

OPAT TEUING

Ku

M. Suryatman

Pangwangunan nasional ngalingkup sagala aspek kahirupan, kaasup dijerona kualitas, kuantitas padumuk jeung kualitas kulawarga nu didukung ku sagala fasilitas pikeun ngawujudkeun masarakat adil jeung makmur.

Pikeun ngawujudkeun masarakat adil jeung makmur di Sukabumi, Pamarentah Kota Sukabumi netepkeun angen angen (visi) ***”Terwujudnya Kota Sukabumi sebagai pusat pelayanan berkualitas bidang pendidikan, kesehatan dan perdagangan di Jawa Barat berlandaskan Iman dan Takwa”***. Salah sahiji tujuan pamarentah Kota Sukabumi dina RPJMD taun 2008 - 2013 nyaeta ngawujudna masarakat anu sehat diantaranya *AKB (Angka Kematian Bayi) 27,03/1000 kalahiran hirup*. Pikeun ngungkulan hal eta pamarentah Kota Sukabumi ngayakeun program anu sasaranana ningkatkeun darajat kasehatan masarakat, atuh ti pamarentah pusat aya program Jampersal (Jaminan Persalinan) nu mangrupikeun jaminan kasehatan pikeun warga masarakat nu ngalahirkeun, salian ti eta oge aya program KB anu ti taun ka taun terus di gembar – gemborkeun deui.

Sangkan AKB bisa kahontal aya hal – hal anu bisa perlu diperhatikeun pikeun wanoja/ibu rumah tangga nu rek ngabogaan anak, anu disebut Opat Teuing (kakandungan opat teuing).

Teuing nu kahiji nyaeta Ngora teuing, pikeun ngajaga kasehatan diusahakeun ulah ngandung dina umur anu ngora keneh, paling ngora numutkeun elmu kasehatan dina umur 20 taun lantaran lamun kurang ti 20 taun rahimna can siap pikeun ngandung, saumpama dipaksakeun anu dipikasieun teh kahiji kaguguran, kaduana bakal hese dina waktuna ngajuru, katilu jabangbayi lahir tacan waktunya (*premature*), kaopat beurat orok lahir leutik/kurang tina ukuran normal, kalima lahir dina kaayaan tanpadaksa, kagenep maot saacan umur sataun, nu ka tujuh *eklamsia* (karacunan na kandungan). Sangkan ulah nepika ngandung dina umur masih keneh ngora, cara nu hade nyaeta kahiji tong waka nikah dina umur nu masih ngora, lamun dina program KB aya nu disebut **”Pendewasaan usia perkawinan”** nyaeta para rumaja diaping/dididik kana kagiatan KRR (Kesehatan Reproduksi Remaja), atawa kagiatan Pik. R (Pusat informasi dan konseling remaja) anu tujuanana sangkan para rumaja sadar kana kasehatan reproduksi sarta henteu ngalakukeun hubungan sapatemon diluar nikah, jeung pikeun wanoja disarankeun nikah mimiti paling ngora dina umur 20 taun.

Teuing nu kadua Kolot teuing; ngandung dina umur nincak 35 taun kaluhur, kaasup kolot teuing kulantaran nurutkeun kasehatan ngandung resiko anu pibahlaeun boh keur orok nu dikandung pon kitu deui keur indungna, kulantaran kaayaan kasehatan nu nurun ngalantarankeun kaguguran, hese dina waktu ngalahirkeun, ngadarah, beurat orok teu normal atawa kurang tina ukuran nu ilahar, orok lahir dina kaayaan tanpa daksa. Kukituna ditarekahan sangkan ngandung atawa ngajuru dina umur kurang ti 35 taun, nu leuwih hade sateuacan umur nincak 30 taun, kulantaran umur 30 taun sacara kasehatan asup kana Resti (Resiko Tinggi) pikeun ngandung/ngalahirkeun.

Teuing nu katilu nyaeta Sering teuing, sering teuing kakandung, ngandung resiko nu goreng pikeun ibu jeung jabangbayi nu dikandung, yaeta kaayaan kasehatan ibu kacida turunna, ngakibatkeun kaguguran kandungan, anemia (kakurangan getih), payah jantung, premature (ngalahirkeun can waktuna), beurat orok lahir kurang/henteu normal (kurang tina ukuran normal) sarta bisa kajadian orok lahir dina kaayaan tanpadaksa. Pikeun ngajaga sangkan tong sering teuing ngandung, hadena direncanakeun rek sabaraha urang boga budak sarta ngangunakeun alat kontrasepsi (jadi akseptor).

Teuing nu pamungkas atawa nu kaopat nyaeta Deukeut teuing, ngandung atawa ngalahirkeun deukeut teuing komo saumpama tunji (sataun hiji), ngandung resiko anu pibahlaeun kulantaran kaayaan kasehatan kacida turunana nu ngakibatkeun kaguguran, anemia (kakurangan getih), pendarahan anu kacida, karacunan kandungan, plasenta previa (ngahalangan jalan kalahiran), beurat orok teu normal, orok lahir dina kaayaan tanpadaksa. Kukituna diusahakeun ulah ngandung atawa ngalahirkeun deukeut teuing, sabab salian kaayaan rahim anu masih keneh tacan pulih deui oge akibatna nu pibahlaeun, salian ti kitu oge dina ngurusna matak ribeuh malahan lanceukna bakal kurang kaperhatikeun anu tungtungna kasehatan budak bakal turun bari gampang kaserang kasakit, kukituna atur jarak kalahiran ku ngangunakeun alat kontrasepsi.

Pikeun ngungkulan kakandung opat teuing aya sabaraha cara nu perlu merhatikeun atawa ditarekahan sangkan henteu kaasup kana kakandung opate teuing nyaeta :

1. Rencanakeun jeung tangtukeun jumlah budak nu dipikahayang.
2. Diatur jarak ngalahirkeun, anantara budak kahiji jeung kadua.
3. Tunda kalahiran budak munggaran nepika umur nyukupan pikeun ngandung/ngalahirkeun.
4. Gunakeun alat kontrasepsi/obat kontrasepsi nu dinajurkeun saperti :
 - Kondom
 - IUD
 - MOP/MOW
 - Implant
 - Suntikan
 - Pil

Kukituna saumpama naon anu dipedar diluhur tiasa dijalankeun, sakur kulawarga direncanakeun Insya Allah kasajahtraan di Kota Sukabumi bakal leuwih gampang kahontal, sarta *AKB 27,03/1000 kalahiran hirup* bakal kahontal kalawan lancar.

Dawegan hejo, disimpen di luhur jarami

Upami nyaah ka bojo, enggal ngiring vaksektomi

Sukabumi, 19 September 2011