



SAYALAH BAYI LE-LAKI YANG PALING KACAK!

BILA BESAR NANTI SAYA NAK JADI DOKTOR...



SERONOKNYA, SAYA DAH KELUAR DARI PERUT IBU SAYA!



DAMAINYA TIDUR KAT SINI...



July, 2008



barakahhealthcare

Barakah e-News
From: Poliklinik & Pusat Bersalin Barakah
Bandar Puteri, Klang. Tel: 03-51625622

The Newborn

Volume 1, Issue 1

For Internal
Circulation only

INTRODUCTION



WELCOME to the first issue of Kelab Tunas Barakah Newsletter !



We welcome you to the pregnancy, parenthood and the maternity services of the Barakah Maternity Center. Every effort is made to make your experience in our Maternity Center the next best thing to being home. In the last 3 months, 14 babies were born at Barakah Maternity Center.

Boy or girl, it is a cause for deep thankfulness and rejoicing. If it is healthy, we are deeply grateful and pray that this favor will be continued; if it is not, we ask Allah for patience and help with the test He has seen fit to send us and begin our life with him or her.

The creation of a child is something very special and wonderful, a time for us to marvel at the immense creative power of God. Your child is the greatest gift you will ever receive. From the moment you first hold this miracle of life in your arms, your world will be broader and richer.

In the meantime, we want to help you get ready for your baby by providing you with some helpful information about pregnancy, some things to do to prepare for labor and birth, and about care for you and your baby after birth. We also want you to know the many ways the Barakah Maternity Center is here to help you and your new, growing family.

Each child is born different from each other. Even identical twins exhibit some minor differences. A sense of wonder comes over us as we gaze at a newborn, coming into this world from its Creator's hand, so perfectly formed, down to its minuscule fingernails. It carries with it the personality which its Creator gave it, its own bit of individuality and uniqueness within its species.

We pray to Allah that this newsletter may bring only good to mothers and their children.....
We wish our readers well and our heartfelt thanks for your interest and support.

Azmi Yaakub,
GM POLIKLINIK DAN PUSAT BERSALIN BARAKAH

TANDA-TANDA AWAL KEHAMILAN...



Bagaimana Untuk Mengesannya ??

Disusun oleh : DR. KHAIRIAH BT. SEMAN
BMBS (Australia), MMed O&G (USM)
Konsultan Obstetrik & Ginekologi



Bila bermulanya tanda-tanda ini serta tahap keseriusannya berbeza dari seorang wanita dengan wanita yang lain. Ada mereka yang terus merasainya selepas beberapa hari sahaja haid lewat, ada juga yang merasainya selepas beberapa minggu hamil, dan ada juga yang bernasib baik langsung tidak mengalami sebarang alahan mengandung. Kebanyakan dari tanda-tanda ini adalah sama dengan tanda-tanda haid akan datang.

1. Loya dan muntah - Rasa loya dan muntah ini boleh bermula seawal satu minggu lewat haid. Kebanyakan wanita mengalaminya di waktu pagi (sebab itu tanda ini dipanggil "morning sickness"), tetapi ada juga yang merasainya sepanjang hari. Keadaan ini disebabkan oleh peningkatan paras hormon berkaitan kehamilan dalam darah wanita tersebut.

Tidak ada penjelasan sebenar tentang tanda ini, juga tentang cara-cara mengatasinya, namun beberapa langkah berikut boleh dilakukan untuk mengurangkannya:

- makan kerap tetapi dalam kuantiti yang kecil
- elakkan memakan makanan yang berempah atau berminyak
- makan sedikit protein dan karbohidrat sebelum tidur. Ini boleh mengurangkan rasa loya pada keesokan pagi

Masalah muntah ini boleh menjadi sangat teruk menyebabkan wanita yang hamil itu tidak boleh minum dan makan. Ini menyebabkan kehilangan air dan garam galian dari tubuh, yang membahayakan kesihatan dan mengancam kehamilannya. Sekiranya keadaan ini berlaku, wanita itu perlulah di masukkan ke hospital supaya dapat diberi rawatan dengan air yang mengandungi garam galian menerusi saluran darah dan juga suntikan ubat-ubatan. Antara ubat yang diberikan oleh doktor untuk mengatasi masalah ini ialah maxalon, stemetil, pyridoxine. Ubat-ubat ini Insyaallah selamat untuk bayi dalam kandungan.

2. Sakit payudara - Payudara boleh menjadi sangat sensitif, bengkak dan mula membesar. Dalam masa yang sama, salur darah dalam payudara akan mula kelihatan, puting akan menjadi lebih gelap, lebih menonjol dan sensitif. Ini semua disebabkan oleh hormone HCG yang mula meningkat.

3. Kerap membuang air kecil - Kehamilan menyebabkan rahim (uterus) membesar dan ini akan menekan pundi kencing yang berada di hadapan rahim. Tekanan ini menyebabkan anda merasa kerap hendak membuang air kecil. Kebanyakan wanita mula merasai tanda ini seawal beberapa minggu pertama kehamilan.

4. Rasa letih berlebihan - Ini, boleh dikatakan berlaku kepada semua wanita hamil. Ini disebabkan oleh perubahan hormon dan bayi yang sedang membesar.

5. Haid yang terhenti atau sedikit sahaja - Pendarahan sedikit boleh berlaku sekitar waktu yang sepatutnya datang haid. Pendarahan ini disebabkan oleh proses implantasi iaitu proses di mana telur yang telah disenyawakan melekat ke dinding rahim.

6. Pening atau pitam - Ini berlaku disebabkan oleh perubahan tekanan darah yang semakin rendah terutama semasa berdiri untuk jangka masa yang lama, juga boleh disebabkan oleh kandungan gula dalam darah yang rendah.

7. Sembelit - Perubahan hormon semasa hamil menyebabkan fungsi/pergerakan usus berkurangan. Ini sebenarnya untuk memberi masa yang maksima untuk proses penyerapan zat dan vitamin. Malangnya, ini akan menyebabkan sembelit dan ianya akan bertambah teruk dengan meningkatnya umur kandungan.

Masalah sembelit kebanyakannya dapat diatasi dengan melebihi buah-buahan dan sayur-sayuran dalam sajian seharian. Buah-buahan seperti betik dan pisang adalah baik bagi mengatasi masalah sembelit ketika hamil.

Sembelit yang teruk boleh menyebabkan timbulnya buasir. Ini kadangkala menyebabkan pendarahan daripada dubur khususnya jika sembelit itu teruk. Elakkan sembelit dan kalau berlaku, rawatan khususnya ialah dengan menggunakan ubat yang dimasukkan ke dalam dubur untuk mengurangkan buasir. Biasanya keadaan ini akan pulih selepas kelahiran anak.

8. Mudah tersinggung - Ini disebabkan oleh perubahan hormon. Perasaan mudah tersinggung ini biasanya bertambah baik selepas trimester kedua. Diet yang seimbang, senaman yang berpatutan dan rehat yang cukup boleh membantu menangani masalah ini. Suami memainkan peranan yang sangat penting di sini.

9. Pedih ulu hati (Heartburn) - Bayi yang semakin membesar akan menolak ke bahagian atas perut, serta hormon HCG yang melambatkan pergerakan usus/sistem penghadaman menyebabkan asid di dalam perut bertambah. Inilah punca pedih ulu hati. Masalah ini mudah diatasi dengan meminum lebih susu dan memastikan perutnya tidak kosong dengan memakan makanan berdekkit-dikit tetapi kerap kali. Jika masalah ini menjadi lebih teruk, rawatan yang khusus boleh diberikan dengan memberi ubat yang mengandungi *Antacid* seperti *gelusil* atau magnesium *trisilicate*.

Walau bagaimanapun, semua tanda-tanda ini tidak merbahaya dan semua wanita digalakkan memasuki fasa kehamilan dengan penuh persediaan, samada dari segi mental mahu pun fizikal. Kehamilan bukanlah satu penyakit. Sekiranya seseorang wanita itu memahaminya bagaimana perubahan dalam dirinya berlaku, maka dia akan berjaya melalui masa selama lebih kurang sembilan bulan itu dengan lebih tenang dan gembira.

BEBERAPA GAMBAR BAYI YANG SEMPAT DI
RAKAM DI PUSAT BERSALIN BARAKAH



EIH! SILAU LA!!!

MAK, SAYA LAPAR!



JANGAN KACAU
SAYA, SAYA NAK
TIDUR LA!



JANGAN LA AMBIL
GAMBAR SAYA,
SAYA MALU...



SAYA PENAT...



SAYALAH BAYI PER-
TAMA BARAKAH

SAYA PERLUKAN
REHAT YANG
SECUKUPNYA...



SAYA JUGA!



GIVE ME FIVE!



KENAPA SAYA
MESTI DI
BALUT ??



PENDARAHAN SEMASA KEHAMILAN

Disusun oleh : DR. KHAIRIAH BT. SEMAN
BMBS (Australia), MMed O&G (USM)
Konsulten Obstetrik & Ginekologi

• Pengenalan

Punca pendarahan semasa mengandung adalah pelbagai. Ia boleh berlaku pada bila-bila masa sepanjang tempoh kehamilan. Jika ini berlaku, adalah amat penting bagi wanita berkenaan memberitahu doktor ataupun bidan dengan segera.

Pendarahan boleh jadi sedikit tetapi kadang-kadang boleh jadi banyak hingga mengancam nyawa ibu dan janinnya. Pendarahan boleh ada bersama sakit kontraksi.

• Penyebab pendarahan:

A) Peringkat awal kehamilan

- Keguguran
- Kehamilan ektopik atau di luar rahim
- Kehamilan molar

B) Peringkat akhir kehamilan

- Plasenta abruption (uri lekang)
- Plasenta Previa (uri bawah)
- Kelahiran berdarah

C) Punca Lain

- Ektropion - perubahan di pangkal rahim (serviks) yang tidak merbahaya yang berlaku di pertengahan kedua kehamilan.
- Jangkitan pada faraj atau kecederaan
- Sebab-sebab yang berkaitan dengan pangkal rahim atau serviks - Polyps, Neoplasia atau Servisititis
- Tidak diketahui - 50% dari pendarahan yang berlaku ialah di trimester pertama di mana puncanya tidak diketahui.

• Kesan/komplikasi

- Anemia
- Renjatan (shock)
- Kematian janin atau ibu
- Jangkitan kuman
- Koriokarsinoma atau 'invasive mole' dalam kes kehamilan molar (hydatidiform mole).
- Kelahiran bayi pramatang berserta komplikasi yang berkaitan
- Koagulopati- gangguan pada mekanisma pembekuan darah

• Ujian-ujian yang perlu dilakukan

1. **Pemeriksaan di bahagian faraj**
2. **Ujian darah**, termasuklah:
 - Kiraan sel darah lengkap
 - HCG (Human Chorionic Gonadotrophin), iaitu sejenis hormon yang dihasilkan ketika hamil.



Paras HCG

- Menurun bagi kes keguguran spontan
- Meningkat begitu tinggi dalam kes kehamilan molar
- Meningkat secara beransur-ansur untuk kehamilan ektopik atau kehamilan luar rahim.

□ Kumpulan darah dan pengkelasan Rhesus (Rh)

- Pesakit yang Rhnya negatif memerlukan imunoglobulin Rho(D) (RhoGAM)
- Jika berlaku pendarahan berlebihan, pemindahan darah mungkin diperlukan

□ Kajian pembekuan darah (fibrinogen, produk fibrin, platelet)

- Biasanya bagi pendarahan yang berlaku di peringkat akhir kehamilan atau sewaktu pengguguran tertinggal, kajian ini dilakukan

• 3. Ultrasound

- Mendiagnosis kehamilan molar (dengan ketepatan sebanyak 98%)
- Menentukan bilangan bayi yang dikandung
- Menolak atau mengecualikan kehadiran kehamilan ektopi
- Mendiagnosis plasenta previa.

• 4. Rawatan Am

- Kebanyakan pesakit di trimester pertama (3 bulan pertama) yang mengalami pendarahan tidak perlu dimasukkan ke hospital. Bagi yang memerlukan, biasanya, mereka hanya dikehendaki berehat di katil dan diawasi dengan rapi.
- Pendarahan yang berlaku di peringkat akhir kehamilan memerlukan pemantauan dalam hospital. Jika pendarahan terus berlaku dan boleh mengancam nyawa ibu atau janinnya, maka pembedahan Caeserean kecemasan mungkin terpaksa dilakukan atau langkah berjaga-jaga akan diambil sehingga janin menjadi lebih matang.

• 5. Pembedahan

- Bagi keguguran yang tidak dapat dielakkan atau tidak lengkap, tatalaksana Dilatasi dan Pengkuretan atau dikenali sebagai D&C (dilatation & curettage) dilakukan.
- Jika keguguran tersebut tidak dapat ditentukan samada lengkap atau tidak: D&C juga dijalankan untuk membuang sisa-sisa yang tertinggal
- Untuk kehamilan molar atau kehamilan ektopik: pembedahan yang sesuai akan dijalankan selepas disahkan diagnosis.

• Prognosis

Bergantung kepada:

- Penyebab pendarahan faraj
- Keterangan pendarahan
- Kepantasan dan ketepatan rawatan yang dibuat selepas disahkan diagnosis.



UNTUK ANAK ANDA YANG MALAS BASUH TANGAN

Seorang warga asing Islam keturunan Bangladesh telah datang ke klinik. Dia membawa anaknya berumur 4 tahun untuk membuat pemeriksaan. Anaknya kelihatan sugul dan pucat.

“Kenapa dengan anak encik? Ada masalah apa?”

“2 hari lepas selepas anak saya membuang air besar, dia kata ada terjumpa beberapa ekor “ular” di dalam najisnya.”

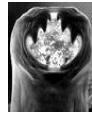
“Saya tak percaya, jadi saya pergi sendiri dan lihat. GELI!!! Ada beratus-ratus ekor cacing kecil yang bergumpal macam bola golf keluar dari punggung dia.”



Kecacingan adalah perkara yang agak lumrah di kalangan kanak-kanak... terutama yang selalu keluar rumah tak pakai selipar, makan itu dan ini yang tidak dimasak atau separa masak, terutama di kawasan rumah yang kurang bersih atau seperti kawasan setingan atau laman yang bertanah.

Antara cacing-cacing yang popular di Malaysia :-

Cacing gelang (*Ascaris Lumbricoides*)
– besar macam gelang... boleh masuk hati dan paru-paru..



- **Cacing kerawit (*Necator Americanus*)** – ada gigi tajam tapi kita tak nampak!... la masuk melalui kaki.. kuat hisap darah.
- **Cacing rambu atau cacing benang** – selalu melekat di kawasan dubur, Halus.
- **Cacing pita** – macam pita, pipih tapi panjang... susah nak dibunuh..

Antara tanda-tanda anak-anak yang kecacingan ialah (bergantung kepada jenis cacing) :-

- * Keluar cacing daripada lubang najis, atau nampak cacing pada najis.
- * Kegatalan terutama di kawasan punggung, terutamanya pada waktu malam.
- * Sakit perut, cirit-birit, lemah badan, kembung.
- * Tiada selera makan, pucat, kurang berat badan walaupun selera makan ada.
- * Batuk-batuk teruk yang berpanjangan, batuk berdarah.
- * Demam, ruam-ruam badan, alahan .
- * Kaki gatal, sakit dan ruam pada kaki, bengkak kaki (untuk cacing kerawit)

Apa yang anda perlu buat :-

1. Jumpa doktor untuk mengambil ubat cacing.
2. Semua ahli keluarga juga harus memakan ubat cacing termasuk ibu dan ayah.
3. Potong kuku pendek.
4. Basuh sayur-sayuran dengan bersih, masak betul-betul terutamanya masakan daging.
5. Pakai kasut atau selipar ketika keluar rumah.
6. Sekiranya ada haiwan peliharaan seperti kucing, periksa juga tapak kaki dan badan mereka.
7. Amalkan membasuh tangan (anda dan anak anda), sebelum dan selepas makan.
8. Juga cuci tangan dengan sebersih-bersihnya dengan sabun terutamanya selepas membuang air besar atau bermain.

Akhir kata, kepada anda dan anak anda yang mempunyai masalah kecacingan atau mempunyai gejala-gejala di atas.. maka bolehlah datang ke klinik secepat mungkin... **JANGAN JADIKAN ANDA MANGSA CACING...**

• Pencegahan

Tidak ada yang khusus, tetapi berikut adalah langkah-langkah yang boleh diambil:

- Bagi kes abrupsi plasenta, risiko untuk keadaan ini berulang lagi pada kehamilan yang akan datang adalah dalam 10%. Pemantauan yang rapi amat penting.
- Kedudukan plasenta yang rendah atau pendarahan yang berlaku di waktu awal kehamilan - dinasihatkan supaya berehat secukupnya dan elakkan daripada mengadakan hubungan kelamin buat sementara waktu.
- **Pendarahan sewaktu mengandung tidak boleh diabaikan! Sebarang pendarahan yang berlaku terutamanya pada trimester ketiga, perlu dilaporkan kepada doktor dengan segera.**

Keadaan-keadaan Yang Boleh Menyebabkan pendarahan



1. Keguguran

Kehilangan janin sebelum 24 minggu diistilahkan sebagai keguguran. Keguguran kebanyakannya terjadi dalam masa 12 minggu pertama. Keguguran adalah perkara biasa: lebih kurang 1 dalam 10 kehamilan berakhir dengan keguguran.

Jika anda mengalami pendarahan melalui faraj yang disertai dengan kekejangan pada bahagian bawah abdomen, ada kemungkinan keguguran berlaku. Pendarahan tersebut boleh berhenti dan kehamilan terus berjalan dengan normal, ataupun, pendarahan dan kekejangan menjadi semakin teruk dan keguguran boleh berlaku.

2. Kehamilan Ektopik (luar rahim)

Merupakan satu keadaan di mana kehamilan berlaku di luar rahim, biasanya di salah satu tiub Fallopio. Pesakit biasanya mengadu sakit di bahagian pinggang atau pelvis dan pendarahan melalui faraj. Kehilangan darah boleh menyebabkan pesakit mengalami renjatan (shock). Kehamilan Ektopik merupakan satu kes kecemasan dan memerlukan rawatan segera.

3. Kehamilan Molar

Keadaan ini dikenali juga sebagai penyakit Trofoblastik atau 'Hydatidiform Mole'. Ia mengakibatkan ketumbuhan sejenis tisu yang luar biasa tetapi bukannya embrio. Rawatan biasanya dengan melakukan pengkuretan atau pembersihan uterus. Lebihkurang 10% dari kes ini boleh menjadi kanser dan memerlukan rawatan yang selanjutnya dengan ubat-ubatan(chemotherapy).

4. Abrupsi plasenta

Jika plasenta yang membekalkan nutrien kepada janin terpisah dari tempat asalnya ke dalam dinding uterus (keadaan ini dipanggil abrupsi plasenta), pendarahan mungkin berlaku. Pesakit mungkin mengalami kesakitan di bahagian abdomen dan ketegangan pada uterus.

Jika ini berlaku, ibu tersebut dalam bahaya, proses kelahiran perlu disegerakan, transfusi darah mungkin diperlukan. Pembedahan Caeserean mungkin perlu walaupun dalam keadaan tertentu proses kelahiran secara biasa boleh dilakukan

5. Plasenta previa

Dalam keadaan ini, plasenta tertetak di bahagian bawah rahim dan menutup sebahagian ataupun kesemua pangkal rahim/serviks. Ia boleh menyebabkan pendarahan berlebihan sebelum dan semasa kelahiran.

Jika pendarahan tidak dapat dikawal, kemungkinan besar pembedahan Caeserean perlukan dilakukan dengan segera untuk menyelamatkan bayi tersebut, walaupun kelahiran itu belum cukup masa (pramasa).

6. Proses kelahiran

Pendarahan yang sedikit merupakan petanda yang seseorang itu hendak bersalin. Ia biasanya bermula dengan terkeluarnya sedikit mucus/lendir dan darah melalui serviks.

Jika ini berlaku lebih awal dari tarikh jangkaan bersalin, ia mungkin merupakan tanda-tanda kelahiran pramasa. Maklumkan perkara ini kepada doktor atau bidan dengan segera.

