



S&J Laktasi

Ruangan S&J Laktasi mengalu-alukan kiriman surat daripada para pembaca. Sekiranya anda ada sebarang pertanyaan berkaitan penyusuan bayi, hantarkannya ke: Ruangan Laktasi, Majalah Pa&Ma, Kumpulan Karangkraf Sdn. Bhd., Lot 2, Jalan Sepana 15/3, Seksyen 15, 40200, Shah Alam, Selangor. Dapatkan borang penyertaan di muka surat 140-141.

Kelolaan intan.jastina@karangkraf.com.my



Setiap soalan yang tersiar akan menerima bawcer istimewa daripada www.mamaparadise.com

Mama Paradise
www.mamaparadise.com

Penyusuan menerusi botol

S Kini, hampir sembilan bulan saya menyusukan anak secara eksklusif. Namun, saya akan kembali bekerja tidak lama lagi. Sejak sebulan lalu, saya melatih anak saya menyusu menggunakan botol. Namun dia menolak. Saya telah mencuba pelbagai jenama, jenis dan bentuk puting susu tetapi masih gagal. Apa yang patut saya lakukan?

Lyenn

Seremban, Negeri Sembilan

J Sering kali masalah ini merisaukan ibu yang akan kembali bekerja. Tetapi ketahuilah! Cabaran ini boleh diatasi jika anda mendapat bimbingan yang betul berkenaan cara untuk memberikan botol kepada bayi. Setiap perkara yang baru perlukan latihan dan dalam hal ini anda tidak terkecuali.

Menurut kajian pakar laktasi di Amerika Syarikat, masa yang paling sesuai untuk memperkenalkan botol pertama kepada bayi adalah ketika dia berumur antara empat hingga enam minggu. Ini dapat memastikan penghasilan susu anda sudah pun stabil dan seterusnya dapat mengurangkan risiko bayi keliru puting. Menunggu terlalu lama sebelum memperkenalkan botol pertama kepada bayi boleh menyebabkan dia lebih gemar menyusu menerusi payu dara dan berkemungkinan menolak botol sama sekali.

Dalam pada itu, pastikan apabila bayi sudah boleh menerima botol, jangan pula ia dijadikan amalan. Gunakan botol hanya apabila anda terpaksa berpisah dengan bayi! Bila bersama bayi, anda perlu menyusukannya terus dari payu dara. Anda tidak

seharusnya memberikan botol sebagai satu tabiat harian jika anda tidak selalu berpisah dengan bayi kerana ia akan mempengaruhi penghasilan susu. Walau bagaimanapun, untuk memastikan bahawa bayi anda tidak lupa dan dapat terus menerima botol anda dinasihatkan untuk memberikannya botol sekurang-kurangnya satu atau dua kali dalam seminggu. Contohnya, jika anda sedang bercuti panjang.

Anda juga dinasihatkan untuk menggunakan puting yang alirannya perlahan supaya walau berapa pun usianya, dia tetap harus berusaha apabila menyusu dari botol. Botol yang mempunyai leher lebar (*wide neck*) dikatakan paling sesuai untuk bayi yang menyusu badan. Antara tip yang dapat dikongsi ialah:

- * Gunakan puting jenis silikon dan bukannya lateks kerana bayi mungkin tidak suka pada rasa atau baunya.
- * Seelok-eloknya alirkan air suam pada puting sebelum memberikannya kepada bayi.
- * Pastikan susu tidak terlalu panas atau terlalu sejuk.
- * Anda digalakkan untuk banyak bergerak apabila memberikan botol kepada bayi. Ini dapat mengalihkan perhatiannya.
- * Posisi yang disyorkan apabila anda cuba untuk memberikannya botol adalah menghalakan bayi ke hadapan dengan belakangnya di depan dada anda dan bukan posisi *cradle* yang biasa.

* Anda tidak seharusnya menyumbat puting ke dalam mulutnya, sebaliknya membiarkannya menarik puting itu sendiri ke dalam mulutnya

* Biasanya bayi akan lebih mudah menerima botol apabila mereka separa sedar. Contohnya, ketika baru bangun tidur atau hendak tidur.

Paling penting! Jangan memaksa bayi kerana ini akan menyebabkan dia menolak botol sama sekali. Anda perlu banyak bersabar dan jangan berputus asa kerana ini memerlukan banyak latihan. Sebagai panduan, jangan memberi botol lebih daripada 10 minit setiap masa. Jika bayi marah dan menangis, anda harus berhenti dan cuba lagi di lain masa.

Ketahuilah! Jika bayi menolak botol sama sekali anda boleh menggunakan kaedah lain seperti menggunakan sudu, cawan, picagari atau *finger feeder* (meletakkan tiub halus di jari anda). Selamat mencuba! 🍼



Semua soalan akan dijawab oleh RITA

RAHAYU OMAR,
Kaunselor Laktasi.

Mom'slittleones merupakan pusat sehati untuk anda dapatkan pelbagai produk penjagaan bayi dan ibu; rangkaian pakaian ibu menyusu; aksesori penyusuan ibu dan banyak lagi.

Tel: 013-3639567

www.momslittleones.com

MOM'SLITTLEONES
Caring for you and your lil's ones...