

# Jangan Bimbang PAYU ANDA Tetap Anggun

Kepada wanita, sila pastikan susu ibu hanyalah untuk bayi, dan bukan untuk dikongsi dengan orang lain!

ADA sesiapa di luar sana pernah mendengar CMPA? Saya pun mengetahuinya hanya baru-baru ini ketika menghadiri satu pertemuan di Kuala Lumpur anjuran sebuah NGO yang prihatin mengenai penyusuan ibu. Kelakar betul, saya diminta memberi ceramah mengenai susu badan.

Memang terasa asing – malah pelik – lelaki warga emas seperti saya diminta bercakap mengenai perkara di luar bidang. Bidang saya adalah media dan komunikasi, macam mana hendak bercerita mengenai susu badan? Gementer juga saya sebab sebahagian besar hadirin adalah wanita.

Mujur ada seorang doktor lelaki, pakar kanak-kanak, yang juga dijemput untuk memberi ceramah. Beliauah yang menyebut CMPA, satu istilah baru bagi saya. Mengejutkan, apabila saya bertanya kepada beberapa orang wanita yang duduk berhampiran, mereka pun geleng-geleng kepala.

Menurut doktor pakar berkenaan CMPA adalah ringkasan untuk 'cow's milk protein allergy' atau alahan yang terjadi pada sesetengah bayi akibat mengambil susu formula. Menurut beliau, alergi susu merupakan respons abnormal oleh sistem imun badan terhadap susu dan produk yang mengandungi susu.

Kesimpulan dari ceramah ilmu yang

disampaikan oleh pakar kanak-kanak itu ialah: "Berilah bayi anda susu badan, sebab susu ibu adalah yang terbaik untuk anak anda." Walaupun bukan seorang ibu, bersetuju betul saya dengan saranan doktor pakar berkenaan.

Tidak sahaja doktor pakar, sebenarnya syarikat-syarikat pengeluar produk susu formula bayi sendiri mengelaskan – dalam iklan, juga pada pembungkus produk – bahawa sebagai mana pun susu lembu, pasti tidak dapat mengalahkan susu ibu. Al-Quran sendiri menyebut perkara ini.

Secara kebetulan, menurut emak, sejak jeritan pertama setelah dilahirkan, saya telah diberi susu ibu. Kehidupan amat sederhana ketika itu, abah tidak mampu membeli serbuk susu formula bayi, walaupun waktu itu sudah ada satu atau dua jenama yang disyorkan doktor dan bidan, atau tempat saya dulu-dulu dipanggil misi.

Cuma saya sudah terlebih menghisap puting emak. Sepatutnya susu badan hanya untuk tempoh dua tahun, tetapi saya meneruskannya hingga masuk empat tahun. Sedikit menyulitkan, malah kadang-kadang memalukan emak, lebih-lebih lagi ketika dia sedang sibuk rewang di rumah orang kahwin, saya mendekati dan minta susu.

Selalu emak menakutkan saya dengan berkata: "Tu polis datang, dia nak tangkap budak hisap tetek!" Hanya apabila adik saya lahir, barulah saya berhenti menetek. Kini emak sudah lapan tahun pergi, tidak terbalas jasanya menyusukan saya. Semoga rohnyanya ditempatkan dalam kalangan orang beriman!

Itu kisah saya dan susu emak kira-kira 60 tahun dulu. Tidak syak lagi,

dalam era ICT yang serba canggih, tidak ramai wanita rela berkorban seperti ibu saya. Walaupun kempen penyusuan ibu diadakan dari semasa ke semasa, wanita moden lebih selesa memberi bayi mereka susu lembu.

Tambahan pula kini ada sekian banyak susu formula bayi, pelbagai jenama dengan kempen menerusi iklan yang begitu hebat. Makan susu sekian-sekian, anak akan cergas dan pintar, demikian susu lembu diiklankan untuk makanan bayi manusia. Malah sesetengah klinik dan hospital swasta turut sama mempromosi susu formula sejak hari pertama seseorang ibu disahkan hamil.

Ada ibu yang prihatin dan merelakan putingnya dihisap oleh bayi, tetapi hanya untuk beberapa hari, paling lama pun 60 hari. Menjadi lumrah kepada kebanyakan ibu yang bekerja, sebaik cuti bersalin tamat, dan ibu kembali bertugas di pejabat, bayi yang ditinggalkan bersama 'bibik' mula diberikan susu lembu.

Pada hemat saya salah satu sebab wanita moden keberatan menyusukan bayi dengan susu badan ialah kerjaya. Bukan tidak sayang pada si comel, tetapi tuntutan kerja selalunya membantutkan kerelaan untuk payunya terus dihisap si montel. Ini lebih-lebih lagi bagi wanita yang berjawatan tinggi, dan perlu sentiasa mementingkan keterampilan diri.

Wanita kita memang menunjukkan kecemerlangan dalam kerjaya. Fakta-fakta dari Laporan Tenaga Buruh Malaysia 2012 yang dikeluarkan Jabatan Perangkaan Malaysia dengan jelas menunjukkan wanita menguasai lelaki dalam sesetengah pasaran kerja di sektor awam.

Seperti yang disiarkan media baru-

baru ini, lebih ramai wanita berkhidmat dalam kategori profesional berbanding lelaki di negara ini, dengan 686,600 orang atau 55 peratus, berbanding lelaki yang mencatatkan 559,800 orang atau 45 peratus. Malah, wanita juga mendominasi kategori sokongan perkeranian dengan guna tenaga 843,700 orang atau 72.1 peratus.

Pendek kata di sektor awam pekerjaan kaum Hawa mengalahkan Adam. Di sektor swasta juga wanita semakin ramai menduduki kerusi-kerusi penting sebagai CEO, pengarah, dan lain-lain jawatan kanan di peringkat pengurusan dan pembuat dasar.

Kecenderungan untuk memacu kerjaya dengan sendirinya menjadikan mereka keberatan untuk menyusukan bayi. Bercajak berdasarkan pengamatan, memang leceh apabila menyusukan bayi semasa bekerja. Sekiranya rumah berhampiran tempat kerja, ibu boleh pulang ketika tiba waktu menyusukan anak.

Anak saya yang pertama (lelaki) dan kedua (perempuan) berkesempatan menyusui badan hanya selama ibu cuti bersalin. Lepas itu mereka makan susu 'mooww' dari New Zealand. Tetapi isteri saya berazam untuk penyusuan ibu sepenuhnya kepada anak ketiga (lelaki) dan si bongsu (perempuan).

Memang leceh dan menuntut kesabaran. Selepas subuh dia menyusukan bayi hingga kenyang. Sebelum berpakaian dan bersolek untuk ke pejabat ada tugas yang lebih rumit, iaitu memerah payudaranya – menggunakan sejenis alat – untuk memasukkan susu ke dalam botol.

Bukan kerja mudah untuk mendapatkan dua botol @ dua susuan, tidak cukup sejam, dan meleitihkan, kesian dia. Ada ketikanya saya menolngnya menggunakan alat tersebut. Maaf cakap, ini pun satu dugaan

juga untuk saya!

Susu badan dalam botol itu disimpan dalam peti sejuk. Ketika tiba waktu susuan, bibik akan memanaskan botol berisi susu itu dalam air suam. Proses itu berlaku setiap hari kerja, kerap beberapa kali dia lewat ke pejabat sebab penat diparah susu tidak mahu keluar.

Alhamdulillah, berkat kesabarannya, juga yang lebih penting kefahaman dan kerjasama dari saya sendiri, dua orang anak terakhir kami melengkapkan penyusuan asli genap dua tahun. Yang

**Memang leceh dan menuntut kesabaran. Selepas subuh dia menyusukan bayi hingga kenyang. Sebelum berpakaian dan bersolek untuk ke pejabat ada tugas yang lebih rumit, iaitu memerah payudaranya – menggunakan sejenis alat – untuk memasukkan susu ke dalam botol. Bukan kerja mudah untuk mendapatkan dua botol @ dua susuan, tidak cukup sejam, dan meleitihkan, kesian dia.**

ketiga kini di Istanbul, Turki, bekerja di sebuah akhbar berbahasa Inggeris, yang bongsu di tahun dua bidang komunikasi di sebuah universiti swasta. Harap-harap berkat pengorbanan ibunya, anak-anak itu mengikut jejak saya, insya-Allah.

Pada hemat saya, suami perlu memberi kerjasama dan galakan kepada isteri dalam bab susu-susu seperti ini. Untuk tempoh penyusuan selama dua tahun, biarlah keutamaan payudara ditumpukan kepada bayi, lebih-lebih lagi waktu malam. Ayah bayi kenalah mengalang, jangalah berebut payu

dengan si comel. Selalu ingat, susu ibu adalah untuk bayi, bukan untuk orang lain!

Bagi sesetengah wanita yang mementingkan keterampilan, mereka keberatan untuk menyusukan bayi sebabimbang kecantikan dan keanjalan bukit berapit itu terjejas sekiranya setiap hari diganggu bayi. Konon kalau se-lalu di dalam mulut bayi, kadang-kadang digigit, kilang susu itu akan kendur. Ini mitos.

Tidak ada bukti saintifik bahawa menyusukan bayi akan mencecehkan simbol keunggulan wanita itu. Sebaliknya tentu ada rahmat apabila Allah memerintahkan ibu supaya memberi susu badan kepada insan yang baru lahir. Malah, ada bukti bahawa penyusuan badan boleh mengembalikn berat tubuh ibu seperti sebelum hamil.

Dengan menyusukan bayi juga ibu dapat lebih cepat mengurangkan masalah kesihatan semasa hamil seperti sindrom metabolisme, obesiti, tekanan darah dan penambahan glukosa. Jadi jangan bimbang sangat mengenai bentuk dan kesegaran payudara. Percayalah keindahan tetap terserlah, dan anda tetap wanita tulen.

Sehari dua ini ada berita baik mengenai penyusuan ibu. Pertama, di Seremban kesedaran menyusui badan semakin meningkat. Menurut Pengerusi Kumpulan Sokongan Susu Ibu daerah Seremban, Mariam Madhar Ali, tujuaan kesihatan ke atas wanita yang melahirkan serta amalan penyusuan susu ibu pada tahun lalu menunjukkan hanya 24.4 peratus berbuat demikian, berbanding tambahan ketara pada tahun ini selepas 46 peratus.

Kedua, tahniah, wanita Terengganu mencatatkan kadar penyusuan ibu paling tinggi berbanding negeri-negeri lain. Saya perhatikan wanita Negeri Penyui itu tidak kurang cantik dan tetap berdada anggun walaupun menyusukan bayi. ☐