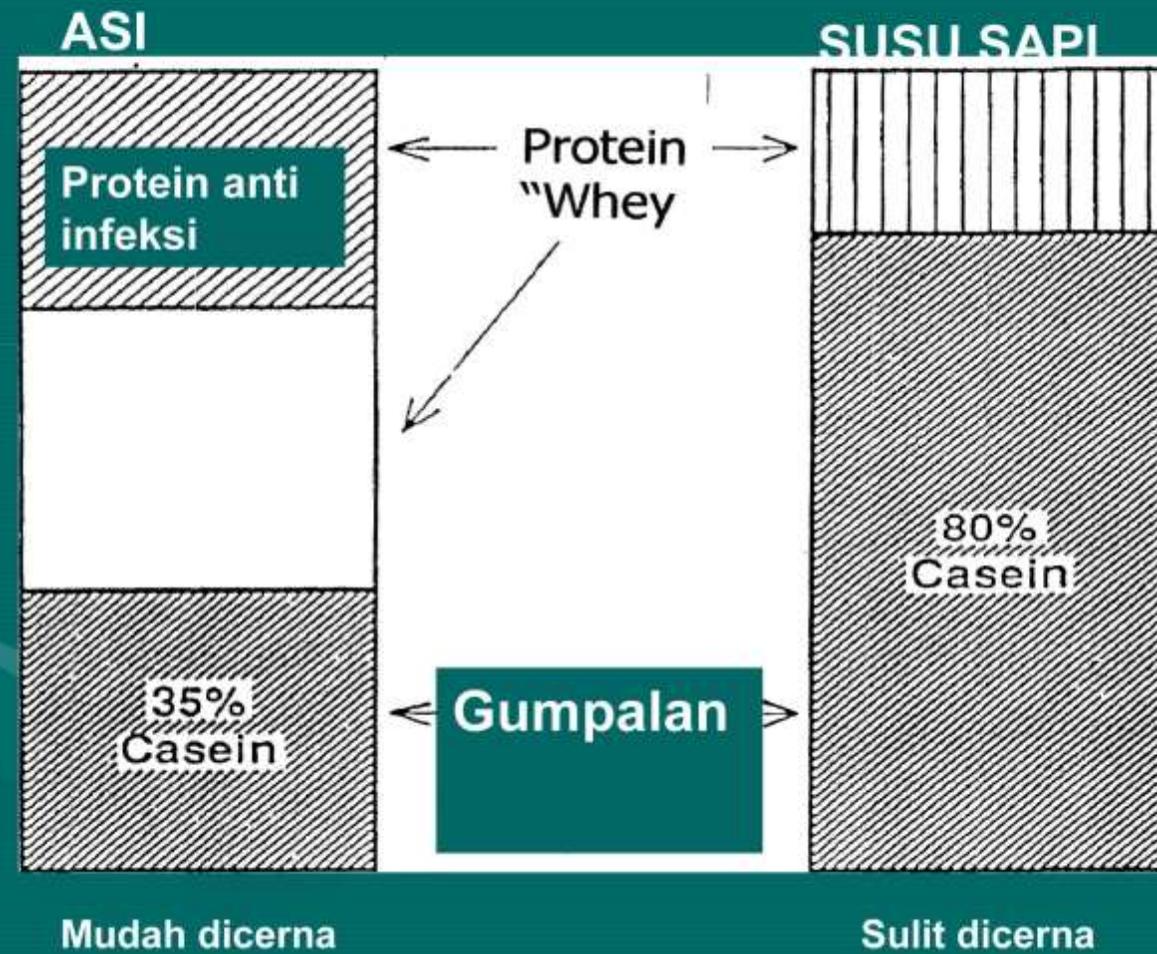
Apa perbedaan yang tampak disini ?



Apa perbedaan diantara susu-susu ini



Kualitas Protein pada beberapa jenis susu :

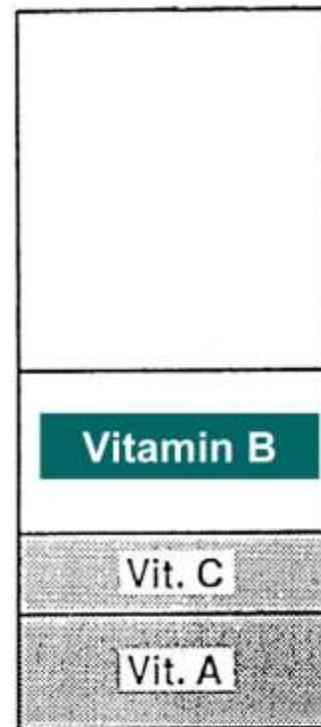
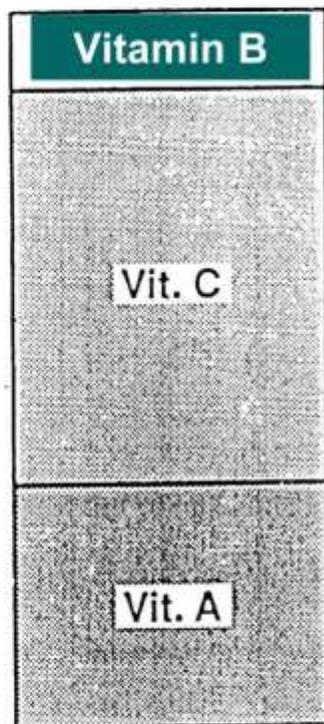


Vitamin-vitamin dalam susu yang berbeda

1/5

ASI

SUSU SAPI



Zat Besi dalam berbagai jenis susu

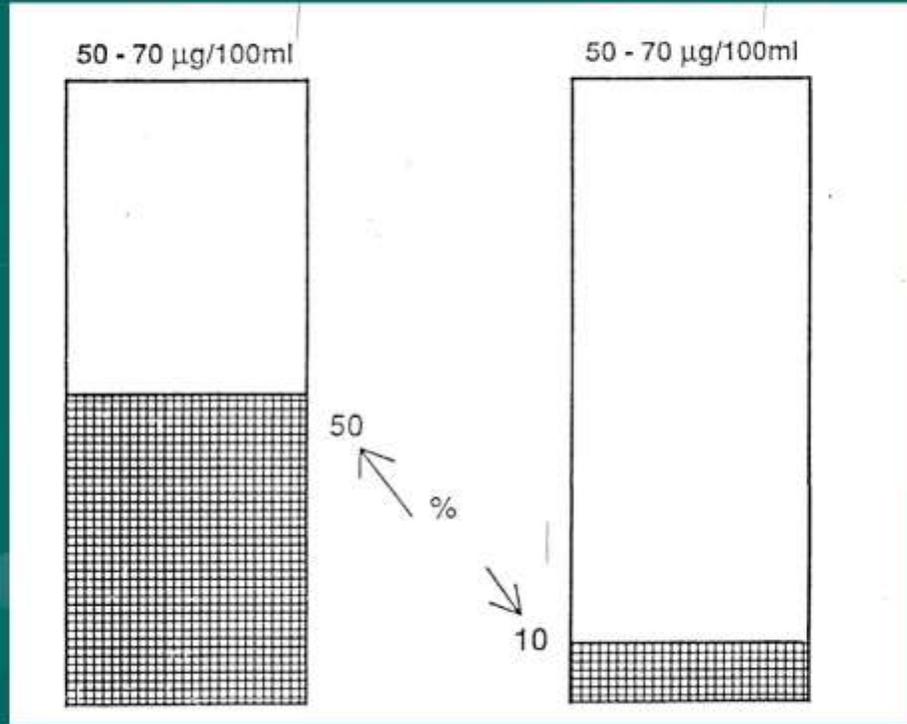
1/6

ASI

SUSU SAPI

50 - 70 $\mu\text{g}/100\text{ml}$

50 - 70 $\mu\text{g}/100\text{ml}$



KOLOSTRUM

KANDUNGAN	KEPENTINGAN
<ul style="list-style-type: none">■ Kaya Antibodi	<ul style="list-style-type: none">- Melindungi terhadap Infeksi dan Alergi
<ul style="list-style-type: none">■ Banyak Sel darah putih	<ul style="list-style-type: none">- Melindungi terhadap Infeksi.
<ul style="list-style-type: none">■ Pencahar	<ul style="list-style-type: none">- Membersihkan dari Meconium- Membantu mencegah kuning/icterus
<ul style="list-style-type: none">■ Faktor- faktor pertumbuhan	<ul style="list-style-type: none">- Membantu usus berkembang lebih matang, mencegah alergi dan ketidakcocokan (intoleransi)
<ul style="list-style-type: none">■ Kaya Vitamin A	<ul style="list-style-type: none">- Mengurangi keparahan infeksiMencegah penyakit mata

MANFAAT MENYUSUI

1/1

ASI

Zat-zat gizi yang lengkap

Mudah di cerna, diserap secara efisien

Melindungi terhadap infeksi



MENYUSUI

Membantu *bonding* dan perkembangan

Membantu menunda kehamilan baru

Melindungi kesehatan Ibu

Biaya lebih rendah dibanding asupan buatan

Perlindungan terhadap infeksi

1). Ibu yang terinfeksi

2). Sel darah putih ibu membuat antibodi untuk melindungi ibu



3). Sebagian sel darah putih masuk kepayudara dan membuat antibodi

4). Antibodi terhadap infeksi ibu dialirkan ke dalam ASI untuk melindungi bayi

BAHAYA PEMBERIAN SUSU FORMULA

1/14

■ Mengganggu *bonding*



Ibu

- Lebih mudah diare dan Infeksi saluran pernafasan
- Diare menetap (Kronis)
- Kurang Gizi Kekurangan Vitamin A
- Lebih mudah meninggal
- Lebih mudah alergi dan keadaan tidak tahan (intoleransi)
- Meningkatnya resiko terkena beberapa penyakit kronis
- Kelebihan berat badan
- Nilai test kecerdasan lebih rendah
- Kemungkinan cepat hamil lagi
- Meningkatnya resiko anemia, kanker ovarium dan payudara

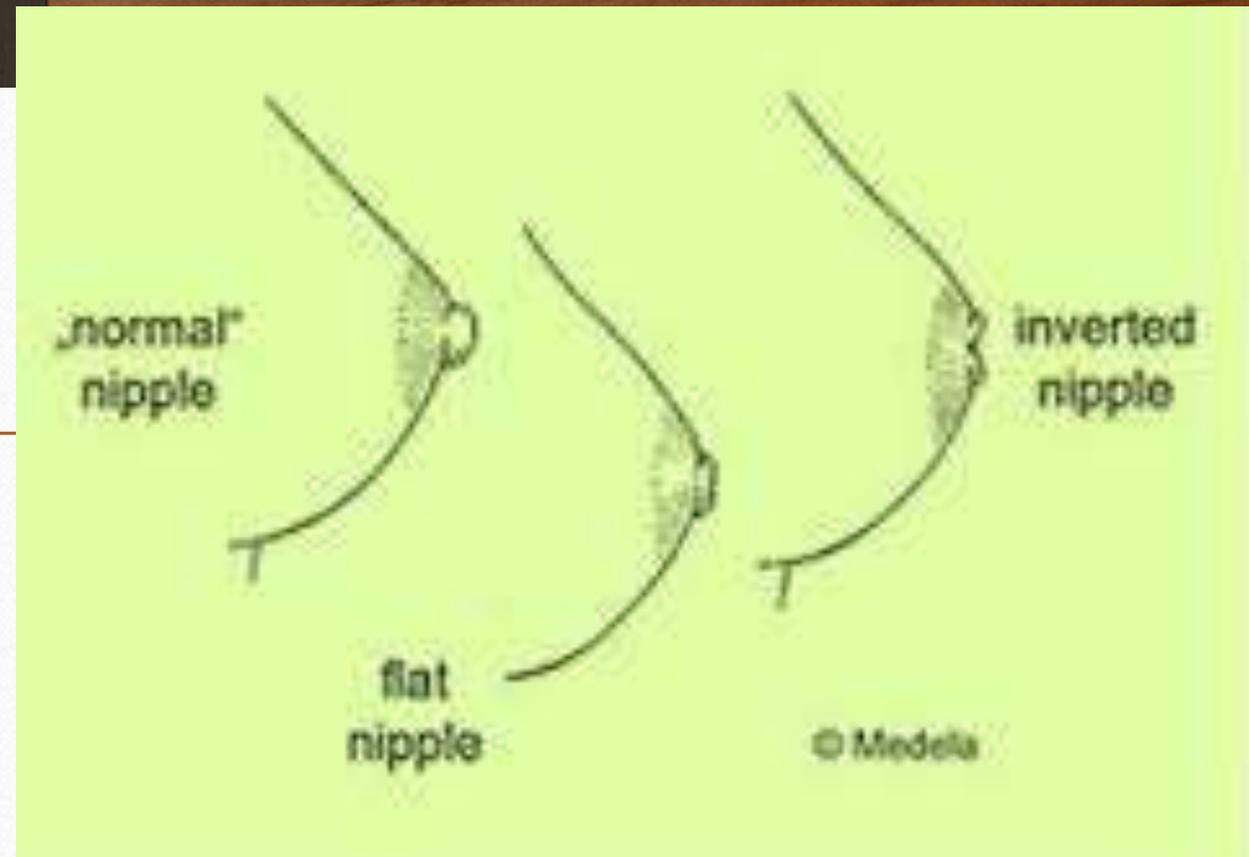
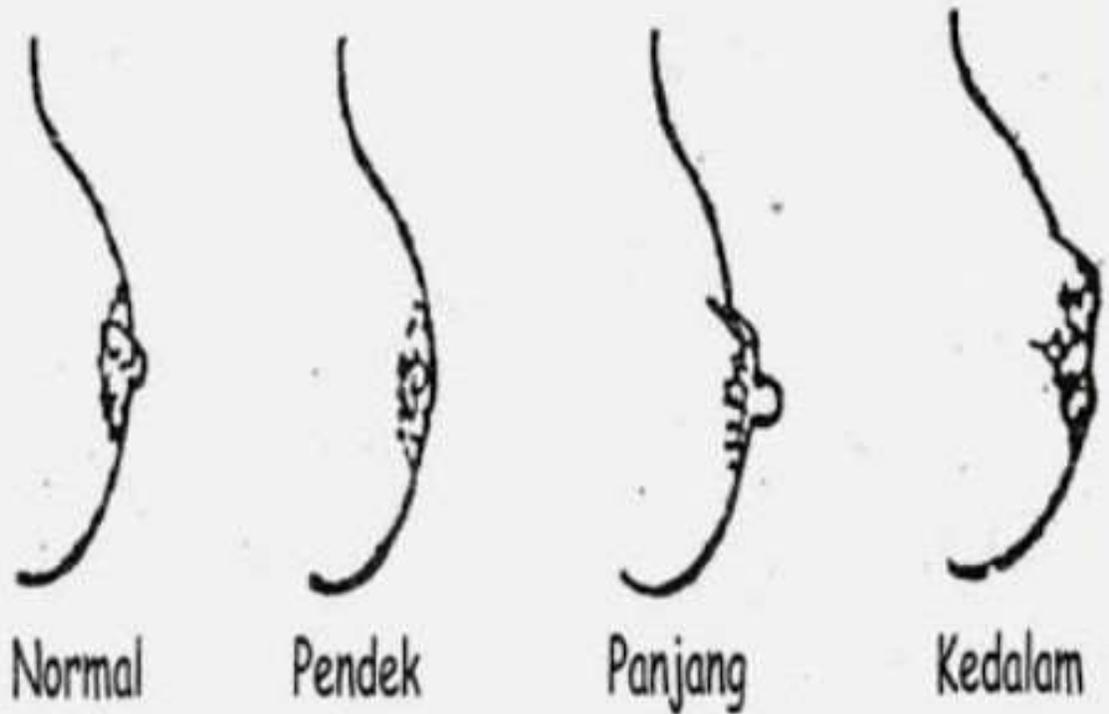
REKOMENDASI / ANJURAN

- Mulai menyusui dalam $\frac{1}{2}$ - 1 jam setelah persalinan
- Susui secara eksklusif sampai usia 6 bulan
- Berikan Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) pada semua anak setelah usia 6 bulan
- Teruskan menyusui sampai usia anak 2 tahun atau lebih

**PERSIAPAN MENYUSUI &
CARA MENYUSUI
YANG BENAR**

Keuntungan psikologi menyusui

- Ikatan emosi
 - Kedekatan hubungan kasih sayang antara ibu dan anak
 - Secara emosional ibu lebih puas
 - Bayi jarang menangis
 - Ibu berperilaku lebih menyayangi
 - Meniadakan keinginan untuk menyiksa atau menelantarkan bayinya
- Perkembangan
 - Lebih baik dalam melakukan test kecerdasan pada masa kanak-kanak



- Periksa kelenturan puting susu :
 - Mudah ditarik → lentur
 - Tertarik sedikit → kurang lentur
 - Masuk ke dalam → tidak lentur

PENANGANAN PUTING DATAR DAN TERBENAM

Perawatan Antenatal

Mungkin tidak menolong

Segera setelah lahir

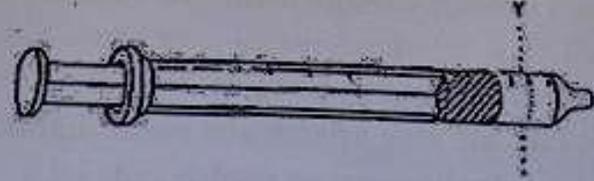
Bangun kepercayaan diri ibu payudara akan membaik
Jelaskan bahwa bayi mengisap PAYUDARA bukan puting
Biarkan bayi menjelajahi payudara, dengan kontak kulit
Bantu ibu mengatur posisi bayi kepayudara
Cobalah berbagai posisi – misalnya bawah lengan
Bantu ibu agar puting ibu lebih menonjol keluar
Gunakan pompa, tabung suntik

*Untuk pekan pertama
atau kedua apabila
diperlukan*

Perah ASI dan berikan dengan cangkir
Perah ASI ke dalam mulut bayi

LANGKAH SATU

Potong sepanjang garis ini dengan pisau



LANGKAH DUA

Masukkan alat penghisap dari ujung yang terpotong



LANGKAH TIGA

Ibu menarik alat penghisap secara perlahan



CARA MENYUSUI YANG BENAR



Posisi menyusui:

1. Seluruh badan bayi tersangga dengan baik, jangan hanya leher dan bahunya saja.
2. Kepala dan tubuh bayi lurus
3. Badan bayi menghadap ke dada ibunya
4. Badan bayi dekat ke ibunya.

1. Bayi tenang



2. Mulut bayi terbuka lebar & menutupi daerah gelap sekitar puting susu

Perut bayi menghadap ke perut ibu



Dagu bayi menempel ke payudara



Telinga & lengan bayi berada dlm satu garis lurus



Correct Infant Latch-on Position

Dagu
menyentuh
payudara

Mulut
terbuka
lebar

Bibir
bawah
terlipat ke
arah luar

Lebih banyak daerah
gelap payudara yang
terlihat di atas mulut
daripada di bawah
mulut bayi

PERLEKATAN MENYUSUI YANG BENAR

- Daggu bayi menempel pada payudara
- Mulut terbuka lebar
- Bibir melengkung keluar
- Areola lebih banyak terlihat di atas mulut daripada di bawah mulut

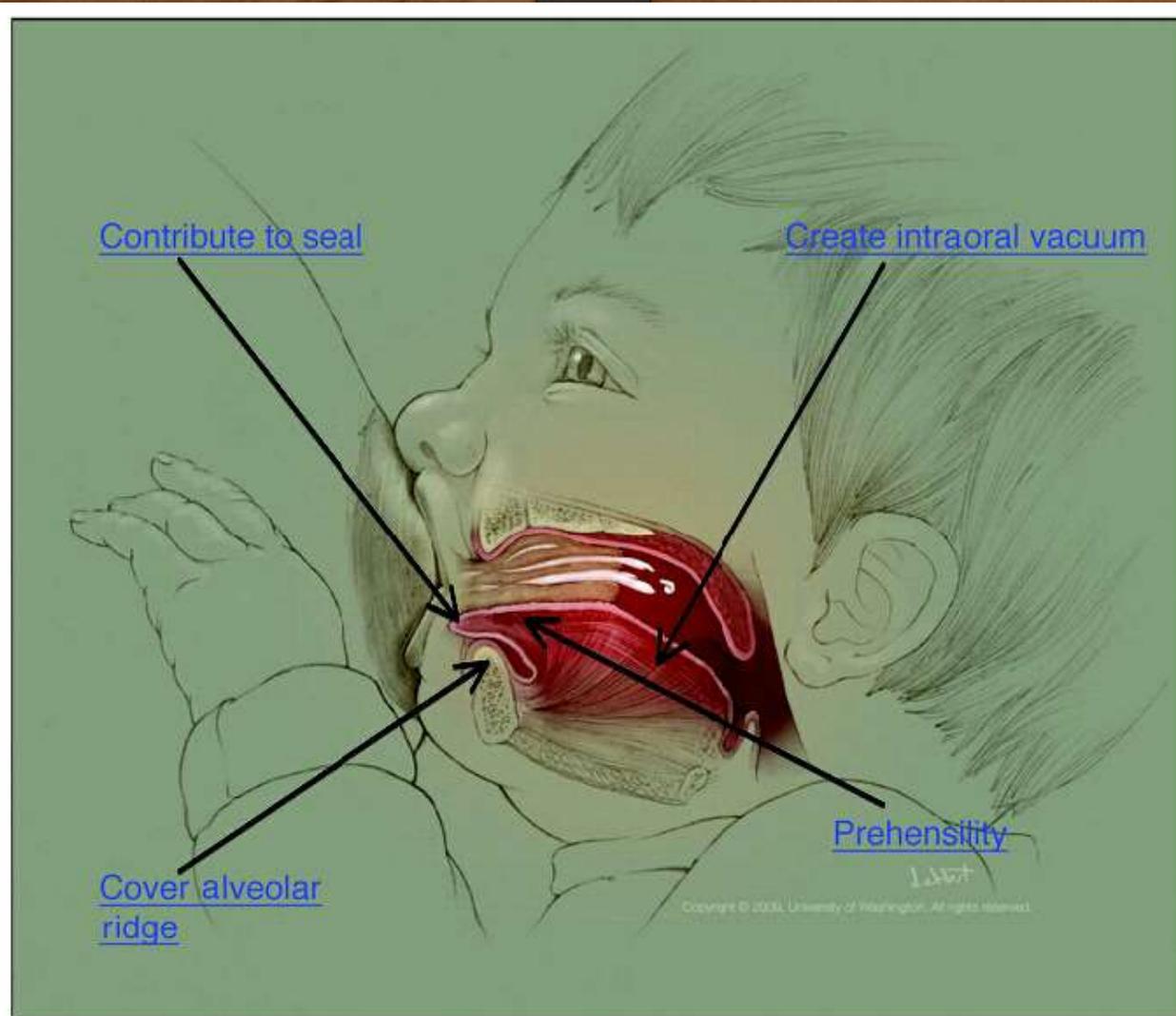


Figure 2. During nursing, the infant's tongue must: 1) protrude over the alveolar ridge to inhibit the bite reflex, 2) assist the flanged lips in maintaining an airtight seal on the areola, 3) with its prehensile function, manipulate the nipple into the proper position (note the depth of the nipple tip and its proximity to the hard-soft palate junction), and 4) via distal-to-proximal muscular contractions that end with the lowering of the base of the tongue, produce an intraoral vacuum, resulting in milk flow.



TANDA-TANDA PENGISAPAN EFEKTIF

**Isapan
lambat dan
dalam**

**Kadang-
kadang ada
jeda**

**Bayi
terlihat
menelan**

**Payudara
terasa lebih
kosong**

BAYI KEMBAR



Foto Ayahbunda/Dok

Masalah

menyangka
ASI tidak
cukup

Penyelesaian

Menyusu
bergantian atau
bersama

Setiap bayi
disusukan pada
payudara
bergantian





football hold



cross-cradle hold

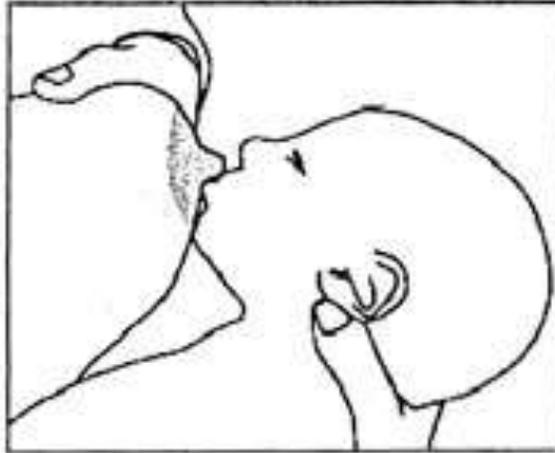


cradle hold

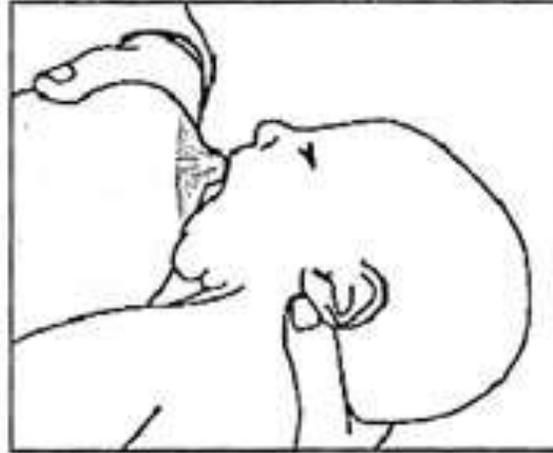


side-lying

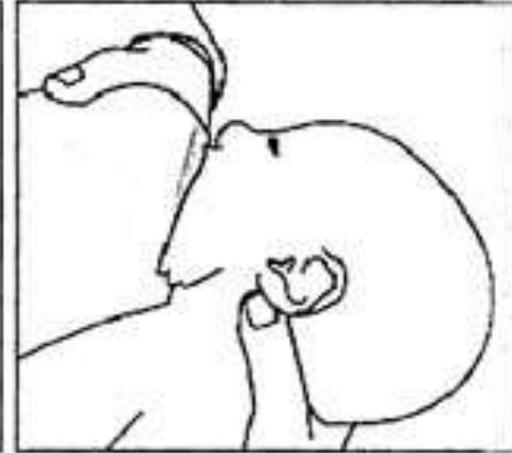




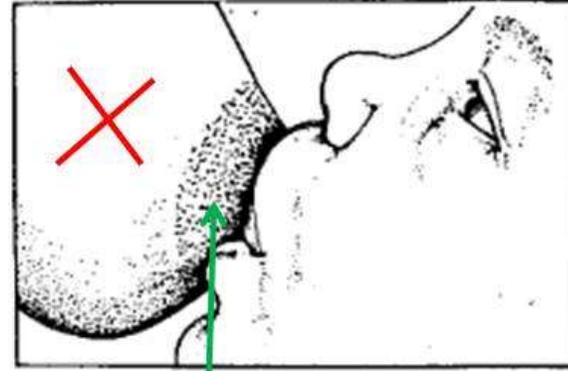
1. Sentuh bibir bayi supaya bayi mau membuka lebar mulutnya.



2. Dekatkan bayi sehingga dagu dan bibir bawah menempel pada payudara.



3. Usahakan sebanyak mungkin daerah aerola masuk ke dalam mulut bayi.



Bayi melekat dengan benar (sebelah kiri) dan tidak benar (sebelah kanan) pada payudara ibu

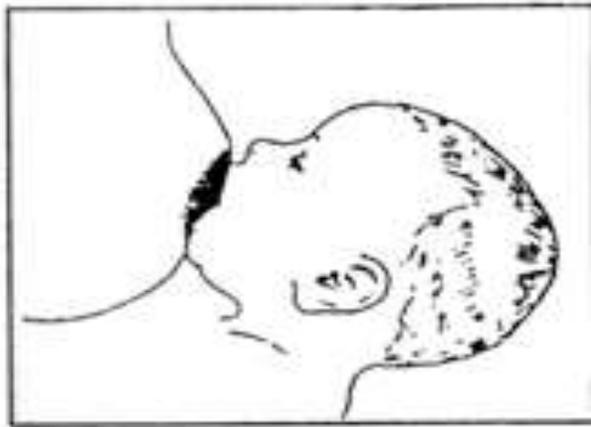
Pics : www.ichc.org

Areola hilang di daerah bibir bawah, bibir atas sisa sedikit

Areola terlihat banyak baik dibibir atas dan bawah, bayi hanya menghisap puting

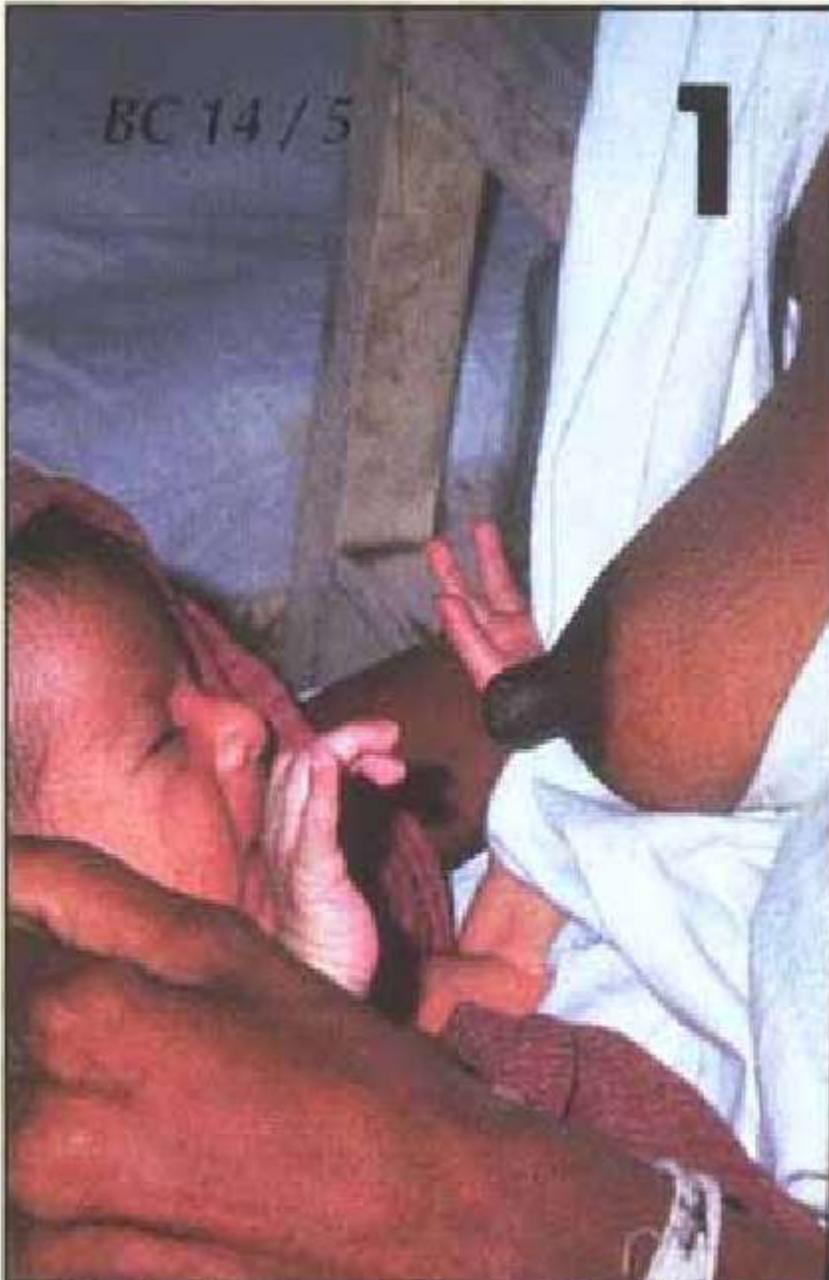


Bayi melekat dengan benar (sebelah kiri) dan tidak benar (sebelah kanan) pada payudara ibu

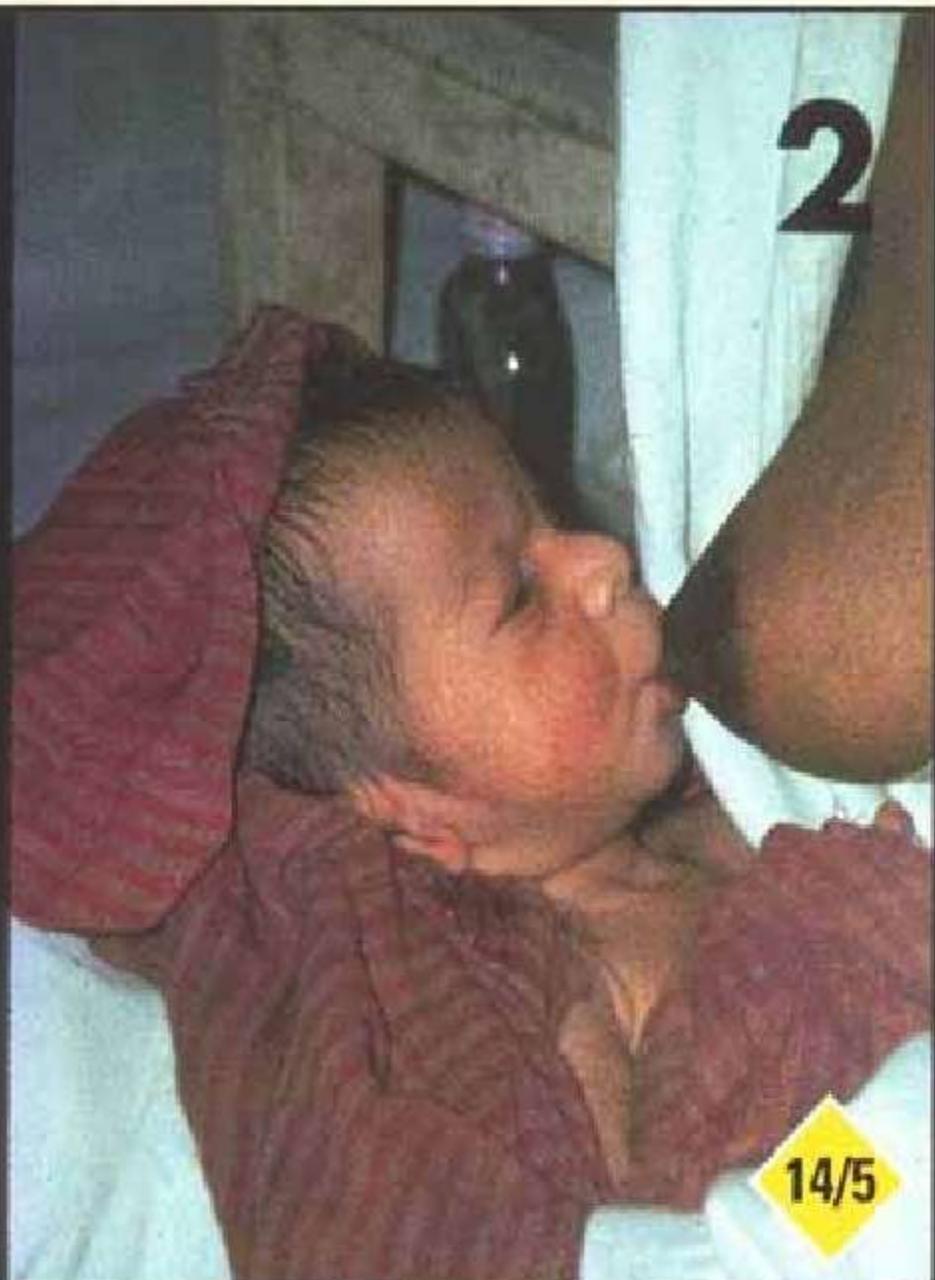


BC 14 / 5

1



2



14/5





AKIBAT DARI PERLEKATAN YANG TIDAK BAIK

3/10

Nyeri dan kerusakan puting

Puting lecet
Puting retak

ASI tidak dikeluarkan dengan efektif

Payudara bengkak

Pasokan ASI ber kurang

Bayi tidak puas
Ingin menyusu lebih lama

Bayi frustrasi,
Menolak menyusu

Payudara kurang memproduksi ASI

Berat badan bayi tidak naik

Kondisi / Masalah Ibu

PUTING LECET

- Penyebab:

- * Posisi dan pelekatan yang salah
- * Melepaskan penghisapan bayi salah
- * Membersihkan puting dengan sabun/ alkohol

- Penatalaksanaan:

- * Memperbaiki posisi menyusui
- * Tetap mengeluarkan ASI dari payudara
- * Oleskan ASI ke puting yang lecet
- * Boleh minum obat bila sangat sakit

GEJALA SALURAN TERSUMBAT DAN MASTITIS

Saluran tersumbat → Stasis ASI → Mastitis tanpa infeksi → Mastitis terinfeksi



Gumpalan
Mulai terasa sakit
kemerahan terlokalisir
Tidak demam
Merasa sehat

meningkat
jadi

Bengkak yang keras
Sangat sakit
Area merah
Demam
Merasa sakit

PENYEBAB SALURAN TERSUMBAT DAN MASTITIS

- Menyusui kurang sering atau terlalu singkat Karena
 - ibu sangat sibuk
 - bayi tidur semalaman
 - rutinitas berubah
 - ibu stres
- Aliran ASI pada sebagian atau seluruh payudara kurang baik Karena
 - pengisapan tidak efektif
 - tekanan dari pakaian
 - tekanan jari selama menyusui
 - payudara besar mengalirkan ASI secara kurang baik
- Jaringan payudara rusak Karena
 - trauma pada payudara
- Kemasukan bakteri Karena
 - retakan/lekahan puting

Puting Lecet dan Nyeri

- Perbaiki posisi dan perlekatan menyusui
- Teruskan menyusui
- Oles ASI sebelum & sesudah menyusui
- Jika tidak membaik dan gejala klinis memberat segera ke dokter

Puting Lecet



Sumber gambar:
www.sjmj.in

Mastitis	Bengkak
<ul style="list-style-type: none">- Biasanya terjadi pada 1 payudara- Sebagian payudara- Kemerahan dan berbeda jelas dengan jaringan yang ada di sekitarnya- Keras dan terasa ada gumpalan di daerah yang mengalami kemerahan- Keras menetap walaupun ASI telah dikeluarkan- Nyeri di daerah kemerahan- Demam berlangsung lama	<ul style="list-style-type: none">- Biasanya terjadi pada kedua payudara- Seluruh payudara terpengaruh- Kemerahan tidak rata, menyebar dan tidak berbeda jelas- Keras dan bengkak berkurang jika ASI dikeluarkan- Nyeri pada semua bagian di kedua payudara- Demam mungkin 24 jam



PENYEBAB DAN PENCEGAHAN PAYUDARA BENGGAK

PENYEBAB

- ASI berlimpah
- Terlambat memulai menyusui
- Pelekatan kurang baik
- Jarangnya pengosongan ASI
- Pengosongan ASI tidak sering
- Pembatasan lama/jarak menyusui

PENCEGAHAN

- Mulai menyusui segera setelah persalinan
- Pastikan pelekatan yang baik
- Doronglah menyusui tanpa dijadwal

PENANGANAN PAYUDARA BENGGAK

Jangan "mengistirahatkan" payudara

<i>Jika bayi mampu mengisap:</i>	Susui sering-sering, bantu dengan posisi yang baik
<i>Jika bayi tak mampu mengisap:</i>	Perah ASI dengan tangan atau pompa
<i>Sebelum menyusui untuk merangsang refleks oksitosin:</i>	Kompres hangat atau mandi air hangat Pijat tengkuk dan punggung Pijatan ringan pada payudara Merangsang kulit puting Bantu ibu untuk relaks
<i>Setelah menyusui untuk mengurangi edema:</i>	Kompres dingin pada payudara

PENANGANAN SALURAN TERSUMBAT DAN MASTITIS

PERTAMA:

Perbaiki aliran pada payudara

Cari penyebabnya dan perbaiki:

- pelekatan yang kurang baik
- tekanan pakaian atau jari
- buruknya aliran pada payudara berukuran besar

Anjuran:

- menyusui lebih sering
- analgesik (paracetamol atau ibuprofen)
- urut lembut ke arah puting
- kompres hangat

Sarankan apabila membantu:

- mulai menyusui pada payudara yang tidak sakit
- mengubah posisi

KEMUDIAN

• *Jika ada di antara yang berikut:*

- gejala-gejalanya parah, atau
- keretakan, atau
- tidak ada perbaikan setelah 24 jam

Selain itu tangani juga dengan:

- Antibiotik
- Istirahat total

Penatalaksanaan "ASI Kurang"

- Meningkatkan frekwensi menyusui
- Memperbaiki perlekatan
- Membangun rasa percaya diri ibu

Peningkatan berat badan yang adekuat dan frekwensi BAK 5-6 x/hari merupakan tanda bahwa bayi mendapatkan cukup ASI

PERAWATAN PAYUDARA

- Menjaga payudara tetap bersih dan kering.
- Menggunakan BH yang menyokong payudara.
- Apabila puting susu lecet oleskan kolestrum atau ASI yang keluar pada sekitar puting susu setiap kali selesai menyusui.

Menyusui tetap dilakukan dimulai dari mamma yang puting susunya tidak lecet.

- Apabila lecet sangat berat dapat diistirahatkan selama 24 jam → ASI dikeluarkan dan diminumkan ke bayi dengan menggunakan sendok.
- Untuk menghilangkan nyeri dapat minum parasetamol (analgetica, antipyretica) 1 tablet setiap 4-6 jam.



