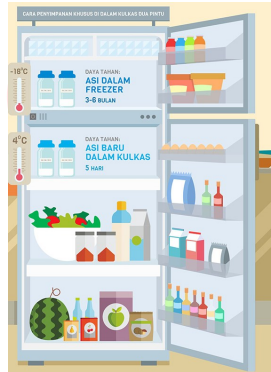


Cara Pemberian ASI yang benar

1. Cuci tangan yang bersih dengan sabun.
2. Perah sedikit ASI dan oleskan di sekitar puting
3. Duduk dan berbaring dengan santai
4. Bayi diletakkan menghadap ke ibu dengan posisi sanggah seluruh tubuh bayi, jangan hanya dan bahunya saja, kepala dan tubuh bayi lurus, hadapkan bayi ke dada ibu, sehingga hidung bayi berhadapan dengan puting susu
5. Dekatkan badan bayi ke badan ibu, menyentuh bibir bayi ke puting susunya dan menunggu sampai mulut bayi terbuka lebar
6. Segera dekatkan bayi ke payudara sedemikian rupa sehingga bibir bawah



Cara Penyimpanan ASI yang benar



1. Masukkan ASI dalam kantung plastik polietilen (misal plastik gula); atau wadah plastik untuk makanan atau yang bisa dimasukkan dalam microwave, wadah melamin, gelas, cangkir keramik.
2. Jangan masukkan dalam gelas plastik
3. Jangan masukkan dalam gelas plastik minuman kemasan maupun plastik Styrofoam
4. Beri tanggal dan jam pada masing-masing wadah
5. Dinginkan dalam refrigerator (kulkas). Simpan sampai batas waktu yang diijinkan (± 2 minggu)
6. Jika hendak dibekukan, masukkan dulu dalam refrigerator selama semalam, baru masukkan ke freezer (bagian kulkas untuk membekukan makanan). Gunakan sebe-



Instalasi PKRS

RSJ Prof. Dr. SOEROJO MAGELANG

Jl. A. Yani No. 169 Magelang

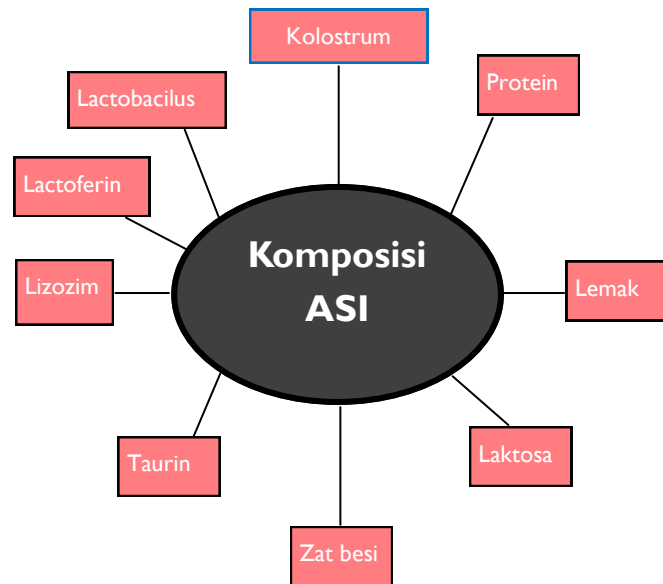
Telpon (0293) 363601 Fax. (0293) 365183

website: www.soerojohospital.co.id

Email : admin@soerojohospital.co.id

ASI Eksklusif ???

⇒ pemberian ASI saja tanpa pemberian tambahan cairan lain (seperti air putih, susu formula, dan lain-lain) ataupun makanan tambahan yang diberikan saat bayi baru lahir sampai



ASI merupakan sumber nutrisi yang paling sesuai untuk bayi

Manfaat ASI



1. Bagi BAYI

- Makanan utama bayi ketika berumur 0 – 6 bulan (mengandung lebih dari 60% kebutuhan bayi)
- Mengurangi resiko infeksi lambung dan usus, sembelit, dan alergi
- Bayi ASI lebih kebal terhadap penyakit
- ASI dapat menaikkan berat badan



2. Bagi IBU

- Mendekatkan hubungan ibu dan bayinya
- Mempercepat kondisi ibu untuk kembali ke masa prakehamilan, BB cepat kembali seperti sebelum hamil
- Mengurangi resiko perdarahan
- Mengurangi resiko terkena kanker rahim dan kanker payudara
- Menghemat waktu, karena tidak perlu mencuci dan mensterilkan botol
- ASI selalu steril dan bebas kuman sehingga aman untuk ibu dan bayinya



3. Bagi keluarga

- Menghemat pengeluaran (tidak perlu membeli susu formula ataupun botol susu)
- Menghemat waktu keluarga, menghemat tenaga keluarga karena ASI selalu tersedia setiap saat, keluarga tidak perlu repot membawa berbagai peralatan susu ketika bepergian

4. Bagi masyarakat dan negara

- Menghemat devisa negara, karena tidak perlu mengimpor susu formula dan peralatan lainnya
- Memperbaiki kelangsungan hidup anak karena dapat menurunkan angka kematian
- ASI merupakan sumber daya yang terus-menerus di produksi

