Mams (Kehamilan)
Article

# Isi Tas Persiapan Melahirkan Caesar

**NOV 17, 2020**

Bila Mam sudah mengetahui akan dioperasi Caesar, persiapan sebelum melahirkan pun dapat dilakukan jauh-jauh hari, termasuk menyiapkan isi tas bersalin yang perlu dibawa ke rumah sakit saat melahirkan caesar.

*Posisi bayi yang sungsang dalam rahim, jalan lahir tertutup plasenta serta kehamilan kembar atau lebih adalah beberapa alasan yang membuat Mam harus menjalani persalinan melalui operasi Caesar. Dengan indikasi medis ini, dokter akan menjadwalkan tanggal persalinan Mam.*

Posisi bayi yang sungsang dalam rahim, jalan lahir tertutup plasenta serta kehamilan kembar atau lebih adalah beberapa alasan yang membuat Mam harus menjalani persalinan melalui operasi Caesar. Dengan indikasi medis ini, dokter akan menjadwalkan tanggal persalinan Mam. Bila Mam sudah mengetahui akan dioperasi Caesar, persiapan sebelum melahirkan pun dapat dilakukan jauh-jauh hari, termasuk menyiapkan isi tas bersalin yang perlu dibawa ke rumah sakit saat melahirkan caesar. Berikut ini adalah isi tas untuk persiapan melahirkan caesar:

## 1. Perlengkapan mandi

Rumah sakit bersalin biasanya menyediakan perlengkapan mandi seperti sabun, sampo dan sikat gigi untuk pasien. Namun, Mam tentu akan lebih nyaman menggunakan perlengkapan mandi sendiri. Jangan lupa membawa banyak pembalut berukuran cukup besar untuk mencegah darah nifas mengotori pakaian Mam.

## 2. Baju ganti

Rumah sakit bersalin juga umumnya menyediakan baju ganti berupa jubah tidur model kimono. Bila Mam merasa lebih nyaman memakai baju sendiri di rumah sakit, bawa beberapa baju tidur yang longgar dan mudah dikenakan. Siapkan baju ganti untuk 3-4 hari di rumah sakit.

# 3. Bra menyusui dan breast pad

Setelah si Kecil lahir, payudara Mam akan cenderung membengkak karena ASI mulai diproduksi. Salah satu yang perlu dibawa ke rumah sakit saat melahirkan Caesar adalah bra menyusui yang dapat menopang payudara Mam dengan baik. Siapkan juga breast pad untuk menyerap ASI yang merembes keluar dari payudara.

# 4. Celana dalam yang tidak ketat

Siapkan celana dalam yang tidak ketat dan tidak menekan area perut tempat luka operasi caesar. Sebaiknya, bawa celana dalam dari bahan katun yang mudah menyerap keringat dan nyaman digunakan.

# 5. Bantal menyusui

Pada beberapa hari pertama setelah operasi Caesar, nyeri di area luka sayatan operasi akan masih cukup terasa. Agar berat tubuh si Kecil tak langsung menekan luka operasi di perut Mam, gunakan bantal menyusui. Mam bisa membeli bantal menyusui sebagai persiapan sebelum melahirkan di toko perlengkapan bayi.

Baca Juga: Risiko Hamil Di Atas Usia 35 Tahun

# 6. Baju bayi selama di rumah sakit bersalin

Bawa baju ganti untuk si Kecil untuk 3-4 hari di rumah sakit, bila Mam tidak ingin menggunakan baju bayi yang disediakan rumah sakit. Siapkan baju dengan bukaan atau kancing di depan untuk memudahkan mengganti popoknya.

# 7. Baju bayi untuk pulang

Selain baju ganti, siapkan juga baju si Kecil saat sudah diperbolehkan pulang dari rumah sakit. Siapkan kaus kaki dan topi untuk si Kecil bila bajunya tidak menutupi kaki dan kepalanya.

# 8. Selimut bayi untuk pulang

Selama di rumah sakit si Kecil tentu diberikan selimut oleh rumah sakit. Namun saat membawanya pulang, Mam dan Pap perlu membungkusnya dalam selimut sendiri.

# 9. Kudapan kaya serat

Setelah operasi Caesar mungkin Mam bisa mengalami masalah buang air besar. Bawa kudapan kaya serat seperti buah-buahan atau kacang-kacangan untuk meringankan masalah tersebut.

Selain menyiapkan isi tas bersalin, inisejumlah persiapan sebelum melahirkan yang bisa Mam lakukan agar lebih tenang menghadapi persalinan. Selamat menyambut kehadiran si Kecil, Mam.

## Sumber:


1. verywell.com/hospital-bag-for-a-planned-cesarean-birth-2759905
2. babycenter.com/0_what-to-pack-for-the-hospital-when-youre-having-a-c-section_10316463.bc
3. betterhealth.vic.gov.au/health/healthyliving/caesarean-section



Bagikan sekarang




Dapatkan Informasi Tepat,
Dukung Tiap Langkah
Kehamilan Hebat Mam
DI S-26 ParenTeam
JOIN SEKARANG >