

Susu ibu kurangkan kematian bayi

Langkah ke arah usaha mengurangkan permasalahan kekurangan zat dalam kalangan kanak-kanak serata dunia

PENYUSUAN ibu adalah kaedah terbaik bagi memastikan bayi memperoleh zat yang diperlukan memandangkan susu ibu amat tinggi khasiatnya.

Menurut Pakar dan Pensyarah Perubatan Kanan Obstetrik dan Ginekologi, Universiti Putra Malaysia (UPM), **Dr. Maiza Tusimin**, kajian juga menunjukkan penyusuan susu ibu berupaya mengekalkan tahap kesihatan kanak-kanak sehingga dewasa.

Oleh yang demikian penyusuan susu ibu jelasnya, harus diterapkan sebagai langkah pertama ke arah usaha mengurangkan masalah kekurangan zat dalam kalangan kanak-kanak serata dunia.

"Pertubuhan Kesihatan Sedunia (WHO) menganggarkan kadar kematian kanak-kanak kurang dari usia lima tahun di seluruh dunia akan dapat dikurangkan sebanyak 13 hingga 20 peratus, sekiranya penyusuan susu ibu diamalkan secara eksklusif (iaitu tiada makanan atau minuman tambahan,

puting dan sebagainya) untuk tempoh enam bulan pertama dan diteruskan sehingga ke usia dua tahun atau lebih.

"Amalan penyusuan susu ibu eksklusif sebegini kemudiannya diikuti dengan pengenalan makanan tambahan bermula dari usia enam bulan," katanya.

Jelas Dr. Maiza, rakyat Malaysia amat bertuah kerana kesedaran tentang kepentingan penyusuan susu ibu telah lama bertapak.

Masyarakat umum telah mula menerima konsep penyusuan susu ibu setelah mereka menyedari tentang pelbagai manfaat yang diperoleh daripada penyusuan susu ibu, khususnya terhadap ibu tersebut dan bayinya.

"Malangnya kerana kurangnya sokongan daripada pelbagai pihak dan agensi, kebanyakan ibu yang berjaya mengamalkan penyusuan susu ibu eksklusif pada tiga bulan pertama gagal meneruskan amalan tersebut apabila mereka kembali bekerja," jelas Dr. Maiza yang juga merangkap Timbalan Pengarah Program Jawatankuasa Program Sambutan Minggu Penyusuan Susu Ibu.

Kata Dr. Maiza, pada tempoh kritikal sebegini, sokongan daripada pelbagai pihak, agensi dan komuniti amatlah penting.

Sistem sokongan terhadap amalan penyusuan susu ibu secara berterusan jelasnya, boleh didapati dalam pelbagai kaedah.

Ia sama ada secara tradisional iaitu melalui ahli keluarga atau kaedah yang lebih moden iaitu menerusi kakitangan kesihatan terlatih, pakar perunding laktasi, ketua komuniti, mahupun daripada kenalan yang juga merupakan para ibu atau bapa yang berjaya dalam penyusuan susu ibu.

"Kunci kepada kejayaan amalan penyusuan susu ibu adalah memastikan wujudnya sistem sokongan secara berterusan hari ke hari buat para ibu yang menyusu dalam lingkungan kediaman dan komuniti mereka," katanya.

Promosi secara menyeluruh

Dalam usaha untuk mempromosikan penyusuan susu ibu secara menyeluruh, Minggu Penyusuan Susu Ibu Sedunia disambut setiap tahun pada 1 hingga 7 Ogos.

Minggu Penyusuan Susu Ibu Sedunia adalah kempen sejagat yang menjadi wadah bagi kumpulan atau pertubuhan serata dunia untuk mengambil inisiatif meningkatkan kesedaran umum mengenai penyusuan susu ibu di samping meraih sokongan terhadap penyusuan

Pertubuhan Kesihatan Sedunia (WHO) menganggarkan kadar kematian kanak-kanak kurang dari usia lima tahun di seluruh dunia akan dapat dikurangkan sebanyak 13 hingga 20 peratus

susu ibu.

Lebih 170 buah negara di dunia mengambil bahagian dalam sambutan Minggu Penyusuan Susu Ibu Sedunia ini termasuk Malaysia.

Bersempena dengan sambutan minggu tersebut, Persatuan Kesihatan Ibu dan Perinatal Malaysia (MAMANEH 2000) telah berkolaborasi dengan Jabatan Obstetrik dan Ginekologi (O&G) UPM serta Muslimah Interest Zone and Networking (MIZAN), menganjurkan Program Sambutan Minggu Penyusuan Ibu 2013, bertemakan *Sokongan Penyusuan Susu Ibu, Sentiasa Dekat Denganmu Ibu*.

Kempen ini adalah satu usaha murni dan komitmen bagi menyokong usaha kerajaan untuk mengurangkan kadar kematian kanak-kanak di bawah usia lima tahun sejajar dengan Millenium Developmental Goal 4 (MDG 4).

Program ini diharapkan dapat meningkatkan kesedaran umum tentang kepentingan penyusuan susu ibu seterusnya mempergiatkan usaha promosi dan menguar-uarkan sumber sokongan penyusuan susu ibu.

Kempen itu yang dijalankan pada 21 Julai lalu di Putrajaya menasaskan golongan masyarakat umum. Kempen ini dilancarkan pada bulan Ramadan sebagai tanda sokongan kepada para ibu yang menyusukan bayi di bulan yang mulia ini.

Antara objektif kempen adalah untuk meningkatkan kesedaran umum khususnya pasangan muda mengenai kepentingan penyusuan ibu, memberikan motivasi dan garis panduan untuk penyusuan ibu yang sejahtera serta menyediakan platform untuk perkongsian pengalaman para ibu yang berjaya dalam penyusuan bayi mereka.



DR. MAIZA TUSIMIN



PENYUSUAN susu ibu mengurangkan masalah kekurangan zat makanan pada bayi. - Gambar hiasan



Kebaikan penyusuan susu ibu

- Kandungan protein dalam susu ibu mudah dihadam serta komponen pertahanan badan semulajadi yang melindungi bayi daripada ancaman penyakit serta infeksi.
- Kolostrum, iaitu susu yang dihasilkan sewaktu kelahiran atau susu awal bayi bukan sahaja padat dengan zat, malah kaya dengan antibodi yang berupaya melindungi bayi daripada ancaman bakteria dan virus pembawa penyakit.
- Individu yang membesar dengan penyusuan susu ibu didapati mempunyai tekanan darah yang terkawal dan rendah paras kolesterol. Mereka juga didapati kurang berkemungkinan untuk mengalami masalah berat badan berlebihan serta Diabetes Mellitus jenis 2.
- Beberapa data mengesyorkan bahawa individu yang telah diberi susu ibu menunjukkan prestasi yang lebih baik dalam ujian kecerdasan minda.
- Penyusuan susu ibu adalah benar-benar menjimatkan kos bahkan merupakan zat pemakanan yang unggul untuk anak-anak.