

Bayi sembelit: normal atau tak?

[f Share on Facebook](#)

[🐦 Tweet on Twitter](#)

[📞 Whatsapp \(Mobile Only\)](#)

PUBLISHED : 20 DECEMBER 2021



Nur Arzuar Bin Abdul Rahim¹ dan Husnaida Abdul Manan@Sulong²

¹Kluster Perubatan Regeneratif, Institut Perubatan dan Pergigian Termaju (IPPT)

²Kluster Perubatan Integratif, Institut Perubatan dan Pergigian Termaju (IPPT)

Kekeliruan Masalah Bayi Sembelit?

Sebagai ibu-bapa terutama yang masih muda, kadang-kadang kita keliru sama ada masalah sembelit dalam kalangan bayi ini merupakan sesuatu yang perlu dirunsingkan atau boleh diambil ringan. Apa itu sembelit sebenarnya? Adakah sembelit itu, bayi susah berak atau buang air besar yang jarang? Atau buang air besar sikit-sikit ? atau buang air besar dengan najis yang keras? Persoalannya, keadaan mana yang betul dipanggil masalah sembelit?

Bagi memudahkan pemahaman, masalah sembelit boleh didefinisikan sebagai kesusahan untuk membuang najis dalam kalangan bayi atau kanak-kanak. Mereka tidak habis buang air besar. Sembelit ini jugak tidak bergantung kepada frekuensi (kekerapan buang air besar) kerana 'bowel habit' bagi setiap fasa umur bayi berbeza secara fisiologi dan juga boleh berbeza antara bayi yang lain. Oleh itu untuk kita tahu adakah 'bowel habit' itu tidak normal, kita perlu tahu keadaan yang normal dahulu supaya kita dapat bandingkan

'Bowel Habit' Yang Normal

'Bowel habit' bagi seorang bayi ini sebenarnya bergantung kepada umur bayi dan dietnya. Bayi dibawah usia 6 bulan, diet mereka hanyalah menyusu sahaja, sama

ada susu formula atau pun susu ibu. Pada minggu pertama kelahiran seorang bayi, kita akan jangkakan bayi berkenaan akan membuang air besar sekerap 3 – 4 kali sehari kerana itu akan memberi gambaran kepada kita bahawa bayi itu cukup minum tahap hidrasinya bagus. Namun, untuk bayi yang menyusu badan secara eksklusif pula dan penyusuan tersebut tidak bercampur dengan susu formula, kita akan dapati berak bayi tersebut menjadi sangat lawas. Ini kerana manfaat susu ibu yang lembut dan mudah dihadam serta mempunyai bahan nutrisi yang akan melawaskan lagi proses pembuangan najis bayi. Oleh yang demikian, kita akan dapati bayi yang menyusu badan secara eksklusif akan membuang najis 5 – 10 kali sehari. Keadaan ini adalah normal untuk bayi berkenaan asalkan bayi tersebut aktif dan ceria seperti biasa. Kadang kala ada juga ibu bapa yang tersalah sangka bayi mereka itu mengalami cirit-birit. Namun, jika ada sebarang kekusaran rujuklah doktor perubatan untuk mendapatkan nasihat.

Apabila bayi telah berusia di antara 1 – 3 bulan, 'bowel habit' bayi tersebut tidaklah sekerap 4 – 5 kali sehari seperti sebelumnya, secara purata lebih kurang 3 kali sehari bayi berkenaan akan membuang air besar. Jika bayi berkenaan menyusu susu formula pula, 'bowel habit' bayi akan menjadi lebih kurang kerap berbanding bayi yang masih menyusu dengan susu ibu secara eksklusif. Kadang-kadang mungkin 2 kali sehari sahaja, bayi yang menyusu susu formula akan membuang air besar. Selepas umur bayi melebihi 3 bulan dan ke atas, 'bowel habit' bayi akan menjadi lebih jarang dan tidak kerap. Kadang-kadang mungkin 1 kali sehari atau kadang-kadang sampai 1 kali dalam masa seminggu. Bagi bayi yang menyusu badan pula, kadang-kadang kita boleh dapati 2 keadaan yang ekstrim boleh berlaku pada bayi iaitu, bayi membuang air besar 5 – 6 kali dalam masa satu hari atau ada yang 1 kali dalam masa seminggu baru bayi tersebut buang air besar. Namun perlu diberikan perhatian, jika bayi tersebut aktif, ceria, perutnya tidak keras, bayi tersebut juga kentut setiap hari dan apabila buang air besar najisnya lembut dan tidak keras, keadaan ini bukanlah sembelit. Bagi memudahkan para ibu bapa untuk memerhati bayi atau anak mereka menghidapi sembelit atau tidak, tipsnya adalah mereka perlu perhatikan 'bowel habit' anak masing-masing. Sekiranya ibu bapa merasakan ini bukan 'bowel habit' kebiasaan mereka sebagai contoh selalunya bayi mereka membuang air besar setiap hari, tiba-tiba berhari-hari tidak membuang air besar, maka bawaklah bayi tersebut berjumpa doktor perubatan untuk diperiksa.

Tanda-tanda bayi sembelit & puncanya

Tanda-tanda yang boleh diperhatikan oleh ibu bapa jika bayi mengalami sembelit, contohnya bayi tersebut menunjukkan ekspresi muka meneran ketika buang air besar, muka bayi merah ketika meneran, atau bayi menangis semacam susah untuk

mengeluarkan najis atau kadang-kadang bayi menjadi sangat 'fussy', menangis tanpa tahu punca. Ibu bapa yang selalu bersama bayi akan perasan perubahan tingkah laku ini. Ada juga keadaan, ibu bapa boleh nampak sendiri, najis yang keluar dari dubur bayi itu keras, bulat berketul-ketul, berwarna kehitaman (seperti najis kambing) dan susah dikeluarkan. Tanda-tanda ini merupakan bayi anda mengalami sembelit.

Secara umumnya, bayi yang belum diberikan makanan solid, dibawah usia 6 bulan sepatutnya sangat jarang menghidapi sembelit terutamanya yang menyusukan susu ibu secara eksklusif. Susu ibu sebenarnya terbaik kerana bersifat 'protective' dan akan melawaskan proses membuang air besar. Namun sekiranya bayi berusia dibawah 6 bulan, najisnya keras, perutnya keras dan bertingkah laku 'fussy' seperti tanda-tanda disebutkan sebelum ini adalah dinasihatkan untuk segera bawa berjumpa doktor perubatan kerana kemungkinan ada masalah yang lebih serius, terutamanya jika berlaku dibawah usia 1 bulan. Apabila bayi berkenaan dibawa berjumpa doktor kanak-kanak, antara soalan yang akan ditanya adalah ; bayi kentut atau tidak?; perut bayi keras atau tidak?. Ini kerana bayi yang berusia bawah 1 bulan, mereka hanya minum susu formula atau susu ibu sahaja. Pihak doktor juga akan memeriksa bayi dengan lebih lanjut untuk melihat kebarangkalian masalah berkaitan pengsarafan usus atau dipanggil "Hirschsprung disease" atau masalah berkaitan saraf tulang belakang atau 'spinal bifida' yang mungkin terlepas pandang semasa pemeriksaan bayi selepas kelahiran tempohari. Ada juga masalah berkaitan jangkitan pada usus bayi berlaku, yang akan menunjukkan tanda atau kesan darah pada najis bayi.

Bagi bayi yang berusia 6 bulan dan ke atas, yang telah mula makan makanan solid, ibu bapa akan melihat perubahan 'bowel habit' bayi tersebut. Sebagai contoh hari ini bayi buang air besar, esok and lusa juga sama dan tiba-tiba hari selepas itu bayi tidak membuang air besar. Kadang-kadang keadaan ini adalah normal selagi mana bayi aktif, ceria, sihat, perutnya tidak keras atau muntah-muntah. Pengalaman saya sendiri sebagai doktor kanak-kanak, saya sering berjumpa masalah sembelit dalam kalangan kanak-kanak berlaku dalam 2 situasi. Situasi yang pertama, ketika pertama kali ibu bapa hendak mulakan makan makanan solid di usia 6 bulan dan yang kedua, ketika kanak-kanak tersebut bermula sesi di tadika atau taska di usia 4 – 5 tahun. Bagi situasi yang kedua besar kemungkinan faktor psikologi dan persekitaran baru telah mempengaruhi kanak-kanak tersebut. Sebagai contoh selama ini kanak-kanak tersebut membuang air besar di rumah yang lebih 'familiar', apabila bertukar tempat di tandas tadika atau di nurseri, kadang-kadang mereka 'refuse' untuk membuang air besar di situ, kerana tidak suka tandas tersebut atau berasa geli dan tidak selesa. Amalan menahan dari membuang air besar oleh kanak-kanak ini boleh

menyebabkan situasi sembelit berlaku. Dengan latihan dan galakkan yang bersesuaian kepada kanak-kanak berkenaan, keadaan ini mudah dipulihkan seperti biasa.

Sebenarnya, apabila ibu bapa telah memulakan makanan solid kepada bayi di usia 6 bulan, susu formula bukanlah faktor utama yang menyebabkan mereka sembelit, kerana mereka telah makan, mungkin ada faktor lain. Namun bagi bayi yang berusia di bawah 6 bulan yang mengalami masalah sembelit, yang mana di usia ini mereka belum mulakan makanan solid, kemungkinan besar mereka alah kepada susu lembu ataupun di panggil 'cow milk protein allergy' (CMPA). Walau bagaimanapun keadaan ini sangat jarang berlaku. Sebagai contoh, sebelum ini bayi biasa minum susu ibu secara eksklusif dan tiada masalah, namun apabila ibu mula masuk kerja, bayi berkenaan pula diberikan susu formula dan bayi mula mengalami sembelit. Dalam banyak keadaan 'cow milk protein allergy' ini akan menyebabkan simptom cirit birit pada bayi, susu tidak hadam ataupun bayi muntah-muntah. Namun ada juga kes-kes tertentu bayi mendapat simptom sembelit.

Rawatan Sembelit

Susu formula khas atau 'partially hydrolyse milk' biasanya akan disarankan oleh doktor perubatan untuk diberikan kepada kanak-kanak yang mempunyai masalah penghadaman contohnya sembelit atau 'abdominal colic'. Susu formula khas ini lebih 'gentle' dan mudah untuk dihadam. Biasanya susu ini disaran untuk digunakan sehingga 3 bulan atau 6 bulan, sebelum kita kembali kepada diet asal dan lihat balik respon mereka. Seterusnya, pilihan rawatan bagi masalah sembelit untuk kanak-kanak yang lebih besar ada 2 jenis. Namun sebelum itu, kita perlu siasat untuk tahu penyebab sembelit. Adakah masalah ini berlaku disebabkan najis tidak boleh keluar atau najis 'tersangkut' di usus bawah (rektum) atau yang dipanggil 'functional constipation'. Rawatan yang sesuai untuk masalah tersebut adalah kita perlu mengeluarkan najis tersebut menggunakan ubat yang dimasukkan di dubur (disimpacted stool) dan selepas itu perlu ubat makan atau 'maintenance' bagi melembutkan najis mereka. Ubat 'maintenance' ini tidak boleh dimakan sewenang-wenangnya kerana ia perlu mengikut dos yang bersesuaian dan di pantau oleh doktor perubatan. Tujuan ubat 'maintenance' ini adalah supaya selepas najis yang keras keluar (disimpacted stool), najis yang seterusnya akan lembut. Walau bagaimanapun ibu bapa tidak digalakkan untuk kerap menggunakan ubat yang dimasukkan di dubur untuk mengeluarkan najis. Ini kerana ia boleh memberi kesan psikologi kepada kanak-kanak iaitu setiap kali sembelit datang, ubat tersebut akan dimasukkan dan mereka trauma sakit dan akan lebih takut untuk membuang najis. Yang paling penting, ibu bapa dilarang sama sekali untuk memasukkan jari untuk cuba mengeluarkan najis,

keadaan ini sangat menyakitkan dan akan menyebabkan kanak-kanak lebih trauma. Kesimpulannya ibu bapa perlu prihatin dengan masalah sembelit yang dihadapi oleh bayi atau anak masing-masing. Sekiranya terdapat kekeliruan atau kegusaran, segeralah berjumpa dengan doktor perubatan bagi mendapatkan nasihat dan bantuan perubatan.

Penulis Artikel

Nama penulis:

Dr Nur Arzuar Bin Abdul Rahim

Dr Husnaida Abdul Manan@Sulong

Afiliasi:

Kluster Perubatan Regeneratif & Kluster Perubatan Integratif

Bidang kepakaran: Pakar Pediatrik