

# Vitamin Penambah Berat Badan untuk Bayi Prematur

JAN 31, 2024

Sebagian Mam yang dianugerahi buah hati dengan kondisi lahir belum cukup bulan terkadang ada yang masih bingung, perlukah memberikan beragam jenis vitamin penambah berat badan bayi prematur?

Seperti diketahui, bayi prematur terkadang membutuhkan perawatan ekstra, terutama saat mencukupi kebutuhan asupannya.

Nah, untuk bekal pengetahuan para Mam, pelajari lebih lanjut mengenai nutrisi untuk bayi prematur lewat artikel berikut ini.

## Apakah Perlu Memberikan Vitamin Penambah Berat Badan Bayi Prematur?

Bayi prematur umumnya perlu tambahan beberapa jenis vitamin untuk menambah berat badan, Mam.

Pasalnya, bayi prematur sering mengalami kekurangan nutrisi tertentu saat masih berada dalam kandungan, karena lahir sebelum waktunya.

Selain itu, beberapa organ bayi prematur juga cenderung belum matang sempurna karena lahir lebih awal, termasuk organ yang berfungsi mengatur metabolisme tubuh.<sup>1</sup>

Beberapa penelitian juga menunjukkan, pemberian tambahan vitamin dan mineral yang tepat bermanfaat untuk mengoptimalkan tumbuh kembang bayi prematur.

Pemberian nutrisi yang optimal pada bayi dengan berat lahir rendah juga penting untuk menurunkan risiko beberapa penyakit berbahaya saat dewasa.

Di antaranya gangguan saraf, penyakit diabetes, penyakit tekanan darah tinggi, perut

buncit, penyakit metabolismik, gangguan pembuluh darah arteri, sampai beragam masalah tulang seperti osteoporosis. 2

**Baca Juga:** Cara Menaikkan Berat Badan Bayi Prematur

## Apa Saja Jenis Vitamin untuk Bayi Prematur?

Mam, bayi prematur yang lahir sebelum usia 37 minggu, selain ASI ternyata juga perlu diberikan gizi tambahan dari HMF (human milk fortifier) atau fortifikasi ASI.

HMF bukan nutrisi selain ASI ataupun vitamin, tapi merupakan pelengkap gizi ASI, pangan yang diformulasi khusus yang jika perlu ditambahkan pada ASI sebagai pelengkap kebutuhan zat gizi bayi sangat prematur atau bayi berat lahir sangat rendah. Mam harus berkonsultasi dengan tenaga kesehatan untuk penggunaan dari HMF ini.3

Human milk fortifier adalah asupan tambahan yang mengandung protein bovine whey-predominant atau hidrolisat, karbohidrat yang terdiri atas polimer glukosa atau maltodekstrin, natrium, kalsium, fosfor, magnesium, serta beberapa vitamin. 4

Beberapa vitamin penambah berat badan bayi prematur di antaranya:

### Vitamin A

Bayi prematur yang lahir dengan berat badan rendah rentan mengalami kekurangan vitamin A. Nutrisi ini sangat penting untuk mencegah kematian pada bayi baru lahir, menurunkan risiko penyakit mata xerophthalmia, infeksi saluran pernapasan, dan gangguan pencernaan. 5

### Vitamin D

Selain vitamin A, bayi prematur juga berisiko kekurangan vitamin D. Nutrisi ini penting untuk memperkuat kepadatan tulang serta mengurangi risiko gangguan tulang dan gigi pada bayi.

Tak hanya itu, pemberian nutrisi ini juga penting untuk mencegah alergi, menjaga kesehatan otot, dan daya tahan tubuh bayi agar tak mudah sakit. 6

Perlu diingat, Mam. Pemberian asupan nutrisi dan vitamin untuk anak prematur di atas tak boleh sembarangan, tapi perlu anjuran atau saran dari dokter.

Selain vitamin yang telah disebutkan di atas, bayi prematur juga kerap memerlukan

suplementasi mineral seperti zat besi, kalsium, fosfat, dan asam folat. Umumnya, suplementasi mineral ini sudah terkandung dalam susu formula atau fortifikasi ASI yang direkomendasikan dokter.<sup>7</sup>

Dokter biasanya meresepkan dosis atau kebutuhan vitamin dan mineral tambahan tersebut berbeda-beda, tergantung usia kandungan saat bayi dilahirkan dan kondisi kesehatan Si Kecil secara keseluruhan.

## Kapan Perlu Bayi Prematur Perlu Vitamin Tambahan?

Ada beberapa kondisi yang membuat si Kecil memerlukan vitamin penambah berat badan bayi prematur, di antaranya:

Bayi kekurangan vitamin A

Bayi kekurangan vitamin D

Bayi lahir di usia kehamilan kurang dari 35 minggu

Bayi lahir dengan berat badan kurang dari 1,8 kilogram

Bayi lahir dari ibu hamil yang kekurangan vitamin D dan minum ASI

Bayi lahir dengan kondisi rakhitis, hipoparatiroidisme, osteodistrofi ginjal, penyakit hati kolestatik

Ketika merekomendasikan suplemen vitamin untuk bayi prematur, dokter biasanya memantau perkembangan si Kecil. Utamanya saat bayi prematur masih dirawat di rumah sakit, umur 1 bulan, 2 bulan, dan 3 bulan.<sup>8</sup>

Itu tadi beberapa informasi mengenai vitamin penambah berat badan bayi prematur. Semoga bisa membantu ya Mam!

Bagikan sekarang