

-SUSU IBU TIADA TANDINGAN-

WAH..

IBU HEBATNYA SUSU IBU!

MENGURANGKAN BERAT BADAN

Apabila anda menyusukan bayi anda semua nutrisi seperti lemak dan protein di dalam badan anda akan disalurkan kepada bayi anda dimana dapat membantu membakar kalori sekaligus meningkatkan metabolisme badan

MENGURANGKAN Pendarahan RAHIM

Hormon oksitosin ini dapat membantu untuk melindungi rahim anda dan mengembalikannya kepada saiz dan keadaan yang asal. Jika berlaku pendarahan yang berlebihan ia akan membawa kepada komplikasi selepas bersalin dan juga terdedah kepada peluang untuk mendapat kanser rahim dan ovari.

MENCEGAH KANSER PAYUDARA

Kajian membuktikan bahawa penyusuan bayi tidak memberikan risiko kepada kanser payudara. Secara spesifiknya, lagi kerap ibu menyusukan bayi lagi rendah peluang untuk mendapatkan kanser payudara

MENSTABILKAN EMOSI

Membantu ibu untuk merasa tenang dan tidak mudah stress dalam tempoh berpantang dan sekaligus meningkatkan kualiti nutrisi bayi

MENGUATKAN TULANG

Meningkatkan kemampuan tubuh untuk menyerap kalsium yang diambil dari makanan dan mengurangkan risiko osteoporosis atau kerapuhan tulang

BAYI

MENINGKATKAN IMMUNITI BADAN

Susu Ibu terutama kolustrum kaya dengan antibodi yang mampu melindungi bayi dari sebarang jangkitan kuman dan penyakit lain

MENGURANGKAN PENYAKIT KRONIK

Mengurangkan penyakit asma dan obesiti

MEMBANTU TUMESARAN

Dengan jumlah yang kaya dengan vitamin, antibodi, protein, dan lemak, susu ibu adalah cara terbaik untuk memastikan bahawa bayi anda mendapat jumlah yang tepat dan kepekatan nutrien

MENINGKATKAN KEBOLEHAN KOGNITIF

Kajian mendapati bahawa bayi yang menyusu mempunyai skor yang lebih tinggi dalam ujian IQ dan peningkatan amalan kanak-kanak membesar

RISIKO SIDS LEBIH RENDAH

Pengurangan 50% dalam kejadian SIDS telah dilaporkan oleh ibu yang menyusu dibandingkan dengan mereka yang tidak. Sindrom Kematian Bayi Mendadak (SIDS) adalah suatu kondisi yang membunuh lebih dari 2.500 bayi setiap tahun

SUDUT FAKTA

● JIKA BAYI SAYA BERADA DALAM UNIT PENJAGAAN BAYI KHAS, BOLEHKAN SAYA MENYUSUKAN BAYI SAYA?

Ya sememangnya. Bayi dalam "Special Care" memerlukan susu ibu lebih daripada biasa. Beritahu kakitangan Special Care yang anda ingin menyusu. Jika bayi tidak boleh menghisap, mereka akan menunjukkan kepada anda bagaimana untuk memerah susu supaya ia boleh diberikan kepadanya.

♥ ADAKAH TERDAPAT APA-APA MAKANAN YANG PERLU SAYA ELAKKAN?

Tidak, anda selamat untuk makan makanan biasa anda.

☀ ADAKAH KEMUNGKINAN SUSU SAYA AKAN KERING ?

Ini boleh berlaku, tetapi adalah kurang berkemungkinan jika anda membenarkan bayi untuk menyusu apabila dia mahukan. Jika anda boleh bertenang dan santai, makan diet yang seimbang dan banyak rehat.

🌀 ADAKAH PENYUSUAN MENJEJASKAN PAYUDARA SAYA?

Tidak tetapi anda perlu memakai baju dalam wanita yang boleh menyokong payudara anda dan melakukan senaman untuk menguatkan otot dada

♥ ADAKAH SAYA PERLU MEMBERI AIR BAYI SAYA ATAU AIR ATAU BUAH-BUAHAN GLUKOSA JUS ?

Bagi 4-6 bulan pertama, bayi anda tidak perlu apa-apa makanan atau cecair lain kecuali susu ibu. Walaupun selepas bersalin, sebelum susu mula keluar, bayi anda akan kekal terhidrat

★ ADAKAH SAYA MASIH BOLEH MENYUSUKAN BAYI SAYA JIKA PUTING PAYUDARA TENGGELAM?

