

Kenali Saluran Cerna Anak

- **Mengenal Pola BAB si Kecil**
- **Gejala dan cara penanganan Diare dan Konstipasi**
- **Cara Menjaga Kesehatan Perut si Kecil**





Mengenali Pola BAB (Pup) si Kecil

Frekuensi Buang Air Besar (Pup)

Frekuensi BAB (pup) si Kecil adalah jumlah pup dalam sehari atau rata-rata BAB (pup) dalam 3 Hari terakhir

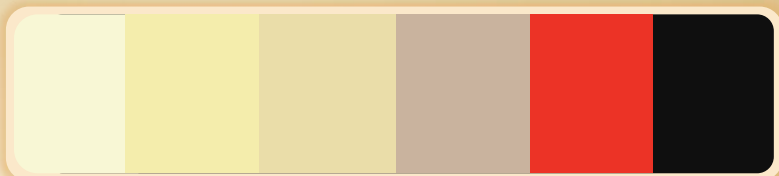
Usia (Bulan)	Frekuensi		
	Terendah	Nilai Tengah	Tertinggi
1	1.3	2.7	6
5	0.6	1.8	4.4
12	0.8	1.8	3.8
36	0.6	1.4	2.9
72	0.4	1.1	2.1
>72	0.4	1	1.9

Warna Feses (Pup)

Normal



Tidak Normal

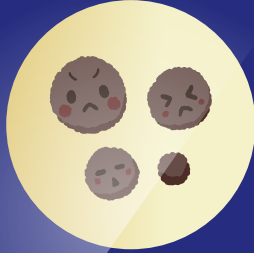


Pada bayi baru lahir dengan warna feses (pup) seperti ini, disarankan untuk segera merujuk ke dokter/rumah sakit karena dicurigai ada gangguan hati atau pendarahan saluran cerna

Reference:

- Bakshi B, et al., Arcg Dis Fetal Neonatal Ed 2012 Sep; 7(5): F385-7
- Bekkali N, et al., J Pediatr 2009; 154:521-6
- Fontana M, et al., Acta Ped Scand, 1989; 78: 682-684
- Tehuteru ES, et al., Sari Pediatri 2001 (3), No.3 129- 133

Bentuk Feses (Pup)



Indikasi Konstipasi
Bentuk seperti kacang
dan gumpalan terpisah
serta sulit dikeluarkan



Indikasi Konstipasi
Bentuk gumpalan
seperti sosis



Normal
Bentuk seperti sosis,
tapi terdapat retakan
pada permukaan



Normal
Bentuk seperti sosis
dengan permukaan
halus dan lembut



BAB Lembek
Gumpalan lembut dengan
potongan pinggir yang jelas
dan mudah dikeluarkan



Indikasi Diare
Potongan halus dengan
tekstur lembek



Indikasi Diare
Struktur cair dan
tidak ada potongan padat

Diare

Tahukah Ibu bahwa Diare merupakan penyebab kematian no. **2** pada anak 1-5 tahun di Indonesia?

Gejala Diare

- **Frekuensi BAB:** >3x atau lebih dari biasanya dalam sehari
- **Tekstur Feses:** encer, cair, berair

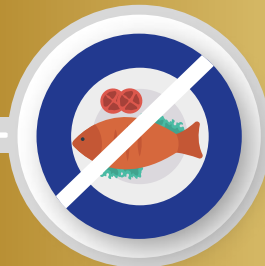
Penyebab Diare



Infeksi Virus,
Parasit & Bakteri



Keracunan
Makanan



Alergi Makanan
Tertentu



Malabsorpsi atau
Intoleransi Makanan
Tertentu

Waspada Dehidrasi



Jaga Asupan
Cairan



Berikan Makanan
Bergizi



Konsultasi
dengan Dokter

Reference :

•World Health Organization 2012. World Health Statistics. WHO.

•Departemen Kesehatan RI, 2011. Buku Saku lintas diare untuk Petugas Kesehatan.

Konstipasi

Tahukah Ibu bahwa **1** dari **3** anak beresiko mengalami **Konstipasi**?*

- **Konstipasi** adalah kondisi dimana di Kecil sulit atau jarang buang air besar yang terjadi selama minimal 2 minggu.



Gejala-gejala Konstipasi yang harus diwaspadai



Anak tidak BAB lebih dari 48 jam



BAB Berdarah



Konstipasi disertai muntah



Muncul Ketidaknormalan pada anus

Bila muncul gejala-gejala ini harus segera konsultasi dengan dokter.

Penanganan yang dapat dilakukan oleh Ibu



Konsultasi dengan Dokter



Pemberian Cukup Cairan dan Serat

Reference:

- Hegar, Badriul. 2017. Mengenal Lebih Dekat Saluran Cerna Anak, BP IDAI.
- Ikatan Dokter Anak Indonesia 2017. Rekomendasi Gangguan Saluran Cerna Fungsional. BP IDAI.
- Fatimah A., et al APPSPGHAN Poster Presentation (Nutrition and Health Outcomes). PP-N-22. 2018.
- Wiley, Jhon. 2015. Gut Health in Earlylife: Implication and Management of Gastrointestinal Disorder. Essential Knowledge Briefing.

*Penelitian dilakukan terhadap anak usia 2-3 tahun.



Cara Menjaga Kesehatan Perut si Kecil



Penuhi nutrisi
si Kecil dengan
Gizi Seimbang



Mengonsumsi
cukup serat



Kenali fungsi
saluran cerna
si Kecil



Cukup aktivitas
fisik untuk stimulasi
gerakan saluran cerna
agar dapat mencerna
makanan lebih baik

Gizi Seimbang bagi si Kecil

Gizi seimbang merupakan kombinasi berbagai bahan berikut dengan jumlah yang sesuai :



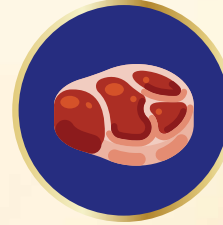
Makanan Pokok

Sumber karbohidrat



Sayuran

Sumber vitamin dan mineral



Lauk Pauk

Sumber protein dan lemak



Buah-buahan

Sumber vitamin dan mineral



Air

akan tetapi

**9 dari 10 anak
kekurangan asupan serat***

Anak 1-3 tahun Memerlukan Asupan Serat **16g/hari**

Contoh pola makan untuk memenuhi
asupan serat Si Kecil



3 menu
makanan utama



300 gram Pepaya
(2 porsi buah)



3 gelas
Bebelac Gold



16 gram
serat

Reference :

• Fatimah A., et al APPSPGHAN Poster Presentation (Nutrition and Health Outcomes). PP-N-22. 2018
• AKG, 2013. Depkes RI.

*Penelitian dilakukan terhadap anak usia 2-3 tahun.

Bebelac **GOLD** Tinggi Serat

Bantu Penuhi Kebutuhan Serat Harian si Kecil



Beli Disini



Beli Disini



Beli Disini



Join Us !

➔ <https://bebeclub.co.id/>

☎ **0804 111 2233**



Bebecclub Indonesia



@Bebecclub



082120000111



SMS 081289822222