Bayi (6-12 Bulan)
Artikel

Apa Arti Nafas Bayi Grok Grok dan Kapan Mam Harus Khawatir?

JUL 1, 2025

Saat Mam mendengar suara grok-grok pada nafas Si Kecil, hal ini tentu bisa menimbulkan kekhawatiran. Nafas bayi grok grok sering kali terjadi karena berbagai alasan, mulai dari kondisi yang normal hingga tanda adanya gangguan tertentu.

Artikel ini akan membahas secara rinci penyebab nafas grok grok pada bayi, kapan hal tersebut masih dianggap normal, tanda bahaya yang perlu Mam waspadai, serta langkah awal yang bisa Mam lakukan dan kapan waktu terbaik untuk berkonsultasi dengan dokter.

Simak penjelasan mendalam di bawah ini agar Mam lebih memahami kondisi pernapasan Si Kecil.

Suara Grok-Grok pada Nafas Bayi

Nafas bayi grok grok adalah bunyi yang dihasilkan dari saluran nafas Si Kecil, sering kali terdengar serak atau mirip suara 'grok' saat mereka bernapas. Suara ini paling sering muncul di dua kondisi utama: ketika lendir atau cairan di saluran pernapasan tidak sepenuhnya bersih setelah lahir, atau karena ukuran saluran nafas bayi yang masih sempit.

Pada bayi baru lahir, saluran pernapasan mereka belum berkembang sempurna sehingga lebih rentan terhadap suara-suara seperti ini. Kendati demikian, tidak semua suara grok grok menandakan masalah serius. Untuk memahami lebih baik, Mam perlu mengetahui penyebabnya.

Penyebab Umum Nafas Grok-Grok

Ada beberapa alasan kenapa nafas bayi grok grok sering terjadi, terutama pada bayi baru lahir:

- **Adanya Lendir atau Cairan:** Saat proses persalinan, beberapa bayi masih memiliki

cairan atau lendir yang tersisa di saluran pernapasannya, dan ini dapat menghasilkan suara grok-grok.
- **Struktur Saluran Pernapasan yang Mungil:** Bayi memiliki saluran napas yang kecil, sehingga mudah terhalang oleh lendir atau mengalami getaran yang menghasilkan suara aneh.
- **Laryngomalacia:** Kondisi ini terjadi ketika jaringan di sekitar laring (kotak suara) lebih lembut dari biasanya, sehingga menghasilkan suara grok-grok atau bunyi bernada tinggi saat bayi bernapas. Kondisi ini biasanya bersifat sementara.

Namun, untuk memastikan penyebab pastinya, konsultasi dengan dokter tetap diperlukan jika suara ini terus berlanjut atau disertai gejala lain.

Kapan Nafas Grok-Grok Masih Dianggap Normal?

Dalam banyak kasus, nafas grok grok pada bayi masih dianggap normal, terutama jika:

- Bayi tetap aktif, makan dengan baik, dan berat badannya terus bertambah.
- Tidak ada tanda-tanda sesak napas atau kesulitan lain saat bernapas.
- Suara grok-grok berangsur hilang sendirinya dalam beberapa minggu atau bulan pertama setelah kelahiran.

Selain itu, jika suara grok-grok hanya terjadi sesekali, terutama saat Si Kecil sedang menangis atau tertidur dalam posisi tertentu, Mam kemungkinan besar tidak perlu khawatir.

Tanda Bahaya yang Perlu Diperhatikan

Meskipun nafas bayi grok grok sering kali tidak berbahaya, ada beberapa tanda yang memerlukan perhatian serius. Berikut adalah ciri-ciri bayi sesak nafas dan tanda Si Kecil harus segera diperiksakan ke dokter:

- Warna kulit bayi berubah menjadi kebiruan, terutama di sekitar bibir atau kuku.
- Si Kecil tampak kesulitan bernapas, dengan gerakan dada yang terlihat terengah-engah atau melibatkan otot leher.
- Nafas terdengar sangat berat, cepat, atau disertai bunyi mengi (wheezing).
- Bayi menjadi lemas, tidak responsif, atau tidak mau menyusu.
- Suara grok-grok tidak kunjung hilang setelah beberapa bulan atau justru semakin parah.

Jika Mam melihat salah satu dari tanda-tanda di atas, segera bawa Si Kecil ke dokter untuk evaluasi lebih lanjut.

Baca Juga : Kenali Gejala Asma pada Anak dan Cara Mengatasinya

Langkah Penanganan Pertama dan Kapan Harus ke Dokter

Untuk cara mengatasi nafas bayi grok grok, Mam bisa mencoba beberapa langkah awal berikut:

- **Posisi Tidur Bayi:** Pastikan bayi tidur dalam posisi telentang dengan kepala sedikit dimiringkan untuk membantu saluran pernapasannya tetap terbuka.
- **Jaga Kelembapan Udara:** Menggunakan pelembap udara (humidifier) di ruangan dapat membantu mencegah saluran napas bayi menjadi kering.
- **Bersihkan Hidung Bayi Secara Lembut:** Gunakan aspirator hidung atau kapas lembut yang dibasahi untuk membersihkan lendir yang mengganggu pernapasan Si Kecil.

Namun, jika suara grok-grok tidak membaik dengan langkah-langkah ini atau disertai tanda bahaya yang telah disebutkan, jangan ragu untuk segera mengonsultasikan kondisi nafas grok grok pada bayi dengan dokter anak.

Dokter mungkin akan melakukan pemeriksaan medis menyeluruh atau merekomendasikan pemeriksaan lanjutan, seperti endoskopi atau tes lainnya sesuai kebutuhan.

Mam, meskipun suara grok-grok pada Si Kecil bisa membuat khawatir, penting untuk tetap tenang dan memahami penyebabnya. Penyebab nafas bayi grok grok umumnya tidak berbahaya dan dapat membaik seiring pertumbuhan bayi.

Namun, Mam juga harus waspada terhadap tanda-tanda bahaya seperti sesak napas atau perubahan warna kulit pada bayi. Dengan mengetahui cara mengatasi nafas bayi grok grok dan kapan waktu yang tepat untuk memeriksakannya ke dokter, Mam bisa memberikan perawatan terbaik untuk Si Kecil.

Jika Mam masih ragu atau khawatir, selalu konsultasikan dengan dokter untuk memperoleh penjelasan yang lebih tepat berdasarkan kondisi Si Kecil.

Semoga Mam dan Si Kecil sehat selalu, ya!

Source

Mir, I. N., & Chalak, L. F. (2020). Transitional circulation in the newborn: how the ductus arteriosus and foramen ovale close. American Journal of Perinatology.

Thomas, M. R., & Kumar, R. K. (2017). Neonatal respiratory disorders. Journal of Paediatrics and Child Health.

Bagikan sekarang


Optimalkan Milestone &
Perkembangan Otak si Kecil
BERSAMA
Wyeth Nutrition
S-26
ParenTeam
JOIN SEKARANG >


Optimalkan Milestone &
Perkembangan Otak si Kecil
BERSAMA
Wyeth Nutrition
S-26
ParenTeam
JOIN SEKARANG >