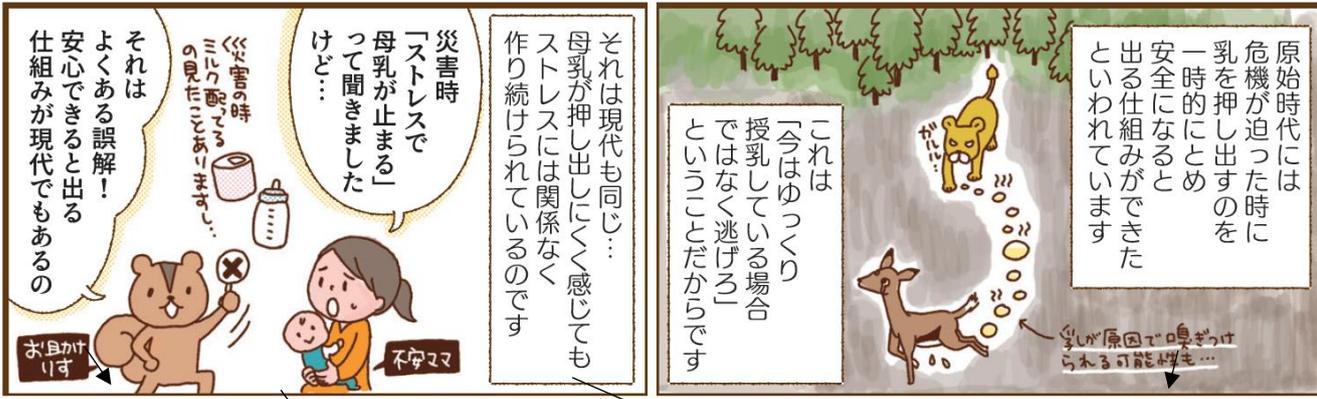


Pemberian Makan Bayi di Situasi Darurat: Apa yang sebaiknya Ibu lakukan?

どうする?? 災害時の 赤ちゃんの栄養



① 原始時代には危機が迫った時に乳を押し出すのを一時的にとめ安全になると出る仕組みができたといわれています

② 危険な状況で乳を押し出す原因で乳が止まる可能性があります

③ これは授乳している場合ではなく逃げろということだからです

④ これは現代も同じ... 母乳が押し出しにくく感じて母乳が止まるという感覚は関係なく作り続けられています

⑤ 災害時「ストレスで母乳が止まる」と聞いてきました

それはよくある誤解! 安心してできる仕組みが現代でもあるの

RISU (tupai) yang penolong "Itu adalah kesalahpahaman yang umum! Kita tahu bahwa ASI akan mengalir kembali ketika Ibu merasa aman."

Ibu yang sedang dilanda kekhawatiran: "Saya mendengar bahwa dalam situasi darurat / bahaya, stress dapat menyebabkan produksi ASI saya kering." "Dan saya melihat susu formula bayi didistribusikan selama situasi darurat."

Dalam situasi tertekan, aliran ASI bisa saja tidak mengalir dengan mudah, namun tetap diproduksi oleh tubuh Ibu..

Dalam situasi bahaya, bukan saatnya untuk duduk & menyusui, namun saatnya untuk menyelamatkan diri!

Aliran ASI diatur oleh beberapa hormon, dan dapat dipengaruhi bila ada ancaman / bahaya, namun aliran ASI tersebut dapat kembali normal bila lingkungan kembali aman. Grrr (Bayangkan bila tetesan ASI dapat menolong predator menangkap mangsanya!)



① だから「ここは安心」と思えるような場所をとつても大事な

② 災害時の状況だと授乳回数が減りがちになって...

③ FIL (Feedback Inhibitor of Lactation): Mekanisme untuk menekan dan mengatur produksi ASI "Kita tidak menggunakan ASI dengan banyak saat ini. Haruskah kita mengurangi produksi ASI?" Prolaktin: Hormon untuk memproduksi ASI "Saya telah memproduksi sejumlah ASI, tapi perlukah kita mengurangnya saat ini?" Oksitosin: Hormon untuk mengeluarkan ASI (sensitif terhadap stress) "Mari istirahat dulu untuk saat ini..."

④ 授乳回数が減ったりここでミルクをあげると作られる量が減ってきます

⑤ 母乳中の免疫物質は災害時に心配な感染症から赤ちゃんを守ってくれる

⑥ "ASI mengandung banyak faktor kekebalan tubuh yang melindungi bayi dari berbagai jenis infeksi, terutama di situasi darurat."

⑦ 赤ちゃんは落ちつくために夜の授乳もあるからできれば家族専用のスペースがいいよね

Perindungan dari Norovirus, Salmonella, E. coli, Campylobacter, Rotavirus, virus Influenza

"Hal ini menimbulkan kesalahpahaman bahwa stress menghentikan produksi ASI."

"Apabila frekuensi menyusui menurun atau susu formula bayi ditambahkan saat situasi seperti ini, jumlah produksi ASI dapat menurun."

Ibu "Tapi kita mungkin cenderung menyusui bayi kita lebih jarang di situasi darurat atau bencana..."

RISU "Oleh karena itu, sangatlah penting untuk mempersiapkan tempat yang aman bagi Ibu (menyusui) di situasi darurat." Layer, ruang terpisah, tenda, ruangan pribadi. Sebuah lingkungan yang aman!



① RISU "Beberapa Ibu melaporkan bahwa mereka memproduksi lebih banyak ASI dari biasanya ketika mereka menyusui lebih sering."

② Satu sendok teh ASI mengandung 3 juta sel pembunuh kuman! (susu formula bayi vs ASI). Ibu "Maka Saya pikir saya bisa mencoba untuk menyusui lebih sering...."

③ (Catatan RISU: "Kita sedang membicarakan tentang melindungi hak Ibu untuk menyusui, bukan mengatakan bahwa semua Ibu harus menyusui.")

④ "Oleh karena itu, adalah hal yang penting bagi Ibu menyusui untuk memiliki lingkungan yang aman yang mengizinkannya untuk fokus menyusui."

⑤ "Tentu saja lingkungan yang aman juga penting bagi bayi yang mengonsumsi susu formula."

⑥ "ASI masih dapat diproduksi bahkan bila Ibu tidak makan dengan banyak. Namun kita menginginkan Ibu mendapatkan makanan / nutrisi yang cukup / banyak demi kesehatan Ibu sendiri." Ibu "Saya makan dan memproduksi ASI untuk bayi saya!"

⑦ "Karena menyusui dapat menenangkan bayi, dan Ibu perlu untuk menyusui di malam hari, adalah hal yang baik untuk memiliki lingkungan yang ramah keluarga."



⑦ “Setelah itu, selalu buang setiap sisa ASI / susu formula!”
 Segera buang sisa ASI / susu formula karena bakteri akan tumbuh / berkembang!”

⑥ Dudukkan bayi dengan tegak di pangkuan. Pilih tempat yang tenang, jangan terlalu terang! Pegang cup kecil berisi ASI / susu formula, dekatkan ke bibir bayi. Cup menempel dengan lembut ke bibir bayi bagian bawah, dan ujung cup menyentuh bibir bayi bagian atas. Miringkan cup sehingga ASI / susu formula mengalir dan mencapai bibir bayi. Kemudian bayi mulai menjilat ASI / susu formula. Coba berlatih di rumah seandainya terjadi situasi darurat.

⑤ RISU “Apabila Ibu tidak memiliki botol bayi yang steril, Ibu dapat menggunakan an cup / gelas /cangkir.” (Setumpuk cup/gelas kertas dapat mudah disimpan!)
Kocok dengan baik.

④ [Susu formula cair yang siap untuk langsung diberikan] Harus disimpan di suhu ruang, yang berkisar dari 15°C hingga 25°C. (Mengacu pada petunjuk pembuatan dari pabrik.)
Kocok dengan baik.

③ [Susu formula bubuk] Aduk/campur dengan air dengan suhu di atas 70°C. (Penting untuk membunuh bakteri di dalam susu bubuk!!) Dinginkan hingga ke suhu pemberian (suhu tubuh). Catatan – Susu formula Hypo-allergenic hanya tersedia dalam bentuk bubuk.

② **Cuci tangan. Gunakan wadah yang steril.**

① RISU “Bagi para Ibu yang memberikan susu formula, manajemen kebersihan / higienitas dengan seksama dan menyeluruh itu penting!”



⑤ Ibu “Hal tersebut dapat melindungi bayi baik yang disusui maupun yang diberi susu formula bayi.”

RISU “Dengarkan para orang tua terlebih dahulu sebelum memberikan saran, sehingga mereka dapat melanjutkan merawat anak-anak mereka dengan cara mereka sendiri.”

④ [Standar Internasional] Kode Internasional WHO / Panduan Operasional Pemberian Makan Bayi saat situasi Darurat
 Lakukan Penilaian berdasarkan kebutuhan individual dan pendistribusian susu formula bayi hanya kepada yang membutuhkannya. TIDAK mendistribusikan susu formula bayi tanpa penilaian selama bencana. TIDAK memberikan sampel susu formula bayi di situasi bukan darurat.

③ “Setiap orang perlu bersimpati pada Ibu yang memiliki bayi. Para pihak pendukung perlu memikirkan bagaimana cara menolong Ibu untuk merawat anak-anak mereka dengan cara yang sama seperti yang mereka lakukan sebelum situasi darurat.”

RISU “Apakah Ibu memberikan susu formula atau menyusui, Ibu telah bekerja keras merawat anak-anak Ibu. Bahkan saat darurat, Ibu berhak untuk dihargai oleh masyarakat atas metoda pemberian makan bayi yang Ibu pilih!”

本資料は、災害時の乳児栄養の国際基準に基づき内容です。詳しくは IFE 災害時乳幼児栄養 検索 https://jal-net.jp/dl/OpsG_Japanese_Screen.pdf

発行元 あんどろりす 本郷寛子 <https://andorisu.jimdo.com>

著作権は発行元にあります。出典を記載し、改変せず、非営利目的であれば自由にコピー出来ます。

comic by エムラナスコ

Hal ini berdasarkan Panduan Operasional IFE’s mengenai Pemberian Makan Bayi di Saat Darurat <https://www.enonline.net/operationalguidance-v3-2017>
 Komik oleh Yasuko Emura Dipublikasikan oleh Risu Ando & Hiroko Hongo Supervisor medis: Kikuko Oku, MD
 Terjemahan Bahasa Indonesia: F. B. Monika, La Leche League Indonesia
 Direview oleh : Diana Sari, La Leche League Indonesia & Kartika Surja, La Leche League Singapura

Referensi
 American Academy of Pediatrics. Infant Feeding in Disaster and Emergencies, 2015.
 American Academy of Pediatrics, American College of Obstetricians and Gynecologists. Breastfeeding Issues During Disasters (AAP/ACOG) in Breast-feeding Handbook for Physicians 2nd ed. p.239-244, 2014.
 Gribble KD, Berry NJ. Emergency preparedness for those who care for infants in developed country contexts. Int Breastfeed. J. 6(1):16, 2011.
 Gribble K, Fernandes C. Considerations regarding the use of infant formula products in infant and young child feeding in emergencies (IYCF-E) programs. World Nutrition 2018;9(3):261-283.
 IFE Core Group. Infant and Young Child Feeding in Emergencies: Operational Guidance for Emergency Relief Staff and Programme Managers, version 3.0, 2017.
 Sphere Association. The Sphere Handbook, 2018.
 UNHCR, ENN. Infant and Young Child Feeding Practices: Standard Operating Procedures for the Handling of Breastmilk Substitutes (BMS) in Refugee Situations for Children 0 - 23 months, 2015.
 WHO. International Code of Marketing of Breast-milk Substitutes, 1981.
 WHO, UNICEF. Infant Young Child Feeding Counselling: An Integrated Course, 2006.
 Referensi lain bisa diakses di: <https://andorisu.jimdo.com/>