

## Menyusui dan Penyakit



### **Pendahuluan**

Selama bertahun-tahun, terlalu banyak ibu telah **secara keliru** diminta untuk **berhenti menyusui**. Keputusan untuk terus menyusui ketika ibu berada dalam masa pengobatan, misalnya, seringkali lebih dipengaruhi oleh kekhawatiran akan masuknya zat kimia obat di dalam ASI. Padahal, seharusnya ada pertimbangan resiko tidak menyusui, bagi ibu, bayi dan keluarga, serta tentu saja masyarakat. Ada begitu banyak resiko tidak menyusui, jadi pertanyaan yang mendasar sesungguhnya adalah: **Apakah masuknya sejumlah kecil obat ke dalam ASI membuat menyusui menjadi lebih berbahaya dibandingkan susu formula?** Jawabannya ***hampir selalu tidak***. ASI dengan hanya sedikit obat hampir selalu lebih aman. Dengan kata lain, arti kata **berhati-hati** adalah *melanjutkan menyusui*, bukan berhenti. Pertimbangan yang sama perlu dilakukan ketika ibu maupun bayinya sakit.

Ingat bahwa menghentikan proses menyusui selama satu minggu atau beberapa hari saja dapat mengakibatkan penyapihan permanen karena bayi mungkin tidak mau menyusu lagi pada payudara ibu. Di sisi lain, perlu dipertimbangkan juga bahwa beberapa bayi mungkin menolak minum dari botol, sehingga saran untuk berhenti menyusui bukan saja tidak tepat, tapi seringkali juga tidak praktis. Di atas itu semua, adalah mudah menyarankan ibu untuk memerah ASI-nya sementara bayi tidak menyusu, tapi hal ini tidak selalu mudah dalam prakteknya dan ibu dapat mengalami pembengkakan yang menyakitkan.

### **Penyakit pada Ibu**

Hanya sedikit jenis penyakit pada ibu yang mengharuskan ibu berhenti menyusui. Terutama untuk penyakit infeksi yang diderita ibu, dimana infeksi adalah penyebab yang paling umum yang digunakan sebagai alasan dalam menyarankan seorang ibu untuk berhenti menyusui. Sebagian besar infeksi disebabkan oleh virus, dan sebagian besar infeksi virus justru tingkat penularannya paling tinggi sebelum ibu mengetahui bahwa ia sedang sakit. Ketika ibu demam (atau hidung meler, diare, batuk, ruam, muntah, dll), ibu kemungkinan sudah menularkan infeksi tersebut kepada bayinya. Bagaimanapun juga, menyusui justru melindungi bayi melawan infeksi tersebut, dan ibu harus melanjutkan menyusui, **dengan tujuan untuk melindungi bayinya**. Jika si bayi sampai tertular sakit, bayi akan lebih ringan sakitnya daripada jika ibu berhenti menyusui. Namun, banyak juga para ibu dikejutkan karena mendapati bayi mereka tidak tertular sama sekali. Hal tersebut dikarenakan bayi yang disusui terus akan tetap terlindungi. Infeksi-infeksi bakteri (seperti misalnya radang tenggorokan) juga tidak ada sangkut pautnya dengan alasan-alasan yang sama.

Lihat lembar informasi “*Menyusui dan Pengobatan/Breastfeeding and Medications*”, yang berhubungan dengan pembahasan tetap menyusui ketika sedang mengkonsumsi obat-obatan.

### **HIV (rekomendasi baru)**

**Rekomendasi WHO saat ini adalah bahwa semua ibu, apapun status HIV-nya, tetap menyusui secara eksklusif – yang berarti tidak ada cairan atau makanan lain yang diberikan – dalam enam bulan pertama. Ibu HIV-positif dan bayinya direkomendasikan untuk mengkonsumsi obat antiretroviral selama masa menyusui dan hingga bayi berusia 12 bulan. Hal ini menunjukkan bahwa bayi bisa mendapatkan manfaat dari menyusui dengan resiko yang sangat kecil untuk tertular HIV. Pemberian obat antiretroviral membuat menyusui menjadi secara dramatis lebih aman dan “keseimbangan resiko” antara menyusui dan makanan pengganti secara fundamental telah berubah. Manfaat tambahan utama dari rekomendasi ini adalah bahwa kesehatan ibu juga terlindungi bagi proporsi besar wanita yang terinfeksi HIV.**

### **Antibodi di dalam ASI**

Beberapa ibu menderita penyakit yang disebut “autoimun” seperti *idiopathic thrombocytopenic purpura, autoimmune thyroid disease, autoimmune*

*hemolytic anemia*, dan masih banyak lagi. Ciri-ciri dari penyakit-penyakit ini adalah antibodi yang diproduksi oleh tubuh ibu bekerja melawan sel-sel yang ada di dalam tubuhnya sendiri. Banyak ibu yang disarankan untuk berhenti menyusui karena antibodi ini bisa masuk ke ASI dan dapat menyebabkan bayinya sakit. Hal ini sama sekali tidak masuk akal, dan ibu sebaiknya tetap menyusui.

Antibodi yang menghasilkan sebagian besar antibodi pada ASI adalah secretory IgA. Penyakit autoimun tidak disebabkan oleh secretory IgA. Walaupun ada yang disebabkan oleh secretory IgA, tubuh bayi tidak akan menyerap secretory IgA. Hal ini tidak berhubungan. Teruskan menyusui.

### Masalah pada payudara

- **Mastitis** (infeksi pada payudara) bukanlah alasan untuk berhenti menyusui. Faktanya, payudara akan sembuh lebih cepat jika ibu tetap menyusui pada bagian yang terinfeksi (Lihat lembar informasi *Saluran Tersumbat dan Mastitis*).
- **Abses pada payudara** bukanlah alasan untuk berhenti menyusui, bahkan pada bagian yang terinfeksi. Walaupun melakukan tindakan pembedahan lebih sulit pada payudara ibu menyusui, namun tindakan pembedahan dan proses paska melahirkan juga tidak menjadi lebih mudah jika ibu berhenti menyusui karena ASI tetap diproduksi selama berminggu-minggu setelah berhenti menyusui. Bahkan, pembengkakan setelah tindakan pembedahan hanya akan membuat keadaan semakin buruk. Pastikan bahwa dokter bedah tidak melakukan insisi pada garis areola (garis antara bagian berwarna gelap dan terang pada payudara). Insisi seperti itu dapat mengakibatkan turunnya pasokan ASI. Tindakan insisi yang menyerupai jari2 roda sepeda (puting menjadi pusat dari roda) akan mengurangi kerusakan jaringan penghasil ASI. Saat ini, abses pada payudara tidak selalu memerlukan tindakan pembedahan. Aspirasi menggunakan jarum secara berulang, atau penempatan kateter untuk mengeringkan abses ditambah dengan antibiotik seringkali cukup untuk menghindari tindakan pembedahan.
- **Tindakan pembedahan apapun** tidak mengharuskan ibu berhenti menyusui. Apakah pembedahan tersebut benar-benar perlu dilakukan sekarang, ketika Anda sedang menyusui? Apakah Anda yakin bahwa pendekatan perawatan lain tidak memungkinkan? Apakah benjolan tersebut harus dikeluarkan sekarang, bukan setahun dari sekarang? Apakah biopsi dengan jarum cukup? Jika Anda memerlukan tindakan pembedahan sekarang, pastikan irisan tidak dibuat di sekeliling areola. Anda bisa menyusui setelah tindakan pembedahan selesai, segera, setelah Anda bangun dan ingin melakukannya. Jika untuk alasan tertentu Anda harus berhenti menyusui pada payudara yang sakit, jangan berhenti menyusui pada payudara yang satunya. Beberapa dokter bedah tidak mengetahui bahwa Anda bisa mengeringkan hanya salah satu payudara. **Anda tidak perlu berhenti menyusui karena Anda mendapat bius total. Anda dapat menyusui segera setelah Anda bangun dan ingin melakukannya.**
- **Mammogram** lebih sulit dibaca jika ibu sedang menyusui, tapi tetap bisa berguna. Sekali lagi, berapa lama seorang ibu harus menunggu hingga payudaranya tidak lagi menghasilkan ASI? Evaluasi terhadap sebuah benjolan membutuhkan lebih dari sekedar riwayat dan, pemeriksaan fisik dapat dilakukan dengan cara lain selain mammogram (contohnya : USG, biopsi dengan menggunakan jarum). Diskusikan pilihan lain dengan dokter Anda. Beritahukan dokter Anda bahwa menyusui merupakan hal yang penting bagi Anda.

### Kehamilan baru

Tidak ada alasan untuk tidak menyusui jika Anda hamil lagi. Tidak ada bukti bahwa menyusui di kala hamil dapat membahayakan Anda, atau janin yang ada di dalam kandungan, atau anak yang sedang disusui. Jika Anda ingin berhenti, lakukan secara perlahan; karena kehamilan memang berhubungan dengan berkurangnya pasokan ASI dan bayi mungkin akan berhenti sendiri.

### Penyakit pada Bayi

Sangat jarang kegiatan menyusui harus dihentikan pada bayi yang sedang sakit. Dengan menyusui, ibu mampu menyamankan anak yang sedang sakit, dan dengan menyusui, anak mampu menyamankan ibunya.

- *Diare dan muntah.* Infeksi usus jarang dialami oleh bayi yang disusui secara eksklusif. (Meskipun BAB yang sering adalah sangat umum dan normal pada bayi yang disusui secara eksklusif). Perawatan yang paling baik dalam kondisi ini adalah dengan cara menyusunya terus. Bayi akan lebih cepat membaik jika tetap disusui. Pada sebagian besar kasus, bayi akan membaik dengan hanya menyusui dan tidak membutuhkan cairan tambahan seperti oralit kecuali pada kasus-kasus khusus.
- *Penyakit pada saluran pernapasan.* Ada mitos medis bahwa susu sebaiknya tidak diberikan pada anak-anak yang menderita infeksi saluran pernapasan. Entah benar atau tidak hal tersebut pada susu, yang jelas hal ini tidak berlaku untuk ASI.
- *Kuning.* Sangat umum terjadi pada bayi yang menyusui secara eksklusif mengalami kuning, bahkan sampai usia 3 bulan, walaupun biasanya warna kuning pada kulit nyaris tidak terlihat. Oleh karena itu, daripada mempermasalahkannya, hal ini adalah **normal**. (Ada penyebab penyakit kuning yang tidak normal, tetapi yang ini normal, kecuali pada kasus yang sangat jarang terjadi, mengharuskan untuk berhenti menyusui). Jika menyusui berlangsung baik, penyakit kuning tidak mengharuskan ibu untuk berhenti menyusui. Jika proses menyusui berlangsung kurang baik, memperbaiki proses menyusui akan menyelesaikan masalah, sedangkan berhenti menyusui walaupun hanya untuk jangka waktu yang pendek justru bisa menghentikan proses menyusui. Berhenti menyusui bukan jawaban, bukan solusi, dan juga bukan ide yang baik. (Lihat lembar informasi *Menyusui dan Sakit Kuning*)

**Jangan kurangi frekuensi menyusui bayi yang sedang sakit, karena dia justru membutuhkan lebih banyak!**

***Jika Anda memiliki pertanyaan yang belum dibahas di atas, janganlah langsung memutuskan untuk berhenti menyusui. Jangan berhenti. Carilah informasi lebih lanjut. Banyak ibu yang disarankan untuk berhenti menyusui karena alasan yang tidak masuk akal dan terlalu konyol untuk dibahas.***

**Pertanyaan?** Pertama-tama kunjungi laman [nbc.ca](http://nbc.ca) atau [drjacknewman.com](http://drjacknewman.com). Jika informasi yang Anda butuhkan tidak ada, klik *Contact Us* dan tulis pertanyaan Anda ke dalam email. Informasi juga tersedia di dalam **Dr. Jack Newman's Guide to Breastfeeding** (berjudul **The Ultimate Breastfeeding Book of Answers**); dan/atau DVD kami, **Dr. Jack Newman's Visual Guide to Breastfeeding** (tersedia dalam bahasa Perancis atau dengan teks dalam bahasa Spanyol, Portugis dan Itali); dan/atau **The Latch Book and Other Keys to Breastfeeding Success**; dan/atau **L-eat Latch and Transfer Tool**; dan/atau **GamePlan for Protecting and Supporting Breastfeeding in the First 24 Hours of Life and Beyond**. **untuk membuat perjanjian dengan klinik kami** kunjungi [www.nbc.ca](http://www.nbc.ca). jika Anda kesulitan mengirim email atau mendapat akses internet, hubungi (416) 498-0002.

Menyusui dan Penyakit (Anda Sebaiknya Tetap Menyusui (2)), 2009©

Ditulis dan Direvisi oleh Jack Newman, MD, FRCPC, 2014©

Direvisi oleh Edith Kernerman, IBCLC, 2009©