

## İki Farklı Yaşta Kardeş Emzirme: Olgu Sunumu

### Breastfeeding at Two Different Ages: A Case Report

Ayşenur Durmuş<sup>1</sup>  Dilek Coşkun Potur<sup>2</sup> 

<sup>1</sup> Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doğum ve Kadın Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı, İstanbul, TÜRKİYE

<sup>2</sup> Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Doğum ve Kadın Hastalıkları Hemşireliği ABD, İstanbul, TÜRKİYE

Geliş tarihi/ Date of receipt: 20/05/2021

Kabul tarihi/ Date of acceptance: 01/11/2021

© Ordu University Faculty of Health Sciences, Department of Nursing, Turkey, **Published online:** 11/09/2022

#### ÖZ

Bebekler için en uygun beslenme şekli, ilk altı ay sadece anne sütü almak, iki yaş ve ötesine kadar uygun ek gıdalarla birlikte emzirmenin sürdürülmesini sağlamaktır. Emzirmenin anne ve bebek açısından ömür boyu birçok faydası bulunmaktadır. Ancak bazı durumlarda anneler emzirmeyi gerekenden daha önce sonlandırmaktadır. Emzirmeyi sonlandırmanın nedenlerinden birisi de annenin emzirme sürecinde gebe kalmasıdır. Ancak anne sağlıklı bir gebelik geçiriyorsa ve kontrendike bir durum yoksa bebeğini güvenle emzirebilir. Bu konuyla ilgili annelere yeterli danışmanlık verilmelidir. Bu makalede bebeğini emzirirken gebe kalan ve her iki bebeğini de başarılı bir şekilde emzirmeye devam eden anneye yaklaşım güncel literatür eşliğinde tartışılmaktadır. Çalışmamız bu haliyle tandem emzirme esnasında annelerin ikilemleri, yaşadığı sorunlar ve yapılması gerekenlere dikkat çekerek, sağlık profesyonellerinin gerekli bakım ve desteği sağlamasına katkıda bulunacaktır.

**Anahtar Kelimeler:** Emzirme, anne sütü üretimi, süttten kesme, tandem, olgu sunumu

#### ABSTRACT

The most appropriate diet for babies is to take only breast milk for the first 6 months, and to continue breastfeeding with appropriate supplementary foods until the age of two years and beyond. Breastfeeding has many lifelong benefits for mother and baby. However, in some cases, mothers stop breastfeeding earlier than necessary. One of the reasons for terminating breastfeeding is that the mother becomes pregnant during breastfeeding. However, if the mother is having a healthy pregnancy and there is no contraindication, she can breastfeed her baby safely. Adequate counseling should be given to mothers on this issue. In this article, the approach to a mother who conceives while breastfeeding her baby and continues to breastfeed both babies successfully is discussed in the light of current literature.

**Keywords:** Lactation, breast milk expression, weaning, tandem, case report

**ORCID IDs of the authors:** AD: 0000-0003-0361-8036; DCP: 0000-0002-2186-4663

**Sorumlu yazar/Corresponding author:** Ayşenur Durmuş

Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doğum ve Kadın Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı, İstanbul, TÜRKİYE

**e-posta/e-mail:** [aysenurdurmus@kastamonu.edu.tr](mailto:aysenurdurmus@kastamonu.edu.tr)

**Atıf/Citation:** Durmuş A, Coşkun Potur D. (2022). İki Farklı Yaşta Kardeş Emzirme: Olgu Sunumu, Ordu Üniversitesi Hemşirelik Çalışmaları Dergisi, 5(2), 223-228. DOI: 10.38108/ouhcd.939680



Content of this journal is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.

## Giriş

Anne sütü, bebekler için güvenli, temiz ve birçok yaygın çocukluk hastalığına karşı korunmaya yardımcı olan antikorlar içermesi açısından en ideal besindir. Anne sütü, bebeğin yaşamının ilk aylarında ihtiyaç duyduğu tüm enerji ve besinleri sağlar ve ilk yılın ikinci yarısında çocuğun beslenme ihtiyacının yarısına veya daha fazlasına, ikinci yarısında ise üçte biri kadarını karşılamaya devam eder (WHO ve UNICEF, 2018). Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) ve UNICEF, yenidoğanların doğumdan sonraki ilk bir saat içinde emzirilmeye başlamalarını ve yaşamlarının ilk 6 ayı boyunca yalnızca anne sütüyle beslenmelerini tavsiye etmektedir (WHO ve UNICEF, 2018). 6 ay yalnızca anne sütüyle beslendikten sonra 2 yıl ve ötesine kadar emzirmeye devam edilmeli, güvenli ve yeterli tamamlayıcı gıdalar bebeğin beslenmesine eklenmeye başlanmalıdır. Emzirilen çocuklar rutin olarak daha düşük obezite, diyabet ve gelişmiş bilişsel işlev öyküsüne sahiptir (WHO ve UNICEF, 2018). Amerikan Pediatri Akademisi (AAP) anne sütünün bebek sağlığını koruyan ve geliştiren birçok besleyici ve immünolojik özelliğe sahip olduğunu belirtmektedir. Annenin sütünden geçen antikorlar, bebeği solunum, kulak ve idrar yolu enfeksiyonları, soğuk algınlığı, kusma, ishal gibi birçok hastalıktan koruyabilir veya ciddiyetini azaltabilir (AAP, 2017). Yaşamı boyunca 12 aydan fazla emzirme öyküsü olan anneler, azalmış hipertansiyon, diyabet, hiperlipidemi ve kardiyovasküler hastalık gibi rahatsızlıklardan korunduğu için anne sütü hem anneye hem de bebeğe faydalı etkiler sağlamaktadır (Apergis ve ark., 2019). Anne ve bebeğe sağlanan faydaların ötesinde, mama maliyeti, temiz suyun erişilemezliği ve formül kaplarının plastik atıklara katkısı nedeniyle emzirmenin ekonomik ve çevresel avantajları vardır (Binns ve ark., 2016). TNSA 2018 verilerine baktığımızda ilk altı 6 ay yalnızca anne sütü alan bebeklerin oranı % 41 olarak bulunmuştur (TNSA, 2018). Bu oranların düşük olmasının en önemli etkenlerinden bir tanesi annenin emzirmeyi erken dönemde bırakmasıdır. Erken dönemde emzirmenin bırakılma nedenlerinden bir tanesi de laktasyon döneminde gebe kalmadır.

Tandem emzirme, annenin iki farklı yaşta çocuğunu eş zamanlı olarak emzirmesidir (O'Rourke ve Spatz, 2019). Gebelik sırasında emzirmek olağan dışı bir durum değildir. Gebelik normale ve anne sağlıklıysa, gebelik sırasında emzirme kadının kişisel kararıdır (AAP, 2017). Gebelik döneminde başlayan emzirme doğum

sonrasında da devam etmekte ve anne iki farklı yaşta çocuğunu birlikte emzirmektedir. Tandem emzirmek isteyen kadınların güçlü bir destek sistemine ihtiyacı vardır. Çoğu zaman sosyal normlar annenin bu uygulamayı sürdürmesi için cesaret kırıcıdır. Anne sütünden gelen proteinin değeri, emzirmeye devam etmek için güçlü bir teşvik aracı olabilir (Wayman, 2012; Ortega, 2020). Tandem emzirmek isteyen annelerle karşılaşan sağlık profesyonelleri, doğru beslenmenin ve yeterli dinlenmenin önemini vurgulamak zorundadır. Bir kadın gebe iken emzirmeyi seçtiğinde, çocuğunun fark edebileceği süt değişikliklerine hazırlıklı olmalıdır. Anne sütü gebelik boyunca beslenme açısından sağlıklı olmaya devam etse de anne sütünün içeriği ve tadı değişebilir. Ayrıca gebelik ilerledikçe süt üretiminin azalması muhtemeldir (Harms, 2012). Tandem emziren kadınların, tam tahıllar, taze meyve ve sebzelerden elde edilen ek sınırlar ve kaloriler ile protein, kalsiyum ve demir yönünden zengin besinler dahil olmak üzere yeterli süt üretimini sağlamak için yüksek beslenme gereksinimlerini karşılamak için besin alımını uygun şekilde arttırması gerekmektedir (Bryant, 2012). Yenidoğan bebek emme konusunda ustalaşana kadar annenin her seferinde bir çocuğu emzirmesi ve bebek emerken büyük kardeşin ilgileneceği bir aktivite hazırlaması yararlı olabilmektedir. Bu daha büyük çocuğun duruma uyumunu kolaylaştırır, emzirme süresini kısaltır ve bekleme sırasındaki anksiyeteyi ortadan kaldırarak emzirmeyi kolaylaştırır (Harms, 2012; Bryant, 2012). Yenidoğan bebek acil olarak kolostruma ve bağışıklık koruyucu etkilere büyük çocuktan daha fazla ihtiyaç duyar. Bu dönemde büyük çocuk katı gıda ile tanışmış olmaktadır. Katı yiyecekler gerekli besin değerini sağladığından, büyük çocuk artık beslenme ihtiyaçlarının % 100'ünü sağlamak için yalnızca anne sütüne bağımlı değildir (Cunniff ve Spatz, 2017). Tandem emzirme olsun ya da olmasın, daha büyük çocuklar genellikle diyetleri genişledikçe daha az sıklıkla emerler. Anne tandem emzirme uygulayacak ise bebek beslenmesine öncelik verilmeli, yenidoğanın beslenme ihtiyaçlarının ilk olarak karşılanması sağlanmalıdır (Meek, 2017). Farklı kadın popülasyonlarında tandem emzirmenin yararları hakkında daha doğru bir karar vermek için daha fazla araştırma gereklidir. Bu olgu sunumunda emzirme döneminde gebe kalan ve sonrasında iki çocuğunu birden emziren annenin ve bebeklerinin izlenimlerini ve iki farklı yaşta çocuğun emzirilmesi konusundaki güncel bilgiler ışığında

tartışılması amaçlanmıştır. Literatürde tandem emzirme ile ilgili yapılmış çok az çalışmaya rastlanmıştır. Çalışmamız özgün bir çalışma olup literatürde benzer bir çalışmaya rastlanmamıştır.

### Olgu Sunumu

Olgumuzdaki anne, laktasyon döneminde gebe kaldığı için emzirme desteği almak istemiş ve araştırmacı olan emzirme danışmanına ulaşmıştır. Anneye emzirme desteği verilirken araştırma hakkında bilgi verilmiş ve bilgilendirilmiş onamı alınmıştır. Görüşmeler anne ile yüz yüze ve telefon aracılığı ile sağlanmıştır. Annenin herhangi bir kronik rahatsızlığı yoktur ve ilk gebeliğinde herhangi bir problem yaşamamış, vajinal doğum yapmıştır. Doğum sonrası dönemde bebeğini emzirirken herhangi bir emzirme problemi yaşamamış ve ilk 6 ay yalnızca anne sütü ile bebeğini beslemiştir. 27 yaşında ve 1.62 boyunda olan anne ilk gebeliğinde 28 kilo almıştır. Vajinal doğumla 28-05-2019 tarihinde ilk kız bebeğini 2900 gr ve 53 cm olarak dünyaya getirmiştir. Kızını 6 ay sadece anne sütüyle beslemiş ve bebeğin gelişimi hekim gözleminde takip edilerek gelişimi sağlıklı olarak ilerlemiş. Anne, doğum sonrası kızının 9. ayında tekrar gebe olduğunu öğrenmiştir. Anne 2. Gebeliğinde herhangi bir sağlık problemi yaşamamış ve 15 kilo almıştır.

Anne gebe olduğunu öğrendiği zamandaki duygularını şu şekilde ifade etmiştir “Test aldım ve hiç belli bile olmayacak şekilde bir siliklik vardı bu beni endişelendirdi, emin olamıyordum, kaygılandım. Bunların tek sebebi kızımdı ona nasıl bakarım diye içimi bir korku kaplamıştı. Kızımın hiçbir suçu yoktu, anne sütünden onu mahrum bırakmak istemiyordum, çevremdeki insanlar süttten kesmem gerektiğini söyleyip beni huzursuz ediyorlardı ama ben kızıma aşkla bağlandığım emzirmeden uzaklaşmak istemiyordum çünkü onunda yeterince anne sütü almaya hakkı vardı ve insanlardan kızımı emzirdiğimi gizlemeye başlamıştım. En büyük destekçim annemdi gebelik süresince emzirmeye devam ettim hiçbir sorun yaşamadım ikinci bebeğimi kucağıma aldığımda da iki çocuğumu birden emzirmeye devam etmeye karar verdim. Anne sütü ikisinin birden hakkıydı.”

Anne ikinci gebeliğinde kontrollerine düzenli olarak gitmiştir. İlk kontrolünde hekimi ile görüşmüş, laktasyon döneminde olduğunu, emzirmek istediğini söylemiş ve hekimi tarafından kasık ağrıları olmadığı sürece emzirmeye devam edebileceği konusunda desteklenmiştir. Emzirmeye devam edebileceğini öğrenen anne büyük bir

mutluluk yaşamıştır. Gebelik süresince emzirirken kasık ağrısı yaşamamış, ancak meme hassasiyeti yaşamıştır. Anne 16.11.2020 tarihinde vajinal doğum ile 3200 gr ağırlığında 52 cm boyunda sağlıklı bir erkek bebek dünyaya getirmiştir. Anne gebelik ve doğum sonrası dönemde gerekli vitamin, demir desteği alarak iki bebeğini birden emzirmeye devam etmiştir. 19 aylık olan kızı ek gıdalarla birlikte anne sütü almaya, yenidoğan bebek ise henüz 50 günlük ve sadece anne sütü ile beslenmeye devam etmiştir. Anne dönem dönem meme hassasiyeti yaşadığını ve çok çabuk yorulduğunu belirtmektedir. Yenidoğanın bebek 50. Gün 5.800 gram olup iki kardeşinde büyüme ve gelişmesi normaldir.

### Tartışma

Emzirmenin anne, bebek ve toplum için pek çok yararı bulunmaktadır. Ancak annelerin bazı nedenlerle emzirmeyi bırakması bebeğin anne sütünden faydalanmasının önüne geçmektedir. Bebeğin süttten kesilmesinin en önemli nedenlerinden bir tanesi laktasyon dönemi ve gebeliğin aynı zamana denk gelmesidir. Gebelik döneminde emzirme ile ilgili anneler çok fazla kaygı yaşamakta ve bu bağlamda ne yapacaklarına karar verememekte, çoğu anne bebeğini süttten kesmektedir. Ancak gebelik risk taşıyorsa anne güvenli bir şekilde emzirmeye devam etmelidir. Gebelik döneminde emzirme ile ilgili en çok merak edilen sorulardan bir tanesi anne süttünün içeriğidir. Gebeliğin ilk iki ayında, tatlı olgun süttün sodyum, klorür ve protein konsantrasyonları artarken glikoz, laktoz ve potasyum konsantrasyonları azalır. Bu nedenle bazı çocuklar tattaki bu değişiklikleri sevmez ve anne süttünü bırakabilir (Dowling, 2013). Olgumuzdaki bebek, gebeliğin ilk aylarında yaklaşık 1 hafta süren ve anne süttünün tadının değiştiğini gösteren tepkilerde bulunmuş, emmeyi azaltmış ancak sonrasında keyifle beslenmeye devam etmiştir.

Marquis ve arkadaşları (2003) Perulu anneler ve bebeklerinin morbidite oranları ve kolostrum içeriğindeki değişikliklerle ilişkili olan geç gebelik ile emzirmenin örtüştüğü dönemde emzirmenin kolostruma olan etkisini inceledikleri çalışmalarında, gebeliği sırasında emziren annelerin süttünün kolostrum özelliği gösterdiği ancak gebeliği sırasında emzirmeyen annelerin süttüne göre bazı maddelerin (laktoz ve lizozim) miktarlarında düşüş eğiliminde olduklarını saptamıştır (Marquis, Penny, Zimmer, Diaz, Marin, 2003).

Rodríguez Gómez ve arkadaşları (2009) gebelik süresince emziren ve emzirmeyen annelerin süt örneklerini alarak bir vaka kontrol çalışması yapmış. Her iki grupta da postpartum 2. günde kolostrum örnekleri ve postpartum 4. ve 6. haftalar arasında olgun süt örnekleri toplamışlar. Ek olarak, 35 haftalık gebelikte emziren annelerden süt örnekleri toplamışlar. Tüm örneklerden toplam immünoglobulin A, laktoz, lipid ve protein seviyelerini karşılaştırarak, iki grup arasında kolostrum örneklerinde veya olgun süt örneklerinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığını belirtmişlerdir. Ayrıca, 35. gebelik haftasında toplanan numuneler, her iki gruptan alınan olgun süt numunelerine benzer bileşime sahip bulunmuş ve bileşim olarak kolostrum numunelerinden farklı olduğu bildirilmiştir (Pierlot, Cuevas Romero, Rodriquez, Mendez ve Martinez, 2017).

Lopez (2017), emzirme sonucunu iyileştirmek için sağlık personeli eğitimi: Bebek Dostu Hastane Girişiminin 2. adımı için sistematik bir inceleme yapmış, gebelik süresince emzirmeyi değerlendiren çalışmaları incelemiş ve incelenen çalışmaların hiçbirinde erken doğum sayılarında önemli farklılıklar bildirmemiştir (Balogun, Dagvadorj, Yourkavitch, da Silva Lopez, Suto, Takemoto ve diğerleri, 2017). Yine başka bir çalışmada gebelikte emziren ve emzirmeyen anneleri karşılaştırdıkları çalışmasında spontan abortus açısından anlamlı bir farklılık tespit etmemiş ve gebelik sürecinde emzirmenin devam ettirilmesini önermiştir (Ishii, 2009). Bizim olgumuzda anne termde doğum yapmıştır. Gebeliğinde erken doğum tehdidi yaşamamıştır.

Wambach, K., ve Riordan, J. (2016) Laktasyon ve emzirmeyi değerlendirdikleri çalışmalarında, tandem emziren annelerin bazılarının gebelik döneminde emzirirken anne sütü miktarında değişiklik olduğunu bildirmişlerdir (Wambach K, Riordan, 2016). Ayrıca bazı çocukların, annenin ikinci gebeliği sırasında meydana gelen süt değişikliklerinden ve tattan memnun olmadığı da gözlemlenmiştir. Bu değişiklikler gebelik dönemindeki hormonlardan kaynaklanabilmektedir. Emen çocuk tat değişikliklerinden hoşnut değilse, çocuk kendi kendine emmeyi bırakabilmektedir (Cunniff ve Spatz, 2017). Olgumuzdaki anne gebeliğin ilk haftalarında anne sütü miktarında azalma olduğunu ancak bunun çok uzun sürmediğini ifade etmiştir.

Tandem emzirme sürecinde yenidoğanın büyüme ve gelişmesinin yeterli olup olmadığı da merak konusudur. Olgumuzda yenidoğanın büyüme

ve gelişmesi hekim tarafından takip edilmiş ve herhangi bir sorun yaşanmamıştır.

Devecioğlu ve arkadaşlarının (2014) tandem emzirme ve gebelik süresince emzirme isimli olgu sunumunda emzirirken gebe kalan annelere gerekli destek sağlanarak emzirmenin sağlıklı bir biçimde sürdürülebileceği, doğumdan sonra da emzirmenin farklı yaşlardaki her iki çocuk için sürdürülebileceği bildirilmiştir. Kadın doğum uzmanı gebeliğin seyrini ve annenin sağlık durumunu değerlendirirken, çocuk hekimi de her iki çocuğun büyüme ve gelişimini yakından izlemelidir önerisinde bulunmuştur (Devecioğlu, Kürkcü, Kural, Eren, Gökçay,2014). Olgumuzda her iki çocuk düzenli olarak takip edilmiş ve herhangi bir sağlık sorunu yaşamamıştır.

Marcos ve Torras Ribas, tandem emziren annelerin yeni doğan bebeklerinin ilk ayda kardeşlerinden % 21 daha fazla büyüdüğünü gözlemlemiştir (Marcos, Torras, Ribas,2018).

Ortega (2020) Tandem emzirmeye bütüncül yaklaşım ile nitel bir çalışma yapmış ve yaşları 34 ile 45 arasında değişen 9 İspanyol kadın çalışmaya katılmış. En büyük çocukların yaşları 6 ile 4,5 yaş arasında, en küçük çocukların yaşları 4 ay ile 2,5 yaş arasında değişmiştir. Annelerin hepsi gebe kalana kadar tandem emzirme hakkında hiçbirşey duymamışlar. Anneler gebe kaldıklarında emzirme konusunda şüphe yaşamışlar ve yedi kadın, ikinci üç aylık dönem civarında, süt miktarında bir düşüşün yanı sıra tat değişiklikleri olduğunu belirtmişlerdir. Üç anne bazen psikolojik rahatsızlığın da eşlik ettiği meme başı ağrısı ve göğüs hassasiyeti yaşamış ve bu rahatsızlıklar süttten kesmeye neden olmamıştır (Ortega,2020). Doğumdan sonra tüm anneler her zaman yenidoğanı beslemeye öncelik verdiklerini ve sadece bir tanesi aynı anda emzirmeyi tercih ettiğini bildirmiş. Tandem emzirme hiçbir durumda yenidoğanların normal büyümesini ve gelişmesini olumsuz etkilememiş, duygusal düzeyde anneler, tandem emzirmenin büyük çocuklarını sakinleştirdiğini, kötü ruh hallerini ve kıskançlıklarını azalttığını ve anne ile çocuklar ve kardeşler arasında daha yakın bir ilişki kurduğunu belirtmişlerdir. Anneler ayrıca yakın çevreleri tarafından onaylanması gerektiğini de vurgulamışlardır. Son olarak, kültürel normların ötesinde veya toplum içinde emzirmenin bu uygulamanın en belirleyici sosyokültürel nedenleri olduğunu iddia etmişlerdir. Anne sütüyle beslenen çocukların daha az psikolojik, davranışsal ve öğrenme problemi yaşadığı ve bunun akademik performansa katkı sağlayabileceği bildirilmiştir



(Oddy, 2010). Tandem emzirme sadece biyolojik olarak değil, güveni artırarak, kaygı ve rahatsızlığı azaltarak çocuklara psikolojik açıdan da fayda sağlamaktadır (Gribble, 2006). Doğumdan sonra tandem emzirmenin; anne, yenidoğan ve büyük kardeş açısından sonuçlarını inceleyen az sayıda çalışma olduğu, tandem emzirmenin büyük olan çocuğun önerilen sürelerde anne sütünü almasını sağlama ve kardeşler arası kıskançlığı önleme gibi yararları olduğu, iki farklı yaşta bebeğin emzirilmesinin anne, yenidoğan ve büyük bebek açısından olumsuz sonuçları olmadığı görülmektedir (Doğancı ve Özsoy, 2019). Pek çok tandem emziren anne, “kardeş rekabetinin azalmasının” tandem emzirmenin en büyük avantajlarından biri olduğunu söylüyor. Bazı bebekler emzirirken el ele tutuşuyor ve birlikte olmayı tercih ediyor. Ancak herkes evde yeni bir bebeğe alışırken bazı duygusal karışıklıkların doğal olduğunu akılda tutmak önemlidir. (Bonyata ve Flower, 2018). Olgumuzda büyük bebek, yenidoğan bebeği kıskanmakta ve anne ya ikisini birlikte emzirmekte ya da büyük bebeğin dikkatini başka yöne çekerek yenidoğan bebeği emzirmektedir. İki bebeğini birlikte emzirdiğinde büyük bebek kardeşinin elini tutmakta ona sevgi göstermektedir. Ancak bununla beraber kıskançlıkta yaşamaktadır.

Tandem emzirme güçlü anne sütü üretimini destekleyebilir. Yenidoğan talepleri nedeniyle büyük çocukla çok fazla bağ kurmadığını düşünen annelere de yardımcı olabilir. Büyük çocuğu emzirmeye devam etmek, yeni doğmuş bir bebeğin doğumundan önce ve sonra tutarlı bir bağ için iyidir ve büyük çocuk anne sütünden faydalanmaya devam eder. Tandem emzirme danışmanlığı programı, emziren gebe anneler için ilk trimesterde başlamalı ve akıcı bir ortam yaratmalıdır (Melika, 2019). O'Rourke (2019) tandem emziren annelerin deneyimlerini incelediği araştırmasında annelerin bilgilerini ve bakış açılarını sentezlemiş ve doğum öncesi ve doğum sonrası bakım sağlayan hemşireler için geçerli öneriler geliştirmişlerdir. Sonuç olarak, tandem emzirme dahil, çalışmada bebeklerini en iyi şekilde nasıl besleyeceklerine ilişkin kararların, anne ve aile tarafından belirlenmesi gerektiği ifade edilmiştir (Wayman, 2012). Hemşireler bu kararlara destek vermeli, annelerin ve ailelerin karar alma özerkliğine saygı göstermelidir.

Olgumuzda anne gebelik sürecinde emzirme konusunda ikilem yaşamıştır. İkilem yaşamasının en büyük etmenlerinden bir tanesi de sütün içeriğinin değişecek olması ve bebeğe faydasının olmamasından korkmasıdır. Olgumuzdaki büyük

bebek anne sütünü gebelik süresince almaya devam etmiş ve emmeyi bırakmamıştır. Anne gebelik sürecinde süt miktarında az da olsa azalma olduğunu bildirmiştir. Gebelik sürecinde erken doğum riski açısından herhangi bir sorun yaşamamıştır. İki bebeğin büyüme ve gelişmesi hekim tarafından düzenli aralıklarla takip edilmektedir. Bebeklerin büyüme ve gelişmesinde herhangi bir sorun bulunmamaktadır. Anneye temel danışmanlık tekniklerinin etkin kullanımı yoluyla, emzirme danışmanı olarak, annelik ve emzirme konusunda güven geliştirmesine yardımcı olunarak destek sağlanmıştır. Anneye sıcak ve şefkatli bir tavırla yaklaşılarak, annenin anlaşıldığını hissetmesine yardımcı olunmuş ve endişesiyle başa çıkmada olumlu eylem ve uygun karar alması için onu güçlendiren derin, samimi, ilgili ve empatik bir yaklaşım gösterilmiştir. Art arda emzirme sırasında annenin sağlığını korumak için anneye ekstra sağlıklı besinler yemesi, bol sıvı alması, istirahat etmesi söylenmiştir. Anneye laktasyonel amenore metodunun etkinliği ve kullanım şekli anlatılmış ve gebelikler arasının kısa tutulmaması gerektiği ve bunun önemi hakkında bilgi verilmiştir. Anneye aile planlaması yöntemleri anlatılmıştır. Tandem emzirme sırasında yenidoğanın daha fazla süte ihtiyacı olduğu büyük çocuğun ek gıdalarla desteklenerek beslenmesini sağlaması, yenidoğanı sık sık emzirmesi beslenme önceliğinin bebeğe ait olması gerektiği söylenmiştir. Anne , bebek ve büyük bebek üçlüsünün birlikte emzirildiği anın kardeşler arası kıskançlığı önlediği ve paylaşımı sağladığı vurgulanmıştır. Anne önerilere uyum sağlamış, elinden geldiğince önerilere uymuştur. Anne büyük bebeğini 24 aya kadar emzirmeye devam etmiştir. Zaman ilerledikçe büyük bebek bu duruma adapte olmuş, kıskançlık durumu azalmış ve küçük bebeğin emiyor olmasından rahatsızlık duymamıştır. Anne sabır ve özveriyle iki bebeği için de gerekli olan anne sütünü bebeklerine vermiştir.

### Sonuç

Tandem emzirme sürecinde annenin tandem emzirmenin faydaları hakkında bilgilendirilmesi, destek sağlanması önemli danışmanlık becerilerinden bir tanesidir. En önemlisi, tandem emzirme sırasında annelerin seçimlerine saygı duyulmalı, sağlıklı davranışları uygulamaları konusunda desteklenmelidir. Bununla birlikte, tandem emzirme ile ilgili literatürün azlığı dikkat çekmektedir. Tandem emzirmenin yararlarını ve potansiyel zararlarını keşfetmek için daha net kanıtlara ihtiyaç vardır.

**Araştırmannın Etik Yönü/ Ethics Committee**

**Approval:** Olgumuzdaki annenin yazılı olarak bilgilendirilmiş onamı alınmıştır.

**Hakem/Peer-review:** Dış hakem değerlendirmesi

**Yazar Katkısı/Author Contributions:** Fikir/kavram: AD, DCP; Tasarım: AD, DCP; Veri toplama: AD Veri işleme: AD, DCP, Analiz ve/veya Yorum: AD, DCP; Kaynak tarama: AD, DCP; Makalenin Yazımı: AD, DCP; Eleştirel inceleme: AD, DCP

**Çıkar çatışması/Conflict of interest:** Yazarlar arasında çıkar çatışması bulunmamaktadır.

**Finansal Destek/Financial Disclosure:** Araştırmada herhangi bir finansal destek alınmamıştır.

**Çalışma Literatüre Ne Kattı?**

- Çalışma emzirme döneminde gebe kalan annelere bilgi verilmesi, olguların ebe ve hemşireler tarafından uygun bir şekilde yönetilebilmesi için gerekli bilgi sağlayarak literatüre katkıda bulunacaktır.

**Kaynaklar**

- American Academy of Family Physicians (2017). Breastfeeding, Family Physicians Supporting (Position Paper). <https://www.aafp.org/about/policies/all/breastfeeding-support.html>
- Apergis N, Hayat T, Saeed T. (2019). Fracking and infant mortality: fresh evidence from Oklahoma. *Environmental Science and Pollution Research*, 26(31), 32360-32367.
- Balogun OO, Dagvadorj A, Yourkavitch J, da Silva Lopez K, Suto M, Takemoto Y, et al. (2017). Health facility staff training for improving breastfeeding outcome: a systematic review for step 2 of the Baby-friendly Hospital Initiative, *Breastfeed Medicine*, 12(8), 537-546.
- Binns C, Lee M, Low WY. (2016). The Long-Term Public Health Benefits of Breastfeeding. *Asia Pacific Journal of Public Health*, 28(1), 7-14.
- Bonyata K, Flower H. (2018). Breastfeeding during pregnancy and tandem nursing: The official FAQ. Retrieved from <https://kellymom.com/ages/tandem/official-tandem-bf-faq/>
- Bryant T. (2012). Tandem nursing: A review and guidelines. *International Journal Childbirth Education*, 27, 84-88.
- Cunniff A, Spatz D. (2017). Mothers' weaning practices when infants breastfeed for more than one year. *MCN. The American Journal of Maternal Child Nursing*, 42(2), 88-94.
- Devecioğlu E, Kürkçü DG, Kura B, Eren T, Gökçay G. (2014). Breastfeeding during pregnancy and tandem nursing: case reports. *Journal of Istanbul Faculty of Medicine*, 77(4), 60-63.
- Doğancı P, Özsoy S. (2019). Gebelik sırasında emzirme ve tandem emzirme. *Türkiye Klinikleri Hemşirelik Bilimleri*, 11(2), 190-199.

- Dowling S, Brown A. (2013). An exploration of the experiences of mothers who breastfeed long-term: what are the issues and why does it matter?. *Breastfeeding Medicine*, 8(1), 45-52.
- Gribble, KD. (2006). Mental health, attachment and breastfeeding: implications for adopted children and their mothers, *International Breastfeed Journal*, 1, 5.
- Harms RW. (2012). Is it safe to continue breast-feeding if I'm pregnant with another child? *Mayo Clinic*. Retrieved August 15, from <http://www.mayoclinic.com/health/breast-feeding-while-pregnant/AN01840>.
- Ishii H. (2009). Does breastfeeding induce spontaneous abortion? *Journal Obstetric Gynaecology Research*, 35 (5)864-868.
- Marcos I, Torras i, Ribas E. (2008). Lactancia materna durante el embarazo y en tándem. In: Panamericana E medica, editor. *Manual de Lactancia Materna De la teoría a la práctica*. 1st ed. Madrid, p. 339-44.
- Marquis GS, Penny ME, Zimmer JP, Díaz JM, Marín RM. (2003). An overlap of breastfeeding during late pregnancy is associated with subsequent changes in colostrum composition and morbidity rates among Peruvian infants and their mothers. *The Journal of Nutrition*, 133(8), 2585-2591.
- Meek JY. (2017). *The American Academy of Pediatrics new mother's guide to breastfeeding*. New York, NY: Bantam Books, 95-121.
- Melika FF. (2019). Counseling Program about Tandem Breastfeeding for Pregnant Lactating Mothers. *IOSR Journal of Nursing and Health Science (IOSR-JNHS)*, 8(3), 1-13.
- Oddy W. (2010). Longer breastfeeding connected with better academic performance in boys. *Pediatrics*, 124(2), 40-42.
- O'Rourke MP, Spatz DL. (2019). Women's experiences with tandem breastfeeding. *The American Journal of Maternal/Child Nursing*, 44(4), 220-227.
- Pierlot R, Cuevas-Romero E, Rodríguez-Antolín J, Méndez-Hernández P, Martínez-Gómez M. (2017). Prevalence of metabolic syndrome in American children and adolescents. *TIP Revista Especializada en Ciencias Químico-Biológicas*, 20 (1), 40-49.
- Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması (2018). *Ana Raporu*. Erişim Tarihi:01.01.2021, [http://www.hips.hacettepe.edu.tr/tnsa2018/rapor/TNSA2018\\_ana\\_Rapor.pdf](http://www.hips.hacettepe.edu.tr/tnsa2018/rapor/TNSA2018_ana_Rapor.pdf)
- Wambach K, Riordan J. (2016). Chapter 4-The Biological Specificity of Breastmilk. *Breastfeeding and Human Lactation*. 5th edition. Burlington, MA, USA: Jones and Bartlett Learning, 121-170.
- Wayman S. (2012). Don't be too keen to wean. *The Irish Times*. Retrieved from <http://www.irishtimes.com/newspaper/health/2012/0508/1224315729197.html>.
- World Health Organization, UNICEF. (2018). *Capture The Moment-Early initiation of breastfeeding: The best start of every newborn*. New York: WHO, UNICEF, 8-12.