



# Menyusui dapat Menurunkan Risiko Penyakit Kardiovaskular

Penyakit kardiovaskular (*cardiovascular disease/CVD*) telah menjadi penyebab utama kematian wanita dan menyebabkan sekitar 26% kematian sebelum usia 65 tahun di negara-negara Eropa. Laktasi/menyusui dapat mempengaruhi kesehatan metabolik wanita. Pada kehamilan, terjadi beberapa perubahan mendasar pada sistem kardiometabolik maternal, meliputi penambahan berat badan, meningkatnya resistensi insulin, dan kadar lipid yang lebih tinggi dalam darah. Perubahan-perubahan kardiometabolik terkait-kehamilan tersebut dapat dipulihkan lebih cepat dan menyeluruh dengan menyusui; beberapa studi melaporkan bahwa wanita menyusui memiliki profil kardiometabolik yang lebih baik dibandingkan wanita yang tidak menyusui. Durasi menyusui yang lebih panjang juga dikaitkan dengan risiko sindrom metabolik, hipertensi, dan diabetes melitus yang lebih rendah di kemudian hari serta memberikan manfaat perlindungan jangka-panjang terhadap penyakit kardiometabolik.

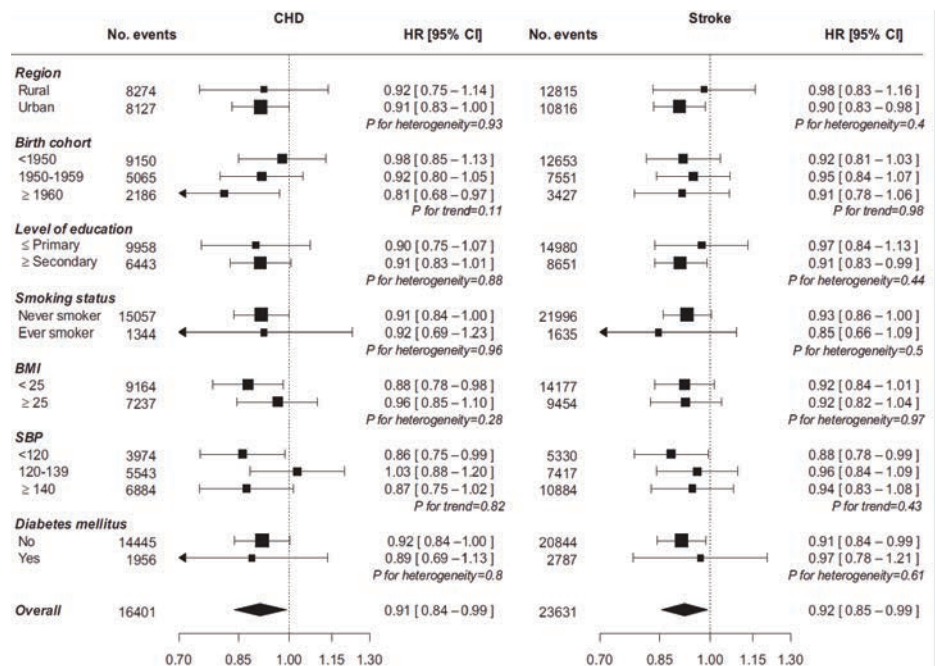
Salah satu studi yang mempelajari pengaruh menyusui terhadap penyakit kardiovaskular dilakukan oleh Peters SAE, *et al.* Studi ini melibatkan 289.573 wanita dari 10 regio tersebar di Cina yang dipantau selama 8 tahun. Studi ini tidak mendapatkan perbedaan signifikan risiko CVD antara wanita nulipara dan wanita yang pernah melahirkan (*parous*) namun tidak menyusui. Sebagai kontras, wanita *parous* yang pernah menyusui memiliki risiko CVD mayor dan komponen-komponennya (seperti CHD dan *stroke*) yang lebih rendah dibandingkan wanita *parous* yang tidak pernah menyusui (Tabel). Angka *hazard ratio* (HR) *adjusted* untuk CVD mayor sebesar 0,88 (CI 95%: 0,80 s/d 0,97), *stroke* 0,91 (CI 95%: 0,84 s/d 0,99), dan *stroke* iskemik 0,88 (CI 95%: 0,79 s/d 0,97). Angka-angka HR ini tidak berbeda bermakna dari segi daerah studi, kohort kelahiran, ataupun pengelompokan populasi lainnya (Gambar 1). Asosiasi *inverse* ini ditemukan lebih kuat dengan durasi menyusui yang lebih lama.

Fagerhaug TN, *et al*, melakukan HUNT study

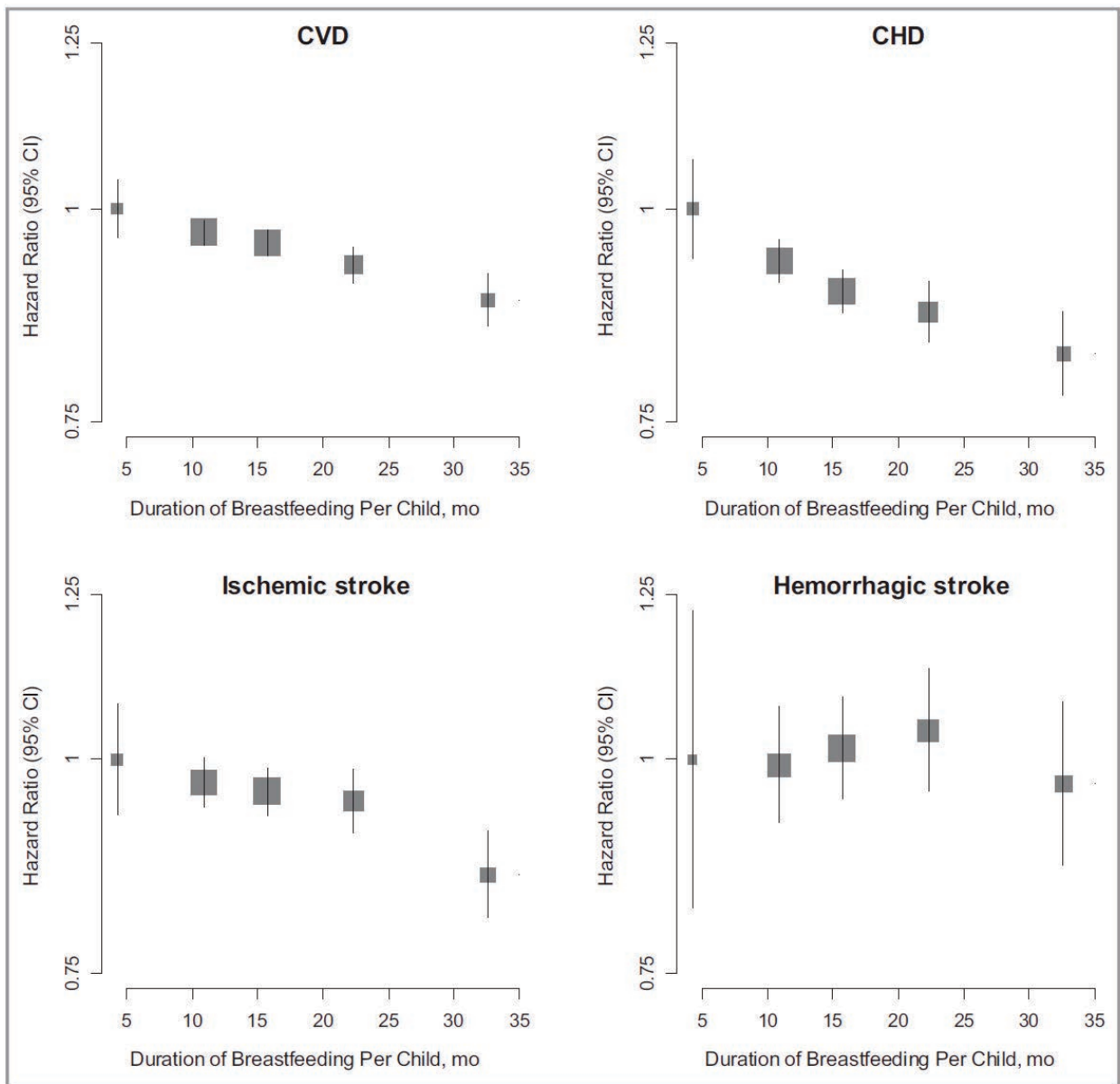


Tabel. End points CVD terkait riwayat menyusui.

	Events, No.	Nullparous	Parous Woman <sup>†</sup>		Each Additional 6 mo Per Child <sup>†</sup>
			Never Breastfed	Breastfed	
All CVD	49 377	1.02(0.94-1.10)	1.00 (0.95-1.05)	0.96 (0.95-0.97)	0.98 (0.97-0.99)
Major CVD	19 227	0.99(0.89-1.11)	1.00(0.92-1.09)	0.88 (0.87-0.90)	0.97 (0.96-0.99)
Fatal CVD	3825	1.17 (0.92-1.48)	1.00 (0.77-1.29)	0.90 (0.87-0.94)	0.98(0.95-1.01)
Coronary heart disease	16 671	1.01 (0.90-1.14)	1.00(0.92-1.09)	0.91 (0.89-0.93)	0.96 (0.95-0.98)
Stroke	23 983	0.95(0.86-1.06)	1.00(0.93-1.08)	0.92 (0.90-0.93)	0.97 (0.96-0.98)
Hemorrhagic stroke	2998	0.92 (0.68-1.25)	1.00(0.77-1.31)	0.84 (0.81-0.88)	0.99(0.96-1.03)
Ischemic stroke	14 290	0.96(0.85-1.10)	1.00(0.91-1.09)	0.88 (0.86-0.90)	0.97 (0.95-0.98)



Gambar 1. HR *adjusted* dan CI 95% untuk insidens *coronary heart disease* (CHD) dan *stroke* dibandingkan pada wanita *parous* yang pernah menyusui dan tidak pernah menyusui, berdasarkan karakteristik dasar.



**Gambar 2.** HR *adjusted* dan CI 95% untuk insidens CVD, *coronary heart disease* (CHD), *stroke* iskemik, dan *stroke* hemoragik terkait durasi menyusui per anak di antara wanita *parous* yang pernah menyusui.

- sebuah studi kohort berbasis-populasi di Norwegia - untuk mengetahui hubungan durasi menyusui seumur hidup dengan mortalitas kardiovaskular. Pada studi ini didapati adanya peningkatan rerata mortalitas

kardiovaskular di antara wanita *parous* berusia <65 tahun yang tidak pernah menyusui, sedangkan risiko terendah dijumpai pada wanita dengan riwayat menyusui selama hidup selama 7-12 bulan. Mekanisme yang

mendasari manfaat positif menyusui terhadap penurunan risiko CVD belum diketahui secara pasti. Dibutuhkan studi lebih lanjut untuk mempelajari hal ini. (JCH)

#### REFERENSI:

1. Peters SAE, Yang L, Guo Y, Chen Y, Bian Z, Du J, et al. Breastfeeding and the risk of maternal cardiovascular disease: A prospective study of 300 000 Chinese women. *J Am Heart Assoc.* 2017;6:e006081.
2. Fagerhaug TN, Forsmo S, Jacobsen GW, Midthjell K, Andersen LF, Nilsen TIL. A prospective population-based cohort study of lactation and cardiovascular disease mortality: The HUNT study. *BMC Public Health* 2013;13:1070-9.