


## Salep Puting Serbaguna (SPS)



 Salep puting ini disebut “serbaguna” karena mengandung bahan-bahan yang membantu mengatasi berbagai penyebab lecet puting. Istilah “pengobatan yang baik” adalah sebutan untuk tindakan tunggal yang “tepat” untuk masalah yang “tepat”, namun para ibu dengan puting yang lecet tidak punya waktu untuk mencoba-coba berbagai tindakan yang belum tentu berhasil atau tidak. Salep ini adalah kombinasi beberapa jenis pengobatan. Tentunya, tindakan pencegahan terbaik adalah mencegah supaya puting tidak lecet dengan memperbaiki cara bayi melekat pada payudara. Cara ini dapat mengurangi bahkan menghindarkan ibu dari lecet puting, jauh lebih baik dari tindakan dan pengobatan apapun. (Lihat lembar informasi Saat Melekat (*When Latching*), Puting Lecet (*Sore Nipples*) dan video klip di website nbc.ca)

Kandungan Salep Puting Serbaguna (SPS):

### 1. Salep Mupirocin 2%

Mupirocin (nama dagang Bactroban) adalah antibiotik yang efektif terhadap banyak bakteri, khususnya *Staphylococcus Aureus*, termasuk MRSA (Methicillin Resistan *Staphylococcus Aureus*, jenis *Staphylococcus Aureus* kebal Methicillin). *Staphylococcus Aureus* umumnya ditemukan berkembang biak pada luka lecet atau retakan puting dan terkadang menjadi penyebab puting lecet atau retak menjadi lebih parah. Yang menarik, Mupirocin jelas-jelas mempunyai beberapa efek melawan *Candida Albicans* (yang sering disebut—meski kurang tepat—dengan infeksi jamur). Pengobatan puting lecet dengan menggunakan antibiotika saja kadang cukup berhasil, tapi menurut kami antibiotik bekerja paling baik dalam kombinasi yang akan didiskusikan di bawah ini. Meskipun Mupirocin dapat diserap tubuh dengan cara diminum, namun dimetabolisme dalam tubuh dengan sangat cepat sehingga Mupirocin akan habis lebih dulu sebelum dapat diukur kadarnya dalam darah. Dalam bentuk salep, umumnya sebagian besar melekat di kulit sehingga sangat sedikit yang dapat terbawa oleh bayi dan aman seandainya sampai tertelan oleh bayi.

### 2. Salep Betamethasone 0,1%

Betamethasone adalah kortikosteroid, yang seperti semua kortikosteroid, salep ini sifatnya mengurangi radang (inflamasi). Sebagian besar ibu merasa sakit ketika putingnya yang lecet mulai meradang. Puting dan areola yang kemerahan adalah beberapa tanda peradangan. SPS mengurangi radang dan rasa sakit yang dialami ibu. Sebagian besar Betamethasone dalam bentuk salep diserap kulit ibu, sehingga bayi hanya terpapar sangat sedikit.

### 3. Miconazole bubuk dengan kadar konsentrat akhir 2%

Miconazole adalah bahan anti jamur. Sangat efektif terhadap *Candida Albicans*. Menurut kami kadar Miconazole 2% sudah cukup baik, tapi terkadang apoteker menambahkan bubuk ke dalam 2 bahan tersebut sehingga merubah kadar Miconazole menjadi 3% bahkan 4% atau menguranginya hingga di bawah 2%. Menurut kami kadar 2% adalah kadar konsentrasi terbaik untuk sebagian besar kasus. Fluconazole bubuk 2% dapat menggantikan Miconazole, begitu pula Clotrimazole bubuk 2%. Tapi menurut kami Clotrimazole (Canesten) memiliki efek iritasi lebih besar dari obat sejenis dalam golongan obat yang sama. Miconazole krim atau jeli tidak dapat menggantikan Miconazole bubuk karena komponen krim atau jeli biasanya memisah. Jika Anda tinggal di tempat-tempat yang cukup sulit mendapatkan Miconazole atau obat yang disebut tadi (Fluconazole, Clotrimazole) dalam bentuk bubuk untuk dicampur dalam SPS, lebih baik gunakan hanya campuran Mupirocin salep dan Betamethasone salep saja daripada menambahkan krim atau jeli atau salep nystatin.

Dengan menggunakan jenis bubuk, kadar konsentrasi dua bahan lainnya tidak akan berkurang sebagaimana menggunakan salep lain sebagai bahan anti jamur, misalnya salep nystatin. Dengan menggunakan salep lain (misalnya salep nystatin) untuk persiapan membuat SPS, kadar Betamethasone menjadi 0,05% (karena dikombinasikan dengan Mupirocin) dan kadar Mupirocin turun menjadi 1%. Harap dicatat bahwa penggunaan salep nystatin mengurangi kadar konsentrasi bahan-bahan lain, mempunyai efek jauh dibawah Miconazole dan rasanya tidak enak.

Resep yang saya buat adalah sebagai berikut:

1. Mupirocin salep 2% : 15 gram
2. Betamethasone salep 0.1% : 15 gram
3. Dapat ditambahkan Miconazole bubuk hingga kadarnya 2%

Total: sekitar 30 gram setelah dikombinasikan

Oles tipis setiap habis menyusui. Jangan dicuci atau diseka.

## TANPA PENGGANTI

Usahakan membeli resep ini di apotik yang khusus meracik obat sehingga Anda dapat memperoleh Miconazole bubuk.

**Anda dapat mencari daftar apotik yang khusus meracik di Kanada dan AS dan mungkin beberapa negara lain dengan masuk ke situs [iacprx.org](http://iacprx.org). Klik “For Patients, Pet Owners” di kotak merah sebelah kiri halaman, lalu klik “Finding a Compounding Pharmacist Near You”. Anda harus mendaftar lalu Anda dapat menemukan apotik terdekat. Untuk penduduk Kanada: pastikan Anda mengetikkan spasi di antara dua set 3 huruf di kode pos: M2K 2E1, bukan M2K2E1.**

## Bagaimana cara pemakaian salep?

1. Oles tipis setiap habis menyusui. Oles tipis artinya dioleskan secukupnya hingga puting dan areola tampak mengkilap karena salepnya.
2. Jangan dicuci atau diseka, meski bayi kembali menyusu lebih awal dari biasanya.

## Berapa lama salep ini boleh digunakan?

Meskipun rasa sakitnya belum hilang, biasanya salep ini hanya digunakan selama 2 minggu, karena para ibu merasa lebih baik, walaupun rasa nyeri belum hilang. Sehingga mereka berpikir harus menghentikan penggunaan salep. Rupanya apoteker biasanya menginformasikan sebelumnya bahwa steroid dalam salep akan menyebabkan penipisan kulit. Steroid jenis apapun akan demikian jika dioleskan langsung pada kulit, tapi berdasarkan pengalaman kami penipisan kulit tidak terjadi pada penggunaan SPS ini dan banyak ibu yang menggunakannya selama berbulan-bulan.

Namun, obat apapun, baik dikonsumsi lewat mulut, dioleskan pada kulit atau cara-cara yang lain, sebaiknya digunakan seperlunya dan dalam jangka waktu sesingkat mungkin. Begitu pula dengan salep ini. Tidak masalah menggunakan salep ini selama 2-3 minggu atau lebih. Yang harus diperhatikan adalah jika Anda telah menghentikan penggunaannya namun 2-3 minggu kemudian rasa sakitnya kembali dan Anda merasa membutuhkan salep ini kembali. Sebaiknya Anda perlu mencari bantuan untuk mencari akar permasalahannya, misalnya memperbaiki cara menyusui. Sekali lagi, cara terbaik untuk mengurangi nyeri puting adalah menemukan posisi pelekatan terbaik bagi Anda dan bayi. Selain kami, banyak yang mengajarkan berbagai metode pelekatan. Namun berdasarkan pengalaman dan umpan balik dari para ibu, kami mempunyai metode yang efektif dan sukses. Silahkan lihat lembar informasi Saat Melekat/*When Latching*, dan lihat video klip di situs [nbc.ca](http://nbc.ca).

***Jika anda memiliki pertanyaan yang belum dibahas di atas, janganlah langsung memutuskan untuk berhenti menyusui. Jangan berhenti, dan 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** (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](http://www.nbc.ca). jika Anda kesulitan mengirim email atau mendapat akses internet, hubungi (416) 498-0002.

Salep Puting Serbaguna, 2009©