

Bayi (6-12 Bulan)  
Article

# Cara Mengganti Popok Bayi Anda

NOV 17, 2020

Beberapa bayi akan menangis dan ingin diganti popoknya saat mereka merasa sudah terlalu basah dan tidak nyaman, tapi kebanyakan bayi juga terlihat tidak begitu rewel.

*Di awal awal kelahiran, bayi mungkin akan lebih sering buang air besar, sehingga anda perlu sering mengganti popoknya. Anda mungkin bisa juga menggantik popok bayi setiap kali selesai menyusui.*

## Seberapa sering mengganti popok bayi ?

- Beberapa bayi akan menangis dan ingin diganti popoknya saat mereka merasa sudah terlalu basah dan tidak nyaman, tapi kebanyakan bayi juga terlihat tidak begitu rewel.
- Di awal awal kelahiran, bayi mungkin akan lebih sering buang air besar, sehingga anda perlu sering mengganti popoknya. Anda mungkin bisa juga menggantik popok bayi setiap kali selesai menyusui.
- Setelah itu, ganti popok setiap kali popok mulai kelihatan kotor/ penuh, untuk menghindari ruam popok.

## Perlengkapan

Untuk memudahkan, siapakan semua yang dibutuhkan sebelum mulai mengganti popok :

- Perlak dan handuk bersih
- Popok baru
- Kantong pembungkus popok bekas
- Air hangat
- Kapas pembersih / tisu basah / kain lembut
- Hindari menggunakan bedak tabur karena bisa menyebabkan bayi iritasi.

# Mengganti Popok

- Tempatkan handuk diatas perlak
- Letakkan bayi diatas handuk
- Lepaskan popok kotor
- Bersihkan pantat bayi secara menyeluruh dengan kapas dicelup dalam air hangat. Usap dari depan ke belakang untuk bayi perempuan dan dari belakang ke depan untuk anak laki-laki.
- Keringkan pantat bayi
- Tempatkan popok bersih dibawah pantatnya, dan bagian ber perekat dibawah.
- Tarik popok ke atas menuju pinggang dan kencangkan perekat yang tersedia.

Ingat untuk selalu mencuci tangan anda setelah mengganti popok dan sebelum melakukan apapun untuk menghindari terjadinya infeksi

## Popok Kain

Dengan popok jenis ini, cara mengganti popok sebenarnya sama dengan cara mengganti popok sekali pakai. Perbedaannya adalah sebelum anda mengganti popok di :

- Cuci terlebih dahulu popok untuk membuatnya lebih lembut dan lebih menyerap
- Insert a nappy liner

## Seberapa mudah menggunakan popok sekali pakai/ Popok kain?

Ada beberapa jenis popok kain yang tersedia, semuanya mempunyai komponen yang hampir sama. Beberapa mempunyai perekat yang kuat, yang lainnya biasa saja. Beberapa ada yang mempunyai bagian luar yang tahan air, tergantung pilihan anda.

## Apa yang harus dilakukan dengan popok yang kotor?

Kumpulkan sebanyak mungkin BAB yang bisa anda buang di toilet. Jangan membuang popok ke dalam toilet, karena bisa menyumbat.

### Popok Sekali Pakai

- Gulung dan rekatkan lagi dengan perekatnya
- Letakkan ke dalam kantong, ikat dan buang di tempat sampah.

### Popok Kain

- Popok ini mudah untuk di cuci

Mungkin ada layanan pencucian popok dekatnya. Mereka akan memberikan popok yang baru dicuci ke rumah Anda dan mengambil yang kotor setiap minggu. Mereka memasok semua yang anda butuhkan. Kelemahan adalah itu bisa menjadi sangat mahal

## **Ruam Popok**

Sebagian besar bayi mengalami ruam popok pada bagian tertentu, hal ini terjadi karena kulit bayi yang masih sangat sensitif.

## **Apa tanda tanda ruam popok ?**

Bercah merah, bisa sekumpulan bercah merah atau bintil bintil kecil  
Jika parah, mungkin terjadi luka yang terbuka atau lecet.

## **Penyebab**

Kulit kontak dengan kotoran (BAB/ urin) dalam waktu yang lama  
Sabun yang kuat, deterjen, tisu basah yang mengandung alkohol.  
Diarea

## **Mencegah ruam popok**

- Ganti popok sesegera mungkin setelah bayi buang air besar /buang air kecil
- Pada beberapa minggu pertama setelah dilahirkan, mungkin sehari bisa mengganti popok sebanyak 10-12 kali
- Seiring dengan bertambahnya usia, bayi butuh 6-8 kali sehari di ganti popoknya.
- Bersihkan secara menyeluruh dengan air biasa
- Keringkan
- Baringkan bayi di atas handuk halus tanpa popok beberapa saat untuk membiarkan udara segar masuk ke kulit mereka.

## **Mehindari Ruam Kulit Bayi dari popok**

Baringkan bayi di atas handuk halus tanpa popok beberapa saat untuk membiarkan udara segar masuk ke kulit mereka. Vaseline merupakan cream pencegah ruam popok yang baik untuk bayi yang sensitif kulitnya.

# Tanda tanda infeksi jamur

Minta saran dari dokter anda:

- Jika ruam tidak hilang setelah di obati
- Jika ada ruammerah yang berwarna terang yang menetap dengan bintil putih atau merah.

Bagikan sekarang