

Toksin dan Pemberian Makan pada Bayi



Pertanyaan mengenai toksin dalam ASI terdapat dalam lembar informasi pasien, karena isu ini muncul secara rutin setiap beberapa bulan di media. Hal ini membuat banyak ibu hamil takut untuk menyusui bayinya, dan banyak ibu yang sudah menyusui memutuskan untuk berhenti. Para jurnalis sepertinya tidak mengerti bagaimana cara mengatasi isu ini dengan baik. Beberapa diantara mereka mungkin memiliki motif tersembunyi (“bayiku tidak menyusu dan dia baik-baik saja”), sehingga mencari jalan untuk kembali kepada pendukung menyusui dan membenarkan “pilihan makanan bayi” mereka. Tentu saja hal ini tidak profesional, tapi hal itu tidak menghentikan mereka. Sedang yang lainnya hanya mencoba untuk mengeluarkan berita ini, tetapi seringkali tanpa pemahaman atas apa yang mereka lakukan. Mereka tidak mengerti, misalnya, bahwa dengan membicarakan toksin dalam ASI dan memberikan pertimbangan bahwa susu formula adalah sebuah alternatif yang hampir sempurna, mereka telah membuat ajakan menentang menyusui.

Mengapa ada begitu banyak penelitian-penelitian yang mempelajari adanya toksin dalam ASI? Ada kesan bahwa ada kepanikan mengenai kedudukan ASI di dunia modern, bahwa ASI begitu tercemar sehingga setiap orang berupaya untuk mempelajarinya. Namun, alasan mengapa ASI begitu sering dipelajari adalah karena ASI tersedia dengan mudah, dan merupakan sampel cairan manusia yang mudah didapat. Itulah alasan yang sebenarnya, bukan karena para ilmuwan khawatir dengan apa yang terkandung dalam ASI. Kita perlu mengkhawatirkan semua cairan tubuh kita karena banyaknya cemaran yang sudah kita ciptakan di bumi.

Apakah Susu Formula Hampir Menyerupai ASI?

Pertanyaan ini harus dipertimbangkan ketika mencoba untuk memahami isu tentang toksin dalam ASI dan jawabannya adalah tidak, susu formula tidaklah hampir menyerupai ASI, dan tidak dalam penggunaan yang lama. Hanya karena setiap beberapa tahun perusahaan susu formula menambahkan sesuatu pada formula mereka, yang kita ketahui sudah terdapat pada ASI selama bertahun-tahun tapi para produsen menyangkal manfaatnya, bukan berarti bahwa formula yang “baru dan lebih baik” tersebut menyerupai ASI. Dalam beberapa kasus, susu formula tersebut memang lebih baik, tapi ingat, mereka dulu juga mengatakan kepada kita “hampir menyerupai ASI” sebelum versi susu formula tersebut “baru dan lebih baik”. Hal ini benar, contohnya, pada asam lemak tak jenuh ganda rantai panjang (DHA dan AA) yang seharusnya dapat membuat bayi Anda lebih cerdas (salah satu perusahaan bahkan menyebut formulanya A+, padahal paling bagus hanya pantas disebut C-). Selama bertahun-tahun kita tahu bagaimana pentingnya lemak-lemak tersebut, tapi selama bertahun-tahun (sebelum mereka menambakkannya pada formula, tentunya), para produsen tersebut, dikuatkan oleh banyak ahli kesehatan, terus mengatakan bahwa itu bukan masalah, dan bahwa tidak ada bukti lemak-lemak tersebut penting (masih disebutkan dalam pernyataan Masyarakat Pediatri Kanada tahun 1995 tentang kebutuhan nutrisi bayi prematur). Siklus mengenai “susu kami menyerupai ASI” diikuti dengan “sekarang kami telah menambahkan x ke dalam susu kami, sehingga semakin menyerupai ASI” telah berlangsung sejak abad ke-19.

Faktanya adalah sebagai berikut :

- Menambahkan sesuatu pada formula, bahkan dengan jumlah yang sama seperti yang terdapat pada ASI, tidak berarti bayi akan mendapatkan jumlah yang dia butuhkan, atau jenis yang paling tepat yang dia butuhkan. Contoh tentang zat besi dapat membantu kita memahami hal ini. ASI mengandung cukup zat besi (ditambah dengan sediaan yang dimiliki bayi selama masa kehamilan) untuk menjaga bayi dari kekurangan zat besi selama minimal 6 bulan. Untuk menjaga kecukupan zat besi pada bayi yang diberi susu formula, susu formula perlu mengandung zat besi setidaknya 6 kali lebih banyak dari ASI, karena zat besi pada susu formula tidak dapat diserap dengan baik oleh pencernaan bayi seperti halnya zat besi pada ASI.

- Masih ada ratusan komponen ASI yang belum ditambahkan pada susu formula.
- Kandungan ASI bervariasi, dari pagi ke malam, dari hari ke hari, dari awal sesi menyusui hingga akhir, dari hari pertama, hari ke-4, hari-ke 10, sampai hari ke-100. Jadi, tidak ada yang bisa kita lakukan untuk mengetahui apa yang *benar-benar* terkandung dalam ASI. Artinya, tidak mungkin menduplikasi ASI karena tidak adanya ASI *standar*. Faktanya, karena setiap wanita memproduksi ASI yang berbeda, pengertian dari standar ASI menjadi tidak jelas. ASI adalah cairan hidup yang dinamis. Sedangkan formula adalah sup kimia.

Jadi apa arti dari semua ini?

Artinya, kita harus memandang susu formula adalah obat, dimana, jika seseorang berpikir tentangnya, itulah susu formula. Susu formula menggantikan cairan normal (ASI), dan sama sekali tidak benar-benar seperti cairan yang digantikannya. Efek samping dari susu formula sudah diketahui, dalam jangka waktu pendek, menengah dan jangka panjang, beberapa cukup serius dan berakibat permanen. Susu formula dalam beberapa kasus mungkin diperlukan, tapi begitu juga halnya dengan obat. Dalam kasus yang sangat jarang, susu formula dapat menyelamatkan jiwa, begitu juga halnya dengan obat lain.

Obat, seperti yang dikatakan oleh profesor farmakologi saya pada kami di sekolah kedokteran, adalah racun atau toksin dengan efek samping yang menguntungkan. Ada banyak hikmah dalam pernyataan tersebut. Sehingga, ketika seorang ibu memutuskan untuk memberi makan bayinya dengan susu buatan daripada dengan menyusui, artinya dia tidak keberatan memberikan toksin kepada bayinya.

Sebenarnya, menakutkan betapa besarnya toleransi kita terhadap formula. Dalam artikel atau program televisi yang mengabarkan kita tentang toksin di dalam ASI, tidak ada yang pernah saya baca atau dengar, juga membicarakan mengenai toksin di dalam susu formula. Padahal, **toksin ada dalam susu formula**. Mengapa, ketika semua hal di bumi ini tercemar, termasuk Arctic yang jauh dari jangkauan, tapi tidak demikian dengan formula? Formula penuh dengan logam berat, termasuk timah contohnya, dalam jumlah jauh lebih tinggi daripada dalam ASI. Dan apakah pestisida tidak terdapat dalam formula? Bagaimanapun, sapi-sapi makan rumput di peternakan dimana mereka menyemprotkan pestisida ke ladang mereka. Dan kedelai juga tumbuh di sana. Menariknya, Anda tidak pernah membaca mengenai ini di surat kabar.

Tapi Bukankah Toksin Tidak Baik?

Ya, toksin bukanlah hal yang baik, dan menyusui dapat membantu menghilangkan efek-efek buruknya.

Di bawah ini terdapat beberapa fakta :

- **Toksin meningkatkan resiko berkembangnya beberapa jenis kanker.** Benar, dan bukti menunjukkan bahwa bayi yang menyusui memiliki tingkat resiko yang lebih rendah terhadap beberapa jenis kanker, dibandingkan dengan mereka yang diberi makanan buatan.
- **Toksin dapat mempengaruhi fungsi neurologi dan kemampuan belajar.** Benar, dan bukti menunjukkan anak-anak yang dulunya disusui dapat mengerjakan tes neurologis dan kecerdasan dengan lebih baik dibandingkan dengan anak-anak yang diberi makanan buatan, dan semakin lama disusui, hasilnya semakin baik.
- **Toksin dapat mempengaruhi imunitas.** Benar, dan bukti menunjukkan bahwa bayi yang disusui memiliki imunitas yang lebih baik dan lebih matang dibandingkan dengan bayi yang diberikan makanan buatan, dan imunitas yang baik ini terus ada jauh lebih lama dari lamanya bayi

atau anak ini disusui.

Apa Yang Seharusnya Anda Lakukan?

Bila Anda menyusui bayi Anda, maka Anda telah melakukan yang terbaik untuknya, dan juga untuk dunia, untuk dalam hal ini. Menyusui sangatlah ramah lingkungan. Memberi makan dengan formula dapat mencemari lingkungan. Kenyataan bahwa ada polutan dalam ASI bisa disamakan dengan situasi burung kenari di dalam tambang batu bara. Kita seharusnya khawatir terhadap apa yang telah kita lakukan terhadap bumi kita, tapi hal ini harusnya tidak membuat kita mendorong para ibu untuk memberikan anaknya makanan buatan.

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.

Toksin dan Pemberian Makan pada Bayi, 2009©

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

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