

Mastitis Semasa Penyusuan Susu Ibu

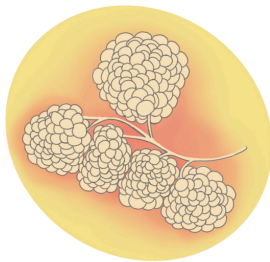
Maklumat Umum:

- Mastitis adalah keradangan pada payudara. Anda mungkin mengalami kemerahan, sakit, dan bengkak.
- Kebanyakan kes mastitis boleh pulih dengan merawat keradangan (sila lihat di bawah). Antibiotik biasanya tidak diperlukan untuk kebanyakan kes.
- Susu dihasilkan dan disimpan dalam gugusan kantung susu yang dipanggil "lobul." Susu tidak disimpan dalam saluran susu.
- Kesakitan pada ketulan disebabkan oleh kantung susu yang penuh. Saluran menjadi sempit kerana bengkak di sekelilingnya. Aliran susu mungkin perlahan tetapi tidak tersumbat. Memicit tidak akan membantu.
- Bengkak payudara pula bermaksud kantung susu terlalu penuh. Ini bukan mastitis.
- Menangguhkan sesi menyusu atau mengepam boleh menyebabkan kemerahan dan ketidakselesaian. Ini bukan jangkitan, tetapi keradangan.

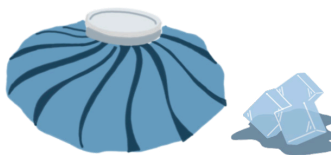
Rawatan:

- Guna ais atau tuaman sejuk untuk mengurangkan kesakitan dan keradangan, seperti rawatan untuk buku lali yang terseliuh.
- Ambil ubat untuk mengurangkan keradangan dan sakit: Ibuprofen dan acetaminophen (paracetamol).
- Pakai bra/coli yang menyokong payudara untuk mengurangkan bengkak.
- Urutan dan picitan kuat boleh mencederakan dan memburukkan keradangan.
- Jangan menyusu atau memerah susu dengan lebih kerap pada payudara yang bermasalah.
- Berhenti menyusu atau memerah susu jika tiada susu keluar. Bengkak mesti surut dahulu.
- Hubungi anggota kesihatan jika tidak pulih dalam 24 jam.
- Penyusuan dan susu ibu adalah selamat walaupun semasa mengalami mastitis, abses, dan mengambil antibiotik.

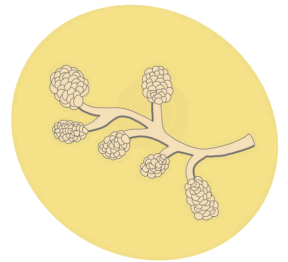
Semasa keradangan, kantung susu menjadi besar dan berketul. Tuaman sejuk dapat mengurangkan bengkak.



Keradangan



Ais



Sihat

Abses dan Sista Susu:

- Abses adalah takungan nanah.
- Sista susu adalah takungan susu (galaktosel).
- Abses dan sista susu sering berlaku jika penghasilan susu terlalu banyak (hiperlaktasi).
- Nanah dalam abses perlu dikeluarkan. Takungan susu dalam sista bersaiz kecil tidak perlu dikeluarkan.
- Anda masih boleh menyusu daripada payudara yang ada abses dan sista susu, walaupun sebelum nanah atau susu dikeluarkan.

Pencegahan:

- Elakkan mengepam susu, jika boleh, semasa mengalami mastitis atau simptom berkaitan. Mengepam susu boleh mencederakan payudara dan puting.
- Menyusu pada payudara atau memerah susu dengan tangan, bila boleh.
- Jangan mengepam susu terlalu banyak untuk disimpan.
- Elakkan penggunaan pelindung puting.
- Jika susu anda berlebihan (hiperlaktasi), dapatkan bantuan untuk mengurangkan penghasilan susu.