



SIARAN AKHBAR

KEMENTERIAN KESIHATAN

**PERUTUSAN
YANG BERHORMAT
DATO SERI SETIA DR HAJI MD ISHAM BIN
HAJI JAAFAR
MENTERI KESIHATAN
SEMPENA SAMBUTAN
MINGGU PENYUSUAN SUSU IBU 2025**

01 HINGGA 07 OGOS 2025

TEMA:

**“UTAMAKAN PENYUSUAN SUSU IBU: MEMBANGUN
SISTEM SOKONGAN YANG MAMPAN”**
(Prioritise Breastfeeding: Create Sustainable Support Systems)

- I. Minggu Penyusuan Susu Ibu (PSI) Sedunia diraikan setiap tahun pada 01 hingga 07 Ogos dengan tujuan untuk meningkatkan kesedaran mengenai manfaat PSI dan untuk mempromosikan persekitaran yang menyokong dan mengekalkan amalan PSI. Tema sambutan pada tahun ini ialah **“Utamakan Penyusuan Susu Ibu: Membangun Sistem Sokongan Yang Mampan**

(Prioritise Breastfeeding: Create Sustainable Support Systems)’’.

2. Penyusuan Susu Ibu adalah asas penting untuk kesihatan ibu dan anak damit. Susu ibu adalah sumber pemakanan yang unik dan sempurna kerana ia mengandungi semua nutrien yang diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan anak damit secara optima. Selain itu, susu ibu turut mengandungi antibodi yang berperanan melindungi anak damit dari pelbagai jangkitan penyakit termasuk jangkitan paru-paru dan telinga, mengurangkan masalah cirit-birit, dan juga mengelakkan karies gigi.
3. Pemberian PSI juga mempunyai manfaat kesihatan yang berpanjangan untuk ibu dan anak damit termasuk mengurangkan risiko untuk menghidap penyakit-penyakit tidak berjangkit seperti kencing manis, penyakit jantung, beberapa jenis kanser dan juga boleh mencegah masalah obesiti sehingga dewasa.
4. Pertubuhan Kesihatan Sedunia (WHO) mengesyorkan agar PSI dimulakan dalam tempoh satu jam seurus selepas kelahiran. Para ibu juga disarankan untuk menyusukan anak damit secara **eksklusif** selama enam bulan pertama kehidupan, iaitu tanpa memberikan sebarang makanan atau minuman lain termasuk air selain susu ibu (sama ada secara langsung atau yang diperah). Pengecualian hanya diberikan kepada ORS, titisan atau sirap

vitamin, mineral dan ubat-ubatan yang diperlukan. Selepas berusia 6 bulan, anak damit disarankan agar makanan pelengkap (*“complementary feeding”*) diperkenalkan di samping meneruskan PSI sehingga anak damit berusia dua tahun.

5. Di Negara Brunei Darussalam, hasil pengumpulan data rutin bagi tahun 2024 menunjukkan bahawa kadar PSI secara eksklusif adalah 37% yang mana ini jauh dari sasaran yang ditetapkan oleh WHO iaitu sekurang-kurangnya 50%. Angka ini menunjukkan penurunan berbanding tahun-tahun sebelumnya, di mana kadar tertinggi pernah direkodkan adalah sekitar 47% pada tahun 2019.
6. Penurunan kadar ini adalah membimbangkan kerana amalan PSI telahpun dikenal pasti oleh WHO dan juga Kementerian Kesihatan sebagai salah satu intervensi utama dalam usaha untuk mencegah serta menangani masalah obesiti di negara ini, di mana Negara Brunei Darussalam didapati mempunyai kadar obesiti tertinggi di Asia Tenggara.
7. Amalan PSI bukanlah sesuatu yang mudah. Hasil dari kaji selidik yang dijalankan pada tahun ini menunjukkan bahawa para ibu di Negara Brunei Darussalam menghadapi pelbagai cabaran untuk mengamalkan PSI dengan baik. Penyebab paling utama ibu memperkenalkan susu formula lebih awal dari 6 bulan kehidupan anak damit adalah kekurangan bekalan susu (*“low milk supply”*) yang dialami oleh 46% daripada para ibu yang mengikuti kaji

selidik tersebut. Penyebab-penyebab lain yang telah dilaporkan adalah termasuk masalah penyusuan seperti bengkok, luka atau rasa sakit pada buah dada, kekurangan sokongan di tempat kerja dan juga kekurangan sokongan dari pasangan dan keluarga.

8. Kajian sudah membuktikan bahawa kebanyakan isu kekurangan bekalan susu (*“low milk supply”*) yang dialami oleh ibu-ibu sebelum anak damit mencapai umur 6 bulan sebenarnya berpunca daripada salah tanggapan bahawa bekalan susu yang dihasilkan tidak mencukupi, walaupun sebenarnya tubuh badan masih berupaya untuk menghasilkan jumlah susu yang mencukupi untuk keperluan anak damit. Ini kerana, susu ibu adalah dihasilkan dengan *“supply and demand”* melalui hormon prolaktin dan oksitosin yang berfungsi untuk merangsangkan otak untuk menghasilkan susu yang mencukupi. Oleh itu, semakin kerap anak damit menyusu dari ibunya, semakin banyak bekalan susu akan dihasilkan. Para ibu perlu memastikan posisi semasa menyusukan anak dilakukan dengan betul dan selesa, serta memastikan anak damit mendakap ke payudada dengan cara yang betul. Sekiranya ibu menghadapi sebarang masalah berkaitan dengan PSI, para ibu digalakkan untuk mendapatkan khidmat nasihat dan bantuan melalui perkhidmatan kesihatan ibu dan anak damit yang sedia ada.
9. Dalam hubungan ini, bagi memastikan amalan PSI dapat dilaksanakan dengan baik serta menjamin penghasilan bekalan

susu yang mencukupi untuk keperluan anak damit, para ibu memerlukan sokongan padu daripada suami, ahli keluarga, dan seluruh masyarakat, terutamanya dalam persekitaran tempat kerja melalui sokongan dari rakan kerja dan penyediaan kemudahan untuk PSI yang bersesuaian seperti bilik khas, peti sejuk dan sebagainya.

10. Pada masa yang sama, Kementerian Kesihatan akan terus komited untuk menyokong para ibu melalui penyediaan perkhidmatan kesihatan seperti penganjuran kelas PSI bagi ibu mengandung, memberi kaunseling dan juga bantuan secara praktikal bagi ibu yang memerlukan selepas kelahiran anak damit. Kementerian Kesihatan juga akan berusaha untuk memperkukuhkan perkhidmatan kesihatan dan juga melaksanakan pelbagai inisiatif untuk meningkatkan kesedaran awam serta mewujudkan persekitaran mampan yang menyokong untuk mengekalkan amalan PSI, dengan kerjasama dari pelbagai agensi dan pihak berkepentingan.
11. Akhir kata, marilah bersama-sama mewujudkan persekitaran yang mesra agar para ibu boleh mengamalkan PSI dengan selesa dan penuh dedikasi. Dengan sokongan yang kuat dari seluruh masyarakat, kita dapat menjana perubahan yang bermakna dan memastikan kesihatan dan kesejahteraan kanak-kanak dan masa depan kita semua di Negara Brunei Darussalam, inshaa Allah.

-TAMAT-