

# KEPENTINGAN PENYUSUAN SUSU IBU

## 1.2.4 Kepentingan penyusuan susu ibu

### Ibu

1. Membantu mengecutkan rahim dan mengembalikannya kepada saiz yang asal.
2. Mengurangkan pendarahan selepas bersalin.
3. Membakar kalori dan mengembalikan bentuk badan asal ibu dengan cepat.
4. Mengurangkan risiko barah payudara dan barah ovari.
5. Menjarakkan kelahiran jika mengamalkan penyusuan ibu secara sepenuhnya.



### Bayi

1. Membekalkan nutrien kepada bayi.
2. Mengandungi kolostrum untuk menguatkan imuniti bayi.
3. Mencegah masalah alahan seperti asma, ekzema dan kolik bayi.
4. Memberi keselesaan dan keselamatan emosi kepada bayi.
5. Memberi peluang berinteraksi dan meningkatkan hubungan kasih sayang antara ibu dengan anak.

Pernyataan berikut menerangkan kepentingan penyusuan susu ibu kepada ibu dan bayi. Masukkan jawapan **IBU** untuk kepentingan susu ibu kepada ibu dan **BAYI** untuk kepentingan susu ibu kepada bayi.

| Pernyataan                                                              | Jawapan |
|-------------------------------------------------------------------------|---------|
| Mengandungi kolostrum untuk menguatkan imuniti bayi.                    |         |
| Mengurangkan risiko barah payudara dan barah ovari.                     |         |
| Mencegah masalah alahan seperti asma, ekzema dan kolik bayi.            |         |
| Menjarakkan kelahiran jika mengamalkan penyusuan ibu secara sepenuhnya. |         |
| Menjimatkan wang kerana susu tidak perlu dibeli.                        |         |
| Membantu meningkatkan tahap kecerdikan bayi.                            |         |
| Mengurangkan pendarahan selepas bersalin.                               |         |
| Lebih bersih dan mudah diperolehi pada suhu yang betul setiap masa.     |         |