Anak (1-3 tahun)
Artikel

Pentingnya Mengetahui Cara Mengatasi Sakit Perut pada Anak

JUL 19, 2024

2 MINS

Sakit perut adalah salah satu keluhan yang sering dilontarkan oleh anak. Bahkan, sakit perut kerap menjadi alasan orangtua membawa si Kecil ke dokter.

Apalagi saat si Kecil mengeluh sakit perut, biasanya ditandai dengan perut kembung, menggosok-gosok di sekitar pusar, penampilan pucat, berkeringat, mengantuk atau lesu, muntah, diare, demam, nyeri pangkal paha, masalah kencing, dan ruam. Tentunya membuat Mam tidak tenang melihat anak yang rewel dan tidak nyaman sehingga ingin segera mencari cara mengatasi sakit perut pada anak.ke

Perut kembung adalah salah satu sebab keluhan sakit perut yang cukup sering terjadi pada si Kecil. Sayangnya sering kali perut kembung susah dideskripsikan oleh si Kecil. Mereka biasanya mengatakan tentang sakit perut atau rasa tidak nyaman.

Untuk itu, Mam perlu melihat apakah sakit perut yang dialami si Kecil adalah tanda dari perut kembung.

Gejala Perut Kembung

Jika Mam melihat perut si Kecil menggembung dan terasa keras saat ditekan, bisa jadi itulah adalah tanda terjadinya perut kembung. Apalagi jika anak-anak mengeluhkan rasa tidak nyaman dan sakit di perut.

Tanda lain dari perut kembung pada Si Kecil misalnya:

- Perut terasa kencang dan penuh saat ditekan
- Rasa tidak nyaman dan sakit yang dikeluhkan si Kecil
- Si Kecil sering buang angin

- Area perut si Kecil terlihat membesar atau menggembung.

Penyebab Perut Kembung

Cara mengatasi perut sakit pada anak perlu disesuaikan dengan penyebabnya. Ada beberapa penyebab perut kembung pada anak. Tapi, perlu Mam ketahui, pada dasarnya sistem pencernaan manusia menghasilkan gas. Beberapa penyebab banyaknya gas di perut, di antaranya:

- ## Udara yang tertelan

  Mulut tidak tertutup rapat, sehingga sejumlah kecil udara tertelan bersama makanan dan cairan.

- ## Makanan berserat tinggi

  Serat sangat penting untuk kesehatan sistem pencernaan, tetapi dapat menghasilkan gas yang berlebihan. Usus halus tidak dapat memecah senyawa tertentu, yang berarti kerja ekstra untuk bakteri usus penghasil gas, dan disertai flatus. Diet tinggi serat harus diperkenalkan secara perlahan-lahan agar usus memiliki waktu yang cukup untuk menyesuaikan diri.

- ## Intoleransi laktosa

  Ketidakmampuan tubuh untuk mencerna gula tertentu yang ditemukan dalam susu sapi akan menghasilkan gas usus yang berlebihan. Hal ini karena bakteri dalam usus mencerna gula melalui fermentasi, suatu proses yang menghasilkan gas.

Baca Juga: Ini Cara Mengukur Tumbuh Kembang Anak Usia 1 Tahun

Cara Mengatasi Sakit Perut pada Anak Akibat Kembung

Perut kembung bisa menyebabkan rasa sakit dan tidak nyaman di area perut anak lho, Mam. Meski begitu, ada beberapa cara mengatasi sakit perut pada anak yang bisa Mam lakukan di rumah.

1. ## Sesuaikan pemberian makan pada anak

   Salah satu penyebab perut kembung pada anak adalah konsumsi makanan. Untuk itu, Mam perlu memperhatikan pemberian makan pada anak. Pastikan tidak memberi makan anak secara berlebihan.

2. ## Menggerakkan anak

   Menggerakan tubuh area bawah anak bisa menjadi salah satu cara mengatasi sakit perut kembung pada anak. Mam bisa menggoyangkan anak dengan lembut lalu gerakkan kakinya seolah-olah sedang mengayuh sepeda.

3. ## Memijat anak

   Mam bisa menggosok perut anak dengan lembut dan melakukan pijatan ringan. Cara lain yang bisa Mam lakukan adalah membaringkan mereka di pangkuan dan tepuk-tepuk punggungnya.

4. ## Memberikan kehangatan

   Letakkan handuk hangat atau botol air di atas perut anak, berhati-hatilah agar tidak terlalu panas

5. ## Pilih produk susu yang sesuai

   Mam juga perlu memastikan apakah si Kecil mengalami intoleransi laktosa. Apalagi jika si Kecil mengalami sakit perut setelah minum produk susu. Konsultasikan ke dokter untuk memilih produk susu yang sesuai dengan si Kecil sebagai cara mengatasi sakit perut pada anak 2 tahun.

Salah satu cara untuk menurunkan risiko si Kecil mengalami perut kembung adalah memilih produk susu yang berasal dari sapi A2. Misalnya saja Mam bisa memberikan S-26 Procal ULTIMA sebagai tambahan asupan nutrisinya. S-26 Procal Ultima adalah susu pertumbuhan yang diformulasikan untuk bantu tumbuh kembang si Kecil usia 1-3 tahun.

Keunggulan S-26 Procal ULTIMA adalah terbuat dari susu sapi A2 yang beda dari susu sapi biasa. Susu sapi A2 mengandung protein beta-kasein A2 yang lebih mudah ditoleransi untuk dicerna si Kecil. Jenis protein ini dapat menurunkan risiko gangguan pencernaan seperti kembung, diare, maupun sembelit.

S-26 Procal ULTIMA mengandung nutrisi seperti Omega 3, Omega 6 (LA), tinggi protein, tinggi kalsium, tinggi selenium, tinggi vitamin D, dan mengandung serat pangan. Dengan berbagai kandungan nutrisi yang ada, S-26 Procal ULTIMA membantu Mam menjaga pencernaan si Kecil agar ia tumbuh sehat dan kuat.

Itu tadi beberapa cara mengatasi sakit perut pada anak. Semoga membantu ya, Mam!

Source :

Emedicine Health. Stomach Pain in Children: Relief, Symptoms, Location & Treatment. Dari emedicinehealth.com/abdominal_pain_in_children/article_em.htm. Diakses 8 April 2024

Parents. 5 Reasons Your Kid May Feel Bloated and How to Help. Dari parents.com/recipes/scoop-on-food/reasons-your-kid-is-bloated-and-how-to-help/. Diakses 8 April 2024

Better Health Channel. Flatulence. Dari betterhealth.vic.gov.au/health/conditionsandtreatments/flatulence. Diakses pada 8 April 2024

WebMD. Treating Gas Pain in Children. Dari webmd.com/first-aid/gas-pain-children. Diakses 8 April 2024

Bagikan sekarang




Ashton
Science Olympiad Medalist
Dazelin
Tech Science Medalist
Aleesya
Ice Skating Medalist
Optimalkan Potensi
Hebat si Kecil
BERSAMA
Wyeth Nutrition
S-26
ParenTeam
JOIN SEKARANG >