Bayi (0-6 Bulan)
Article

Tips Merawat Bayi Prematur yang Lahir di Usia 8 Bulan Kehamilan

JAN 17, 2025

Bayi prematur yang lahir di usia sekitar 8 bulan (34-36 minggu) memiliki kebutuhan khusus yang berbeda dari bayi cukup bulan. Dalam persalinan bayi prematur 8 bulan, Si Kecil yang lahir prematur di usia 8 bulan belum mencapai kematangan organ sepenuhnya, termasuk paru-paru, sistem pencernaan, kulit, serta tulang dan otot. Meskipun paru-paru mereka lebih berkembang dibandingkan bayi yang lahir lebih awal, Si Kecil mungkin masih menghadapi masalah pernapasan. Selain itu, kulit yang tipis dan rapuh membutuhkan perlindungan ekstra untuk mencegah infeksi dan menjaga suhu tubuh, sementara tulang dan otot yang belum sepenuhnya berkembang memerlukan dukungan nutrisi untuk membantu pertumbuhan optimal.

Dukungan nutrisi tambahan serta latihan motorik dapat membantu memperkuat tulang dan otot Si Kecil. Dengan penanganan yang tepat, bayi prematur dapat tumbuh optimal dan mengatasi masalah yang rentan dihadapi di awal kehidupannya, untuk membangun fondasi untuk masa depan yang sehat dan kuat.

Pemantauan Kesehatan Rutin

Kontrol kesehatan secara rutin sangat penting untuk mengikuti perkembangan dan mencegah komplikasi yang rentan dialami bayi prematur 8 bulan. Langkah-langkah yang direkomendasikan meliputi:

- ### Kontrol ke Dokter

Kontrol rutin sangat diperlukan, terutama pada tahun pertama, untuk memantau pertumbuhan (berat badan, panjang badan, dan lingkar kepala) serta memastikan Si Kecil mencapai tonggak perkembangan sesuai usianya. Pemeriksaan ini sebaiknya terus dilakukan hingga usia dua tahun, dengan menggunakan grafik pertumbuhan yang disesuaikan untuk bayi prematur.

- ## Skrining Perkembangan

Skrining dini dapat membantu mendeteksi dan menangani keterlambatan perkembangan secara cepat. Skrining ini sangat penting, mengingat bayi late preterm memiliki risiko lebih tinggi terhadap gangguan perkembangan dibandingkan bayi cukup bulan.

- ## Pemantauan Masalah Kesehatan

Kondisi umum seperti sindrom gangguan pernapasan dan kesulitan makan perlu diawasi dengan cermat. Pemantauan meliputi pemeriksaan detak jantung, laju pernapasan, dan tekanan darah secara rutin untuk mendeteksi tanda-tanda awal komplikasi kesehatan.

- ## Peran Orang Tua

Mendidik Mam untuk mengenali tanda-tanda ketidaknyamanan dan memahami kebutuhan makan Si Kecil mendukung perawatan di rumah yang lebih baik. Komunikasi rutin dengan tenaga medis memastikan Mam siap mengatasi setiap perubahan kondisi kesehatan Si Kecil.

Baca Juga: Kenali Susu Bayi Prematur: Panduan untuk Orang Tua

Perhitungan Bayi Prematur 8 Bulan

Menghitung usia koreksi bayi prematur 8 bulan sangat penting untuk memahami perkembangan Si Kecil secara lebih tepat. Bayi prematur umumnya berkembang dalam kecepatan dan pola yang berbeda dibandingkan dengan bayi cukup bulan. Untuk memantau perkembangan Si Kecil sesuai dengan usia koreksi, Mam dapat menggunakan metode perhitungan usia koreksi, yaitu dengan mengurangi jumlah minggu Si Kecil lahir lebih awal dari usia aktualnya.

Misalnya, jika Si Kecil lahir 4 minggu lebih awal, maka usia koreksi dapat dihitung dengan mengurangi 4 minggu dari usia aktualnya. Usia koreksi ini membantu Mam dan tenaga medis dalam memahami tahapan perkembangan motorik dan kognitif Si Kecil yang lebih sesuai dengan kapasitas usianya.

Dengan perhitungan usia koreksi ini, Mam dapat memantau apakah Si Kecil mencapai tonggak perkembangan sesuai dengan bayi cukup bulan pada usia yang sama. Pendekatan ini berguna untuk menyesuaikan standar perkembangan anak, seperti kemampuan mengangkat kepala, duduk, dan mulai berdiri.

Dukungan Nutrisi

Dukungan nutrisi yang tepat sangat penting bagi pertumbuhan dan pemulihan bayi prematur. Keistimewaan bayi prematur terletak pada kemampuan mereka untuk beradaptasi dan berkembang dengan dukungan yang sesuai, menunjukkan potensi luar biasa untuk mencapai tonggak perkembangan layaknya bayi cukup bulan. Oleh karena itu, memenuhi kebutuhan nutrisi menjadi prioritas untuk membantu mereka tumbuh optimal. Beberapa aspek penting dalam pemenuhan nutrisi bayi prematur meliputi kebutuhan kalori dan protein yang lebih tinggi, manfaat ASI dan fortifikasi, serta panduan pemberian makan secara bertahap.

- ## Kebutuhan Kalori dan Protein

Bayi prematur memerlukan asupan kalori (110–130 kkal/kg/hari) dan protein (3,5–4,5 g/kg/hari) untuk mendukung pertumbuhan cepat dan perkembangan jaringan tubuh.

- ## ASI dan Fortifikasi

ASI menyediakan nutrisi optimal, dengan adanya manfaat dari antibodi yang memperkuat sistem kekebalan Si Kecil. Jika ASI dari Mam tidak tersedia, donor ASI dapat menjadi alternatif. Fortifikasi ASI sering ditambahkan untuk memenuhi kebutuhan nutrisi tambahan, termasuk kalsium dan fosfor yang penting untuk perkembangan tulang.

- ## Pedoman Memberi Makan Si Kecil

Enteral feeding diperkenalkan sedini mungkin sesuai kondisi kesehatan Si Kecil, mendukung kesehatan pencernaan dan mengurangi risiko komplikasi seperti necrotizing enterocolitis (NEC). Memantau batas toleransi makan sangat penting untuk menyesuaikan jadwal pemberian makan berdasarkan pertumbuhan dan respons Si Kecil.

Menghadirkan Lingkungan yang Nyaman

Mengurangi stres lingkungan sangat penting untuk kesejahteraan bayi prematur. Beberapa praktik efektif meliputi:

- ## Mengurangi Kebisingan

Meminimalkan kebisingan di NICU atau lingkungan rumah dapat mengurangi stres pada bayi prematur yang sensitif terhadap suara keras. Jam-jam tenang dan material peredam suara bisa sangat membantu.

- **Mengatur Cahaya**

Pencahayaan redup, terutama pada malam hari, mendukung pola tidur yang sehat dan mengurangi rangsangan berlebihan.

- **Menerapkan Metode Kanguru**

Kontak kulit-ke-kulit, atau kangaroo care, mendukung ikatan emosional, menstabilkan detak jantung dan pernapasan, serta mengurangi stres. Sentuhan lembut dan gerakan yang perlahan membantu Si Kecil merasa aman dan nyaman.

Terapi Fisik dan Dukungan Perkembangan

Bagi bayi prematur 8 bulan, terapi fisik sejak dini sangat penting untuk mendukung perkembangan keterampilan motorik dan mengurangi risiko keterlambatan jangka panjang. Metode Bobath, sebuah terapi yang sering digunakan untuk bayi prematur, efektif dalam mendorong gerakan alami dan stabilitas postur. Metode ini membantu Si Kecil mencapai tonggak perkembangan penting, seperti menopang tubuh dengan siku pada usia 3 bulan, duduk dengan dukungan pada usia 6 bulan, dan berdiri dengan bantuan pada usia 9 bulan.

1. Teknik-Teknik Utama Terapi Fisik

- **Menyangga Siku (Sekitar Usia 3 Bulan)**

Latihan awal berfokus pada membantu Si Kecil menopang tubuh dengan siku, yang memperkuat otot bagian atas dan meningkatkan kontrol kepala. Posisi ini membantu membangun fondasi kontrol otot yang diperlukan untuk gerakan selanjutnya.

- **Duduk (Sekitar Usia 6 Bulan)**

Terapi kemudian berlanjut dengan membantu Si Kecil dalam posisi duduk, yang melibatkan otot inti untuk mengembangkan stabilitas dan keseimbangan, sehingga ia bisa duduk dengan tegak.

- **Berdiri (Sekitar Usia 9 Bulan)**

Mendekati usia sembilan bulan, terapi mencakup aktivitas berdiri dengan dukungan, menggunakan panduan lembut dan alat bantu keseimbangan untuk mendorong Si Kecil menopang berat badan di kakinya, yang mempersiapkan mereka untuk belajar berjalan.

2. Dukungan Perkembangan

Mam berperan penting dalam mendukung terapi fisik Si Kecil dengan melakukan aktivitas sederhana yang terstruktur di rumah. Beberapa aktivitas yang direkomendasikan meliputi:

- **Tengkurap**

Sangat penting untuk membangun kekuatan leher dan bahu. Mulailah dengan beberapa menit per hari dan tingkatkan durasinya secara bertahap.

- **Latihan Berguling**

Mendorong Si Kecil untuk berguling dapat membantu memperkuat otot inti dan meningkatkan koordinasi.

- **Latihan Duduk dan Mengayun Tubuh Bayi**

Memegang Si Kecil dalam posisi duduk atau sambil mengayun/memantul-mantulkan tubuh Si Kecil sambil berdiri atau duduk dengan lembut dapat membantu memperkuat pertumbuhan otot inti dan otot kaki.

Kombinasi antara terapi fisik profesional dan aktivitas yang dipandu Mam di rumah dapat mempercepat perkembangan motorik pada bayi prematur, membantu Si Kecil mencapai tonggak perkembangan yang serupa dengan bayi cukup bulan.

Merawat bayi prematur 8 bulan membutuhkan pendekatan menyeluruh, termasuk melakukan kontrol kesehatan rutin, dukungan nutrisi yang tepat, penyesuaian lingkungan, dan stimulasi perkembangan. Dengan langkah-langkah ini, Mam dapat membantu Si Kecil tumbuh dengan sehat, menguatkan daya tahan tubuhnya, dan mempersiapkan dasar yang kokoh untuk masa depannya.

Source:

Preterm birth. Diakses pada 30 Oktober 2024, dari https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/preterm-birth.

Newborn health: Caring for preterm babies. Diakses pada 30 Oktober 2024, dari https://www.who.int/news-room/questions-and-answers/item/newborn-health-caring-for-preterm-babies.

Premature Birth > Fact Sheets > Yale Medicine. Diakses pada 30 Oktober 2024,

dari https://www.yalemedicine.org/conditions/premature-birth.

The Consequences of a Baby Born at Eight Months. Diakses pada 30 Oktober 2024, dari https://www.hellomotherhood.com/consequences-baby-born-eight-months-7879593.html.

A Week-by-Week Guide to Premature Babies. Diakses pada 30 Oktober 2024, dari https://www.parents.com/premature-babies-week-by-week-2748606.

Premature birth - Diagnosis and treatment - Mayo Clinic. Diakses pada 30 Oktober 2024, dari https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/premature-birth/diagnosis-treatment/drc-20376736.

Care of the Premature Infant: Part I. Monitoring Growth and Development | AAFP. Diakses pada 30 Oktober 2024, dari https://www.aafp.org/pubs/afp/issues/1998/0501/p2123.html.

NICU: calming sick or premature babies | Raising Children Network. Diakses pada 30 Oktober 2024, dari https://raisingchildren.net.au/newborns/premature-babies-sick-babies/connecting-communicating/helping-baby-feel-calm-in-the-nicu.

A Soothing NICU Environment Improves Babies' Outcomes | Psychology Today. Diakses pada 30 Oktober 2024, dari https://www.psychologytoday.com/us/blog/laugh-cry-live/202209/a-soothing-nicu-environment-improves-babies-outcomes.

Preterm nutrition and neurodevelopmental outcomes - PMC. Diakses pada 30 Oktober 2024, dari https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC8613713/.

Late Preterm Infants: Near Term But Still in a Critical Developmental Time Period. Diakses pada 30 Oktober 2024, dari .

British Medical Journal (BMJ). (2023). Neurodevelopmental Outcomes of Late Preterm Infants. BMJ, 384, 075630. Diakses pada 30 Oktober 2024, dari https://www.bmj.com/content/384/bmj-2023-075630.

Physiotherapy Intervention on Premature Infants—A Pilot Study. Diakses pada 30 Oktober 2024, dari https://www.mdpi.com/1648-9144/60/1/138.

Your Premature Baby’s Nutrition Needs: Breast Milk, Fortifiers & Preterm Formulas - HealthyChildren.org. Diakses pada 7 November 2024, dari https://www.healthychildren.org/English/ages-stages/baby/preemie/Pages/your-premature-babys-nutrition-needs-what-to-know-about-breast-milk-fortifiers-and-preterm-formulas.aspx.

Giving preterm babies the best start from birth. Diakses pada 7 November 2024, dari https://www.nihr.ac.uk/story/giving-preterm-babies-best-start-birth.

Protein intakes for preterm infants, and the need for a multi-nutrient holistic approach | Pediatric Research. Diakses pada 7 November 2024, from https://www.nature.com/articles/s41390-024-03453-4.

Bagikan sekarang

