

## PROSES MENYUSUI

No	Ayah	Ibu
1	Mempersiapkan handuk hangat untuk Ibu.	Menyusui setiap 2-3 jam sekali
2	Mempersiapkan bayi dengan melepas bedong, sarung tangan/kaki	Persiapkan diri dengan cuci tangan, pijat lembut payudara dan bersihkan sejenak dengan handuk air hangat
3	Membawakan snack dan air minum untuk Ibu	Posisi pelekatan ( <i>latch on</i> ) dengan pastikan memasukkan seluruh bagian areola payudara ke dalam mulut bayi sebelum mulai disedot dan coba beberapa variasi posisi menyusui
4	-	Beri penekanan pada payudara untuk membantu pelekatan dan sambil pijat lembut selama menyusui
5	Bantu mengingatkan apabila sudah lewat waktu per payudara	Lama menyusui +/- 15 menit per payudara
6	-	Bantu bayi untuk melepaskan payudara dengan tahan lembut rahang atau dagu bawah
7	Bantu bayi untuk <b>burping</b>	Lanjutkan pumping dengan tangan selama 2-3 menit sampai payudara benar-benar kosong
8	Bersihkan rongga mulut bayi dengan kasa dan air hangat	Kompres dengan handuk atau kapas selama 5 menit
9	Pakaikan kembali bedong dan sarung tangan/kaki	Oleskan susu tetes terakhir ke sekitar putih untuk cepat menyembuhkan luka puting