Anak (1-3 tahun)
Artikel

Ini Perbedaan Tabel Perkembangan Anak Perempuan dan Laki-laki

JUN 7, 2021

ASI berisi semua nutrisi yang dibutuhkan bayi. Produksinya mulai dari saat melahirkan, 1 atau 2 hari setelah melahirkan, dan 2 atau 4 hari setalah melahirkan.

ASI berisi semua nutrisi yang dibutuhkan bayi.

Saat kehamilan

Sejak usia kehamilan 6 bulan , payudara sudah mulai memproduksi kolostrum, cairan tahap pertama ASI yang berisi semua nutrisi yang dibutuhkan bayi di hari-hari pertama kehidupan mereka.

1 atau 2 hari setelah melahirkan

Segera setelah kelahiran bayi, payudara akan terus menghasilkan kolostrum. Hal ini akan berlangsung sekitar 2-3 hari sampai ASI keluar.
Kolostrum adalah ASI yang keluar pertama kali yang berwarna kekuningan yang mengandung protein dan zat kekebalan tubuh, yang akan melindungi bayi dari serangan berbagai penyakit. Kolostrum juga membantu mengeluarkan kotoran pertamanya (mekonium). Selama 1-2 hari pertama ini bayi mungkin masih sedikit menyusu, jadi tidak perlu khawatir karenanya. Berikan selalu ASI setiap kali bayi memintanya. Hal ini akan merangsang payudara untuk terus memproduksi ASI dan bayi akan terus mendapatkan nutrisi yang dibutuhkannya.

Baca Juga: Tahapan Persalinan: Tanda dan Prosesnya

2 atau 4 hari setelah melahirkan

Payudara mulai terasa penuh karena ASI mulai lebih banyak di produksi. ASI yang keluar kini lebih kental dan berwarna puith susu dan terbagi menjadi 2 bagian:

• 'Foremilk' yaitu ASI yang keluar pertama saat menyusui yang banyak mengandung air, protein, dan vitamin. Bagian ini akan memuaskan rasa haus bayi.
• 'Hindmilk' yaitu ASI yang keluar berikutnya yang kaya akan lemak dan akan mengatasi rasa lapar bayi.
Kedua jenis tersebut sangat dibutuhkan ketika Anda menyusui yang akan menjamin nutrisi bayi secara adekuat yang di perlukan sesuai tumbuh kembang bayi.

Bagikan sekarang

