

# Perlukah Memakai Pembalut Bersalin untuk Ibu Melahirkan Caesar?

JUL 9, 2024

Melahirkan melalui operasi caesar adalah pengalaman yang memerlukan perawatan khusus, dan banyak wanita yang baru saja melalui prosedur ini mungkin bertanya-tanya apakah pembalut bersalin untuk ibu melahirkan caesar penting?

Hari-hari setelah kelahiran bayi yang dilanjut dengan masa nifas, dapat menjadi salah satu masa paling menantang bagi Mam. Periode ini bisa menjadi lebih menantang bagi Mam yang pernah melahirkan secara caesar. Karena itu, Mam yang baru saja menjalani persalinan caesar membutuhkan perawatan khusus.

## Perlukah Menggunakan Pembalut Bersalin Setelah Melahirkan?

Saat seorang wanita menjalani operasi caesar, banyak hal yang harus diperhatikan dalam proses pemulihannya. Nah, salah satu cara untuk membantu mempercepat proses pemulihan pasca caesar adalah menggunakan pembalut bersalin untuk ibu melahirkan sesar.

Usai persalinan, rahim akan memulai proses “involusi” yaitu menyusutnya rahim ke ukuran sebelum hamil. Mam akan mulai mengalami pendarahan hebat berupa darah merah cerah—Ini disebut lokia dan dapat berlanjut hingga 6 minggu. Saat inilah Mam mungkin memerlukan pembalut atau pembalut bersalin untuk ibu melahirkan.

Pembalut bersalin untuk ibu melahirkan caesar dapat memberikan perlindungan dan kenyamanan ekstra setelah operasi. Namun, jika Mam bisa menggunakan kamar kecil secara normal, maka popok tidak diperlukan. Untuk memastikan apakah perlu pembalut bersalin untuk ibu setelah melahirkan, Mam bisa mendiskusikan hal ini dengan dokter atau perawat sebelum operasi caesar dilakukan.

Dalam 24 jam pertama usai melahirkan sesar, dokter biasanya meminta Mam untuk bangun dan mencoba ke kamar mandi. Ini akan membantu memulai proses penyembuhan dan membuat Mam terbiasa bergerak dengan sayatan. Ingatlah untuk bergerak perlahan karena Mam mungkin akan mengalami pusing atau sesak napas.

**Baca Juga:** [Proses Melahirkan Caesar](#)

## **Tips Memilih Pembalut Bersalin untuk Ibu Melahirkan Caesar**

Memilih pembalut bersalin untuk ibu melahirkan caesar juga tidak boleh sembarangan. Setelah melahirkan, pendarahan pasca persalinan bisa terasa berat dan tidak nyaman. Untuk menjaga Mam tetap merasa nyaman saat merawat bayi baru lahir dan pemulihan setelah melahirkan, Mam memerlukan pembalut pascapersalinan yang nyaman dan mendukung aktivitas Mam saat mengasuh si Kecil. Berikut tips memilih pembalut bersalin untuk ibu melahirkan sesar:

### **1. Lembut**

Pembalut atau pembalut bersalin untuk ibu setelah melahirkan harus lembut di kulit. Setelah melahirkan, Mam mungkin mengalami rasa sakit dan sensitif. Jika Mam pernah mendapat jahitan, pastikan pembalut bersalin atau pembalut yang dipilih tidak membuat lecet kulit atau area jahitan.

### **2. Daya serap tinggi**

Pembalut bersalin untuk ibu melahirkan harus memiliki daya serap maksimal untuk mengatasi pendarahan pasca melahirkan secara efektif. Ukurannya juga harus jauh lebih besar dan lebih tebal dibandingkan pembalut atau pembalut bersalin biasa, sehingga lebih mampu menangani pendarahan hebat.

### **3. Terbuat dari bahan higienis**

Setelah melahirkan, organ reproduksi mengalami perubahan signifikan sehingga lebih rentan terkena infeksi. Pembalut atau pembalut bersalin untuk ibu melahirkan harus terbuat dari bahan yang mengutamakan kebersihan dan mencegah infeksi. Bahan yang digunakan harus bebas dari pewangi, bahan kimia, dan zat berbahaya, sehingga mengurangi risiko iritasi kulit atau reaksi alergi.

### **4. Nyaman dipakai**

Setelah melahirkan, Mam kemungkinan besar akan menghadapi banyak ketidaknyamanan, jadi penting untuk memakai pembalut bersalin pasca melahirkan yang lembut dan fleksibel, serta mengikuti bentuk tubuh untuk kenyamanan

maksimal.

## 5. Ukuran pas

Pilih pembalut bersalin untuk ibu melahirkan caesar dengan ukuran yang tepat untuk tubuh. Hal ini penting untuk mencegah kebocoran dan memastikan kenyamanan maksimal. Pembalut bersalin dengan ukuran yang pas dan aman akan membuat Mam merasa tetap kering.

## 6. Memungkinkan sirkulasi udara

Pembalut dan pembalut bersalin yang akan Mam gunakan setelah melahirkan juga harus memungkinkan sirkulasi ke area vagina. Hal ini penting untuk menjaga area intim tetap kering sekaligus mencegah infeksi dan mempercepat penyembuhan.

Pemakaian pembalut bersalin untuk ibu setelah melahirkan memang sangat membantu, terutama jika pendarahan yang terjadi sangat deras karena terasa lebih nyaman dalam mencegah kebocoran. Sayangnya, pembalut bersalin bisa menimbulkan reaksi alergi lokal akibat kekeringan jika dipakai dalam jangka waktu lama selama masa nifas. Hal ini terjadi ketika pembalut bersalin yang Mam kenakan kotor akibat keringat dan cairan tubuh lainnya seperti urin.

Selain itu, penggunaan pembalut bersalin setelah melahirkan juga bisa mengurangi tingkat kontrol neuromusklar, yaitu saat otak mengirimkan sinyal untuk melatih respons pada otot kandung kemih untuk menginduksi buang air kecil secara spontan. Hal ini dapat mengakibatkan ketergantungan yang lebih besar pada popok dewasa untuk menangani fungsi normal tubuh dalam buang air kecil.

Karena itu, sebaiknya Mam diskusikan terlebih dahulu dengan dokter sebelum menggunakan pembalut bersalin untuk ibu melahirkan caesar.

Source :

American Pregnancy. Cesarean After Care. Dari [americanpregnancy.org/healthy-pregnancy/labor-and-birth/cesarean-aftercare/#](https://americanpregnancy.org/healthy-pregnancy/labor-and-birth/cesarean-aftercare/#). Diakses 4/1/2024

SNC. The Importance Of Wearing Diapers After A Cesarean Section: A Guide To Post-C Section Recovery. Dari [southernearlychildhood.org/the-importance-of-wearing-diapers-after-a-cesarean-section-a-guide-to-post-c-section-recovery/#](https://southernearlychildhood.org/the-importance-of-wearing-diapers-after-a-cesarean-section-a-guide-to-post-c-section-recovery/#). Diakses 4/1/2024

WebMD. Postpartum Pads: What You Need to Know. Dari [webmd.com/baby/what-are-postpartum-pads](https://webmd.com/baby/what-are-postpartum-pads).

Netmeds. Maternity Pads: How To Use? Benefits. And Here's Why You Need This Post-Partum Period Accessory. Dari [netmeds.com/health-library/post/maternity-pads-](https://netmeds.com/health-library/post/maternity-pads-)

how-to-use-benefits-and-heres-why-you-need-this-post-partum-period-accessory.

Well Before. Guide to Choosing the Best Postpartum Adult Diapers. Dari [wellbefore.com/blogs/news/choosing-the-best-postpartum-diapers](https://wellbefore.com/blogs/news/choosing-the-best-postpartum-diapers). Diakses 4/1/2024

Green Valley OBGYN. Ultimate Hospital Bag Packing List. Dari [gvobgyn.com/ultimate-hospital-bag-packing-list/](https://gvobgyn.com/ultimate-hospital-bag-packing-list/). Diakses 4/1/2024

Orchard Clinic. Here's why you should avoid using adult diapers during your postpartum period. Dari [orchardclinic.com/articles/why-you-shouldnt-use-adult-diapers/](https://orchardclinic.com/articles/why-you-shouldnt-use-adult-diapers/). Diakses 4/1/2024

Bagikan sekarang