

Protokol Infeksi Candida



Apa pun penyebab puting lecet yang Anda alami, sangat penting untuk mendapatkan pelekatan yang terbaik. Bahkan, meskipun penyebabnya adalah infeksi Candida (ragi, jamur), memperbaiki pelekatan dapat mengurangi rasa nyeri. Dengan pelekatan yang "ideal", bayi akan menutupi sebagian besar areola (bagian payudara yang berwarna cokelat atau gelap) dengan bibir bawahnya, bukan dengan bibir atas. Perhatikan juga agar hidung bayi tidak menempel ke payudara. Memang tidak mudah untuk mengubah pelekatan pada bayi yang berusia lebih dari 3 atau 4 bulan, tetapi tetap layak untuk dicoba. Lihat juga video-video kami mengenai cara pelekatan bayi. Untuk mendapatkan deskripsi yang lebih lengkap mengenai cara tepat pelekatan bayi terhadap payudara, silakan lihat juga lembar *Ketika Melekat/When Latching*.

Mendiagnosis Candida albicans (yeast/jamur)

Mendiagnosis infeksi yang disebabkan Candida albicans kadang-kadang sulit, dan para ibu sebaiknya tidak mendiagnosis sendiri. Nyeri karena Candida albicans seringkali tidak bisa dibedakan dengan nyeri karena pelekatan yang kurang baik dan/atau karena *vasospasme*/fenomena Raynaud. Lebih jauh lagi, nyeri pada puting Anda bisa disebabkan oleh lebih dari satu penyebab. Praktisi yang baik akan membantu Anda membedakan kondisi-kondisi tadi.

Untuk Nyeri Puting: Pengobatan yang diberikan pada puting

- Salep Puting Serbaguna (SPS) adalah salep racikan yang terdiri dari bahan-bahan berikut ini:
- Salep mupirocin 2% (15 gram)
- Salep betamethasone 0,1% (15 gram)
- Kemudian tambahkan bubuk miconazole sampai mencapai konsentrasi miconazole 2%. Kombinasi ini akan mencapai berat total lebih dari 30 gram. Bubuk clotrimazole (menurut kami, clotrimazole tidak sebaik miconazole karena sering menyebabkan iritasi) atau fluconazole bubuk sampai mencapai konsentrasi akhir 2% dapat digunakan sebagai pengganti miconazole jika tidak tersedia (apoteker mungkin perlu memesan, tetapi banyak apotek yang memilikinya sebagai persediaan). Menggunakan bentuk bubuk menjaga konsentrasi bahan antijamur (miconazole atau clotrimazole) lebih baik serta menjaga konsentrasi mupirocin dan betamethasone tetap tinggi.
- Kami sudah 10 tahun tidak menggunakan salep nystatin dalam resep kami.
- Terkadang, kami menambahkan bubuk ibuprofen sehingga tercapai konsentrasi ibuprofen 2% ketika salep racikan biasa tidak memberi perbaikan. Obat ini tidak diresepkan secara rutin karena lebih sulit mendapatkannya, dan menjadi lebih mahal karena bahan tambahan tersebut. Selain itu, jika dengan SPS biasa sudah cukup, maka menambahkan bahan lain hanya sia-sia.

Untuk menemukan apotek terdekat yang bisa meracik ramuan tersebut di Kanada dan Amerika Serikat, kunjungi <http://www.iacprx.org>. kemudian klik "**For Patients, Pet Owners**" di kotak merah pada sisi kiri halaman, kemudian klik "**Finding a Compounding Pharmacist Near You**". Anda perlu mendaftar. Untuk warga Kanada: pastikan Anda memberi spasi pada 2 set 3 karakter pada kode pos: M2K 2E1 bukan M2K2E1.

Salep diberikan tipis-tipis setelah selesai menyusui (kecuali ketika ibu menggunakan gentian violet). "Tipis-tipis" berarti puting dan areola tampak mengilap, tetapi salep tidak terlihat. Tidak perlu dibilas atau dihapus, bahkan jika apoteker Anda menyuruh Anda melakukannya. SPS dapat digunakan untuk semua jenis nyeri puting ("salep puting serbaguna"), tidak hanya untuk infeksi Candida. Gunakan salep sampai Anda terbebas dari nyeri selama beberapa hari, kemudian turunkan frekuensi pemakaian selama beberapa hari hingga Anda menghentikannya. Jika nyeri puting tidak berkurang setelah pemakaian selama 3-4 hari, atau Anda perlu memakainya selama 2-3 minggu agar tetap terbebas dari nyeri, cari bantuan dan saran lain, tetapi jangan hentikan pemakaian SPS.

Jika tidak membaik ... Tambahkan:

- Gentian violet (lihat lembar informasi *Penggunaan Gentian Violet/Using Gentian Violet*). Sebenarnya, Gentian Violet dapat digunakan sejak awal bersama pemakaian SPS, tetapi sebaiknya tidak digunakan tanpa bantuan lain, karena mudah mengering dan seringkali tidak berfungsi maksimal. Gunakan sekali sehari selama empat sampai tujuh hari. Jika nyeri menghilang setelah empat hari, hentikan gentian violet. Jika membaik, tetapi nyeri belum hilang pada hari keempat, gunakan sampai tujuh hari. Hentikan setelah 7 hari apa pun hasilnya. Bukan karena penggunaannya berbahaya, tetapi jika sampai 7 hari tidak ada perbaikan, mungkin gentian violet memang tidak membantu. Jika tidak membaik sama sekali setelah empat hari, hentikan penggunaan gentian violet, teruskan pemakaian salep di atas dan cari bantuan lain. Gentian violet tersedia dalam bentuk larutan 1% dalam air. Gentian violet juga biasa dilarutkan dalam alkohol 10%, karena Gentian Violet tidak bisa larut dalam air murni. Alkohol ini bisa diabaikan, karena bayi hanya akan mendapatkan satu tetes gentian violet dalam setiap pengobatan. Beberapa apoteker akan melarutkannya dalam gliserin jika Anda menginginkannya. **Perhatian untuk Penduduk AS:** Gentian violet dengan konsentrasi 2%, yang umum ditemukan di Amerika Serikat, *tidak boleh* digunakan. Mintalah pada apoteker untuk melarutkannya menjadi 1%.

Dan/atau:

- GSE (*grapefruit seed extract*/ekstrak biji jeruk bali) dengan bahan aktif yang harus "sitrisidal", dan sebaiknya diikuti, serta digunakan bersamaan dengan SPS (Salep Puting Serbaguna). Oleskan larutan yang telah diencerkan langsung pada puting. Tidak perlu didinginkan di lemari es. Sebaiknya diberi penutup dan dapat digunakan sampai larutan habis.

Menggunakan GSE:

- Campur dengan baik 5-10 tetes dalam 30 ml air.
- Gunakan kapas untuk mengoleskan pada puting dan areola setelah selesai menyusui.
- Biarkan kering selama beberapa detik, kemudian oleskan "salep puting serbaguna".
- Jika juga menggunakan gentian violet, jangan digunakan bersamaan dengan GSE pada sesi menyusui tersebut, gunakan pada kesempatan lain setelah selesai menyusui.
- Gunakan sampai nyeri hilang, kemudian kurangi frekuensi pemakaian sampai berhenti dalam waktu satu minggu.
- Jika nyeri tidak berkurang dalam dua atau tiga hari pemakaian, tingkatkan konsentrasi dengan menambahkan 5 tetes per 30 ml air. Dapat ditambahkan sampai mencapai 25 tetes/30 ml air.
- Jika Anda mulai mengerak, mengering, atau timbul warna keputihan pada kulit payudara, ganti SPS dengan minyak zaitun murni sebanyak 1-3x/hari setelah selesai menyusui dan turunkan konsentrasi GSE tetes. Jika pengerakan tidak berkurang, hentikan penggunaan GSE tetes.
- Pakaian juga dapat dirawat dengan cara menambahkan 15-20 tetes GSE saat membilas.
- GSE dapat digunakan bersamaan dengan bentuk oralnya dan Probiotik.

Jika kondisi Anda tidak membaik dan/atau juga Anda merasakan nyeri di payudara yang tidak membaik dengan perawatan pada puting saja:

Tambahkan

- GSE oral: *Grapefruit seed extract* (**bukan** ekstrak biji anggur). Bahan aktifnya harus "sitrisidal". Gunakan dalam bentuk tablet atau kapsul, 250 mg (biasanya 2 tablet, masing-masing 125 mg) tiga sampai empat kali sehari (diminum oleh ibu). Jika lebih disukai, bentuk cair juga bisa diminum, 10 tetes dalam air, tiga kali sehari (meskipun tidak seefektif pil dan rasanya agak pahit). GSE oral dapat digunakan sebelum memakai fluconazole, sebagai pengganti fluconazole, atau sebagai tambahan fluconazole pada kasus yang resisten.

Dan/atau

- Probiotik: Acidophilus dengan bifidus (dengan FOS (frukto-oligosakarida) juga tidak apa-apa). Ibu sebaiknya meminum sebanyak 1-2 kapsul (dosis 10 milyar sel) 2-3x sehari. Probiotik sebaiknya diminum paling sedikit 1 jam sebelum atau sesudah meminum GSE oral. Bayi Anda juga sebaiknya mendapatkan Probiotik 2x/hari selama paling sedikit 7 hari (ibu dapat membasahi jarinya dengan air dan menggulirkannya di atas serbuk probiotik (pecahkan sebuah kapsul), dan biarkan bayi Anda menghisap jari Anda segera sebelum mulai menyusui).

Jika masih belum membaik sama sekali

Tambahkan:

- Fluconazole (lihat lembar informasi Fluconazole). Jika nyeri berlanjut dan kemungkinan penyebabnya adalah Candida, atau itu adalah kemungkinan yang paling besar, tambahkan fluconazole 400 mg sebagai dosis muatan, kemudian 100 mg dua kali sehari selama paling sedikit 2 minggu, **hingga ibu mengalami bebas nyeri selama 1 minggu. Lama penggunaan fluconazole bukan dua minggu.** Penggunaan salep puting sebaiknya dilanjutkan dan Gentian Violet dapat diulang penggunaannya. Fluconazole sebaiknya tidak digunakan sebagai pengobatan lini pertama, terutama jika Anda mengalami nyeri pada puting. Gunakan bersamaan dengan salep di atas dan pengobatan oral, jangan digunakan sendirian. Fluconazole membutuhkan waktu tiga atau empat hari untuk mulai bekerja, meskipun kadang-kadang, pada kondisi tertentu, membutuhkan 10 hari untuk mulai bekerja. Jika Anda tidak mengalami perbaikan sama sekali setelah 10 hari, maka kemungkinan besar ini tidak akan berguna, dan Anda sebaiknya menghentikan pemakaiannya. **Pengobatan Lain:** untuk nyeri payudara yang sangat parah, ibuprofen 400 mg setiap empat jam dapat digunakan hingga terapi definitif mulai bekerja (dosis harian maksimum adalah 2400 mg/hari).

Pertanyaan? Pertama-tama kunjungi laman nbc.ca atau 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** (atau **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. jika Anda kesulitan mengirim email atau mendapat akses internet, hubungi (416) 498-0002.

Written and revised (under other names) by Jack Newman, MD, FRCPC 1995-2005

Revised by Jack Newman MD, FRCPC, IBCLC and Edith Kernerman IBCLC, 2008, 2009

