



dan Perbaiki Sanitasi

(AIR BERSIH, JAMBAAN SEHAT, CTPS)

9

Akses terhadap Air Bersih

Sumur gali, sumur pompa, kran umum dan mata air harus dijaga bangunannya agar tidak rusak.

Lantai sumur sebaiknya kedap air (diplester) dan tidak retak, bibir sumur dan dinding sumur harus diplester dan sumur di tutup.

Jarak letak sumber air dengan jamban dan tempat pembuangan sampah minimal 10 meter

10

Gunakan selalu jamban sehat

Tidak mencemari sumber air dan tanah. Lingkungan bersih, sehat, dan tidak berbau

Tidak mengundang datangnya lalat/kecoa /serangga yang dapat menularkan penyakit



CEGAH STUNTING



STUNTING

Kondisi gagal tumbuh pada anak balita akibat kekuarangan gizi kronis terutama dalam 1000 hari pertama kehidupan

Anak Stunting cenderung lebih kerdil dibanding anak seusianya

Cukupi Gizi, (ASI, MP-ASI)

1 Ibu hamil makan lebih banyak dari biasanya

Banyak makan buah dan sayur, lengkapi dengan lauk pauk

2 Mengonsumsi tablet tambah darah

Selama kehamilan dan dilanjutkan sampai dengan masa nifas dapat mencegah anemia dan menjaga sistem ketahanan tubuh



3 Melakukan IMD (Inisiasi Menyusui Dini)

Bayi mendapatkan ASI kolostrum yang kaya akan daya tahan tubuh dan ketahanan terhadap infeksi

4 Atasi kekurangan iodium

Pastikan menggunakan garam ber iodium agar membantu pertumbuhan dan perkembangan janin dan mencegah bayi lahir cacat

5 ASI Eksklusif 0-6 Bulan

Kebutuhan gizi pada bayi usia 0-6 bulan cukup terpenuhi dari ASI saja

6 Pemberian ASI hingga 23 bulan didampingi MP-ASI

ASI terus diberikan semau bayi, memasuki 6 bulan bayi perlu mendapatkan Makanan Pendamping ASI

7 Menanggulangi kecacingan

Jaga kebersihan lingkungan, cuci tangan pakai sabun dan menggunakan alas kaki ketika berada di luar rumah

8 Memberikan Imunisasi Dasar Lengkap

Imunisasi lengkap menjadikan anak tetap sehat untuk dirinya dan lingkungannya

- Hepatitis B (HB)
- Poliomyelitis (Polio dan IPV)
- Tuberculosis (BCG)
- Difteri (DPT)
- Pertusis (DPT)
- Tetanus (DPT)
- Pneumonia dan Meningitis (Hib)
- Campak

Lengkapi Imunisasi

