Bayi (6-12 Bulan)
Artikel

Cara Mencegah Bayi Kuning: Ini Langkah-Langkah Penting

DES 10, 2024

Penyakit kuning pada bayi baru lahir, atau dikenal sebagai hiperbilirubinemia, adalah kondisi yang sering terjadi dan mempengaruhi sekitar 60% bayi baru lahir. Kondisi tersebut membuat kulit dan mata Si Kecil tampak kuning akibat tingginya kadar bilirubin dalam darah. Walaupun umumnya tidak berbahaya, penyakit kuning dapat menyebabkan komplikasi serius jika tidak ditangani dengan tepat. Dengan memahami penyebab, deteksi dini, serta cara mencegah bayi kuning, Mam dapat membantu menjaga kesehatan Si Kecil secara optimal.

Memahami Penyebab Penyakit Kuning pada Bayi Baru Lahir

Penyakit kuning terjadi saat hati Si Kecil belum cukup matang untuk memproses dan membuang bilirubin, yaitu zat yang terbentuk dari pemecahan sel darah merah. Pada sebagian besar kasus, kondisi ini disebut penyakit kuning fisiologis, yang biasanya muncul dalam dua hingga empat hari setelah lahir dan akan hilang dalam satu hingga dua minggu. Namun, bayi yang lahir prematur atau mengalami memar besar saat lahir berisiko lebih tinggi karena tubuh mereka kesulitan memproses bilirubin.

Selain itu, ketidakcocokan golongan darah ABO dan Rh antara Mam dan Si Kecil juga bisa memicu penyakit kuning. Jika Mam memiliki golongan darah O sementara Si Kecil A atau B, atau jika Mam memiliki Rh-negatif sementara Si Kecil Rh-positif, tubuh Mam mungkin menghasilkan antibodi yang menyerang sel darah merah Si Kecil, sehingga meningkatkan kadar bilirubin.

Terdapat beberapa jenis penyakit kuning, seperti yang disebabkan oleh kurangnya asupan ASI dan penyakit kuning ASI, yang terjadi akibat zat dalam ASI Mam yang memperlambat pemrosesan bilirubin. Selain itu, ketidakcocokan golongan darah dan kondisi genetik seperti defisiensi G6PD juga dapat menyebabkan bentuk penyakit kuning yang lebih parah.

Cara Mencegah Bayi Kuning

Mencegah bayi kuning memerlukan perawatan proaktif, terutama selama beberapa hari pertama setelah kelahiran. Salah satu cara mengatasi bayi kuning adalah dengan memastikan Si Kecil mendapatkan asupan yang cukup dan melakukan pemantauan dini terhadap gejala. Langkah-langkah ini menjadi strategi kunci untuk mengurangi risiko komplikasi dari penyakit kuning.

- **Sering menyusui**
  Usahakan untuk menyusui Si Kecil setidaknya 8-12 kali per hari. Langkah ini membantu mengeluarkan bilirubin melalui tinja dan urin, sehingga mencegah penumpukan dalam darah.
- **Pastikan Si Kecil terhidrasi dengan baik**
  Hal ini sangat penting, terutama untuk bayi prematur yang rentan terhadap dehidrasi, karena dehidrasi dapat memperburuk penyakit kuning.
- **Paparan sinar matahari alami**
  Paparan singkat sinar matahari alami dapat membantu memecah bilirubin di kulit Si Kecil. Pastikan Si Kecil tetap hangat dan hindari paparan yang terlalu lama. Untuk kasus yang lebih serius, diperlukan fototerapi, yaitu penggunaan lampu khusus untuk mengubah bilirubin menjadi bentuk yang lebih mudah dikeluarkan. Fototerapi ini lebih efektif dan aman untuk kadar bilirubin yang tinggi, terutama dalam pengaturan klinis.
- **Pantau tanda-tanda awal**
  Perhatikan tanda-tanda kekuningan pada kulit dan mata, terutama dalam beberapa hari pertama. Konsultasikan dengan dokter anak untuk tindak lanjut selama tahap awal kehidupan Si **Kecil.**

Baca Juga: MPASI untuk Anak Alergi Ikan

Langkah-Langkah untuk Menjaga Kesehatan Si Kecil

Menjaga kesehatan Si Kecil secara keseluruhan dapat membantu mengurangi risiko komplikasi yang terkait dengan penyakit kuning. Berikut beberapa langkah yang dapat Mam lakukan:

- **Pastikan Si Kecil Mendapatkan Cukup Cairan**
  Pastikan Si Kecil terhidrasi dengan baik, baik melalui ASI atau susu formula, karena dehidrasi dapat memperburuk kondisi penyakit kuning.
- **Jaga Kebersihan dan Kenyamanan Lingkungan**
  Menjaga lingkungan Si Kecil tetap bersih dan nyaman penting untuk mencegah infeksi yang dapat memengaruhi kesehatan umum Si Kecil. Walaupun kebersihan tidak memiliki efek langsung pada penyakit kuning, kesehatan secara keseluruhan dapat mendukung fungsi hati yang optimal.
- **Tetapkan Rutinitas Makan dan Tidur Sejak Dini**
  Membantu Si Kecil membangun rutinitas makan dan tidur dapat mempercepat perkembangan hati. Hal ini sangat penting, terutama bagi bayi prematur yang membutuhkan perhatian ekstra.
- **Lakukan Pemeriksaan Rutin**
  Bayi prematur memerlukan pemeriksaan kesehatan yang lebih sering dan perawatan

yang konsisten untuk memastikan perkembangan yang optimal.

Kapan Harus Membawa Bayi ke Dokter

Meskipun penyakit kuning ringan umumnya hilang dengan sendirinya, penting bagi Mam untuk segera membawa Si Kecil ke dokter jika gejala semakin parah atau muncul gejala baru, seperti mengantuk berlebihan, kesulitan makan, atau penurunan berat badan. Kadar bilirubin yang tinggi dapat menyebabkan kernikterus, yaitu bentuk kerusakan otak yang langka namun serius.

Intervensi medis biasanya diperlukan saat kadar bilirubin melebihi ambang tertentu, terutama karena tingginya kadar ini dapat membahayakan kesehatan neurologis bayi. Pada bayi cukup bulan, kadar bilirubin di atas 15 mg/dL dalam 48 jam pertama umumnya dianggap tinggi dan sering memerlukan fototerapi untuk menurunkannya secara aman. Pada kasus lebih serius, tindakan lain seperti transfusi darah mungkin dibutuhkan.

Dokter akan mempertimbangkan faktor risiko tambahan, seperti prematuritas atau infeksi, untuk menentukan ambang pengobatan yang tepat. Meski 15 mg/dL sering dijadikan acuan, keputusan akhir akan disesuaikan dengan kondisi dan kebutuhan tiap bayi.

Penyakit kuning pada bayi baru lahir adalah kondisi yang dapat diatasi, terutama jika ditangani sejak dini. Dengan memahami penyebabnya, memastikan asupan nutrisi yang cukup, dan mencari nasihat medis bila diperlukan, Mam dapat membantu Si Kecil tumbuh dengan optimal. Pemantauan dini, penanganan secara proaktif, serta pemahaman tentang cara mencegah dan mengatasi penyakit kuning sangat penting untuk mencegah komplikasi dan mendukung awal kehidupan yang sehat bagi Si Kecil.

Source :

Nemours KidsHealth. (2023). Jaundice in Newborns (for Parents). Kidshealth.org. Diakses pada 23 Oktober 2024, dari https://kidshealth.org/en/parents/jaundice.html

Mayo Clinic. (2022). Infant jaundice - Diagnosis & treatment. Mayo Clinic. Diakses pada 23 Oktober 2024, dari https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/infant-jaundice/diagnosi…

Health. (2019). Jaundice in babies. Vic.gov.au. Diakses pada 23 Oktober 2024, dari https://www.betterhealth.vic.gov.au/health/healthyliving/jaundice-in-ba…

Cleveland Clinic. (2022). Jaundice in Newborns: Symptoms, Causes & Treatment. Cleveland Clinic. Diakses pada 23 Oktober 2024, dari https://my.clevelandclinic.org/health/diseases/22263-jaundice-in-newbor…

IDAI. (2017). BAYI SAYA KUNING, BERAT BADANNYA TURUN. APA YANG HARUS SAYA LAKUKAN?. Idai.or.id. Diakses pada 23 Oktober 2024, dari https://www.idai.or.id/artikel/klinik/asi/bayi-saya-kuning-berat-badannya-turun-apa-yang-harus-saya-lakukan

American Academy of Pediatrics. (2004). Management of hyperbilirubinemia in the newborn

infant 35 or more weeks of gestation. Diakses pada 27 Oktober 2024, dari >

Sarathy, L., Chou, J. H., Romano-Clarke, G., Darci, K. A., & Lerou, P. H. (2024). Bilirubin measurement and phototherapy use after the AAP 2022 newborn hyperbilirubinemia guideline. Diakses pada 27 Oktober 2024, dari >

Bagikan sekarang

