




Türkiye’de Emzirme Sürecinde Uygulanan Nonfarmakolojik Yöntemler ile İlgili Yapılmış Lisansüstü Tezlerin İncelenmesi

 Resmîye KAYA ODABAŞ¹,  Yasemin SÖKMEN²,  Ayten TAŞPINAR³

¹Arş. Gör., Kocaeli Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ebelik Bölümü, Kocaeli, Türkiye.

²Öğr. Gör., Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ebelik Bölümü, Samsun, Türkiye.

³Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ebelik Bölümü, Aydın, Türkiye.

Öz

Giriş: Nonfarmakolojik yöntemler ile laktasyonun artırılması ve meme sorunlarının giderilmesi emzirme ve emzirmenin devamlılığı açısından önemlidir. **Amaç:** Bu çalışma, Türkiye’de emzirme sürecinde uygulanan nonfarmakolojik yöntemler ile ilgili lisansüstü tezleri incelemek amacıyla yapılmıştır. **Yöntem:** Araştırma, 12 Ocak-22 Nisan 2021 tarihleri arasında, literatüre dayalı olarak tanımlayıcı nitelikte yapılmış olup, verilerin toplanmasında doküman analizi tekniği kullanılmıştır. Lisansüstü tezlere ulaşmak için, “laktasyon”, “anne sütü”, “meme”, “emzirme” ve “nonfarmakolojik yöntem” anahtar kelimeleri ile Yüksek Öğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi üzerinden tarama yapılmış ve 31 tez incelenmiştir. Veriler, Tez Değerlendirme Formu ile toplanmış, tanımlayıcı istatistikler yoluyla çözümlenmiştir. **Bulgular:** Çalışmadaki lisansüstü tezlerin, 9’unun Hemşirelik, 7’sinin Ebelik Anabilim Dalı’nda yapıldığı, emzirme sürecinde, yenidoğana uygulanan nonfarmakolojik yöntemlerin; kanguru bakımı (n=10), müzik dinletisi (n=5), emzik verme (n=2), emzirme destek sistemi (n=1), oral stimülasyon (n=1) ve bebek masajı (n=1) olduğu, anneye uygulanan nonfarmakolojik yöntemlerin; progresif gevşeme egzersizi (n=2), müzik dinletisi (n=2), ayak masajı (n=1), lahana uygulaması (n=1), yatak içi egzersiz (n=1), oksitosin masajı (n=1), akupresür (n=1), bebeğin videosunun izletilmesi (n=1), oral hidrasyon (n=1), sakız çiğneme (n=1) ve transkütan elektriksel sinir stimülasyonu (n=1) olduğu, meme sorunlarına yönelik uygulanan nonfarmakolojik yöntemlerinde; anne sütü (n=4), zeytinyağı (n=3), lahana (n=1), ayva çekirdeği (n=1), hidrojel ped (n=1), sıcak kompres (n=1), sıcak çay kompres uygulaması (n=1), göğüs kalkanı (n=1) ve memeyi temiz kuru tutma (n=1) olduğu bulunmuştur. **Sonuç:** Emzirme sürecinde uygulanan nonfarmakolojik yöntemlerle ilgili tezlerde, kanguru bakımı/ten tene temas, müzik dinletisi, progresif gevşeme egzersizi ve anne sütü uygulamasının daha çok çalışıldığı, yatak içi egzersiz, erken oral stimülasyon ve sakız çiğneme dışındaki uygulamaların emzirme sürecinde etkili olduğu saptanmıştır.

Anahtar Sözcükler: Laktasyon, Anne Sütü, Meme, Emzirme, Nonfarmakolojik Yöntem.

Abstract

Development of Medication Administration Self-Efficacy Scale in Children for Nursing Students and Psychometric Properties

Background: Increasing lactation and eliminating breast problems using non-pharmacological methods are important for both breastfeeding, the continuity of breastfeeding. **Objectives:** This study was conducted to examine postgraduate theses on non-pharmacological methods used during breastfeeding in Turkey. **Methods:** The research was conducted as descriptive research based literature between January 12-April 22, 2021. Data was collected using document analysis technique. In order to access postgraduate theses, the keywords: “lactation”, “breast milk”, “breast”, “breastfeeding”, “non-pharmacological method” were searched National Thesis Center of Council of Higher Education. Data were collected with Thesis Evaluation Form and analyzed using descriptive statistics. **Results:** Of the postgraduate theses in study, 9 were from the Department of Nursing and 7 were from the Department of Midwifery, non-pharmacological methods used for newborns during breastfeeding included skin-to-skin contact (n=10), music performance (n=5), the use of pacifiers (n=2), breastfeeding support system (n=1), oral stimulation (n=1), baby massage (n=1), non-pharmacological methods used to facilitate breastfeeding, increase lactation included progressive relaxation exercise (n=2), music performance (n=2), foot massage (n=1), cabbage application (n=1), in-bed exercise (n=1), oxytocin massage (n=1), acupressure (n=1), watching baby’s video (n=1), oral hydration (n=1), chewing gum (n=1), transcutaneous electrical nerve stimulation (n=1), the use of breast milk (n=4), olive oil (n=3), cabbage (n=1), quince seed (n=1), hydrogel pad (n=1), hot compress (n=1), hot tea compress (n=1), breast shield (n=1), keeping the breast clean dry (n=1) were found non-pharmacological methods intended to solve breast problems. **Conclusion:** While among non-pharmacological methods, kangaroo care, music performance, progressive relaxation exercise and breast milk application were found to have been studied more; practices other than in-bed exercise, early oral stimulation, chewing gum were found to be effective for the breastfeeding process.

Key Words: Lactation, Breast Milk, Breastfeeding, Non-pharmacological Method.

Geliş Tarihi / Received: 24.05.2021 **Kabul Tarihi / Accepted:** 31.12.2021

Correspondence Author: Araş. Gör., Kocaeli Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ebelik Bölümü, Kocaeli, Türkiye. E-posta: resmîye.odabas@gmail.com.

Cite This Article: Kaya Odabaş R, Sökmen Y, Taşpınar A. Türkiye’de Emzirme Sürecinde Uygulanan Nonfarmakolojik Yöntemler İle İlgili Yapılmış Lisansüstü Tezlerin İncelenmesi. Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Elektronik Dergisi. 2022; 15(1): 56-67.



İnsanın yaşamını derinlemesine etkileyen bebeklik dönemi, beslenme açısından büyük bir öneme sahiptir (1). Bu dönemde anne sütü; doğumdan itibaren ilk altı aylık süreçte, bebek için gerekli tüm besin maddelerini içeren, bebeğin sağlıklı bir şekilde büyüyüp gelişmesini sağlayan, bebek morbidite ve mortalite oranlarını azaltan doğal bir besindir (2,3). Ayrıca, başta beslenme olmak üzere, gelişimsel, psikolojik ve immünolojik olarak tüm sistemlere yönelik sağlığın devamını sağlarken, toplumsal, sosyal ve ekonomik açıdan da birçok faydası bulunmaktadır (4-7). Bu yüzden anne sütü altın standart olarak kabul edilmekte ve Dünya Sağlık Örgütü (World Health Organization-WHO) tarafından doğumdan sonra ilk altı ay sadece anne sütüyle beslenme önerilmektedir (8).

Dünyada yenidoğanların ilk bir saat içinde emzirilme oranı %44 ve ilk altı ayda sadece anne sütü ile beslenme oranı %40 olarak bildirilmektedir. İlk bir saat içinde emzirilme oranının %70'e ve ilk altı ay sadece anne sütü ile beslenme oranının ise %50'nin üzerine çıkarılması hedeflenmektedir (3, 9). Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırmaları (TNSA-2018) raporuna göre, yenidoğanın ilk bir saat içinde emzirilme oranı %71 ve ilk altı ay sadece anne sütü ile beslenme oranı %41'dir (10). Ülkemizde ilk bir saat içinde emzirme oranı yüksek iken, ilk altı aylık süreçte annelerin emzirmeyi bıraktıkları görülmektedir. Annelerin genellikle emzirmeyi bırakma nedenleri arasında en başta yetersiz süt üretimi gelirken bunu sırasıyla, bebeğin emmemesi/emmede güçlük çekmesi ve tek başına anne sütünün bebeğin doymasında yeterli olmaması takip etmektedir (11). Bununla birlikte anneler emzirme süresince bazı sorunlarla da karşılaşabilmektedir. Bunların başında, düz/çökük meme ucu, meme dolgunluğu (engorjman), meme başında hassasiyet/ ağrı, çatlak meme ucu, yetersiz süt salınımı, tıkanmış süt kanalları, mastit, meme absesi ve memede enfeksiyon gelmekte ve tüm bunlar emzirmeyi olumsuz yönde etkileyerek annelerin emzirmeyi bırakmalarına neden olmaktadır (12,13).

Emzirme sürecine ilişkin yaşanan sorunların en kısa zamanda çözümlenmesi, anne ve bebek sağlığı açısından ele alınması gereken önemli bir konudur. Bu nedenle laktasyonu arttırmak ve meme sorunlarının giderilmesi için nonfarmakolojik yöntemler hem emzirme hem de emzirmenin devamlılığı açısından önemlidir (14). Laktasyonu arttırmak için yapılan uygulamalar; kanguru bakımı, sırt masajı, yoga, meme masajı, kompresyon, akupunktur, akupresür, gevşeme egzersizleri, müzik terapi, aromaterapi, bitkisel çay kullanımı, galaktagoglar ve hipnoemzirme teknikleridir (15,16). Emzirmeye bağlı oluşan meme sorunlarının giderilmesinde kullanılan yöntemler ise; zeytinyağı, lanolin krem, nane jeli, aloe vera jeli, hidrojel pansuman, silikon meme başı kalkanları, anne sütü, meme ucunun temiz ve kuru tutulması, sıcak çay kompresi ve sıcak nemli komprestir (17-21).

Ebe ve hemşirelerin kaliteli bakım sunabilmeleri için anne sütünü arttırmaya ve meme sorunlarını gidermeye yönelik nonfarmakolojik yöntemleri uygulamaları gerekmektedir. Ancak Türkiye'de buna yönelik nonfarmakolojik yöntemlerin uygulanması ebe ve hemşireler tarafından yaygın olarak kullanılmamaktadır. Bu yüzden laktasyonu arttırmaya ve meme sorunlarını gidermeye yönelik nonfarmakolojik yöntemlerin etkinliğini ve uygulanabilirliğini tespit etmek için bu konu ile ilgili yapılmış lisansüstü tezlerin analiz edilmesine ihtiyaç duyulmuştur.

Amaç

Bu çalışmanın amacı, Türkiye'de emzirme sürecinde uygulanan nonfarmakolojik yöntemler ile ilgili yapılmış lisansüstü tezleri incelemek ve mevcut tezlerin sonuçlarını analiz ederek ebelik ve hemşirelik uygulamalarına ışık tutmak ve farkındalık oluşturmaktır. Bu amaç doğrultusunda aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır;

- Türkiye'de yapılan lisansüstü tezlerde laktasyonu arttırmaya yönelik çalışılan nonfarmakolojik yöntemler nelerdir?
- Türkiye'de yapılan lisansüstü tezlerde emzirmeye yönelik çalışılan nonfarmakolojik yöntemler nelerdir?
- Türkiye'de yapılan lisansüstü tezlerde meme sorunlarına yönelik çalışılan nonfarmakolojik yöntemler nelerdir?

Yöntem

Araştırmanın Tipi

Bu çalışma, literatüre dayalı olarak tanımlayıcı çalışma olup doküman analizi tekniği kullanılarak, 12 Ocak-22 Nisan 2021 tarihleri arasında, Yüksek Öğretim Kurulu (YÖK) Ulusal Tez Merkezi üzerinden lisansüstü tezlere ulaşılarak yapılmıştır.

Araştırmanın Evren ve Örneklemi

Araştırmanın evrenini, YÖK Ulusal Tez Merkezi'ndeki laktasyonu ve meme sorunlarını inceleyen Ebelik, Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği, Doğum ve Kadın Hastalıkları Hemşireliği, Doğum, Kadın Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği, Kadın Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği ve Hemşirelik Anabilim Dalı (ABD)'nda yapılmış tezler oluşturmaktadır (N=37). Örneklemi ise dahil edilme kriterlerine uyan tüm tezler oluşturmaktadır (18 yüksek lisans tezi ve 13 doktora tezi olmak üzere n=31). Tarama 13 Şubat-22 Mart 2021 tarihleri arasında yapılmış olup, araştırmaya, başlığında "laktasyon", "anne sütü", "meme", "emzirme" ve "nonfarmakolojik yöntem" kelimelerinden en az biri yer alan, deneysel veya yarı deneysel çalışma tasarım tipine sahip, yayın dili İngilizce ve Türkçe olan lisansüstü tezler dahil edilmiştir. Anne sütü/emzirme eğitimi ile ilgili ön test son test uygulanan tezler çalışmaya dahil edilmemiştir.

Veri Toplama Araçları

Tez Değerlendirme Formu

Araştırma verilerinin elde edilmesinde araştırmacılar tarafından geliştirilen Tez Değerlendirme Aracı kullanılmıştır (22-25). Tez Değerlendirme Aracı, yazar, tez türü, ABD, amaç, araştırma tipi, örneklem grubu, kullanılan nonfarmakolojik yöntem, değerlendirme ölçütleri ve sonuç bilgilerinin toplanmasını sağlamıştır.

Tarama Stratejisi

Tarama, Yüksek Öğretim Kurulu (YÖK) Ulusal Tez Merkezi üzerinden yıl sınırlaması yapılmadan 13 Şubat-22 Mart 2021 tarihleri arasında yapılmış ve 2008-2020 tarihleri arasındaki tezlerle ulaşılmıştır. Taramada anahtar kelimelerin seçiminde Medical Subject Headings (MESH)'ten yararlanılmış ve anahtar kelimeler “laktasyon”, “anne sütü”, “meme”, “emzirme” ve “nonfarmakolojik yöntemler” kelimelerinin kombinasyonundan oluşmuştur. Araştırma için belirlenen anahtar sözcüklerin taranması sonucu 37 teze ulaşılmıştır. Elde edilen tezler alınma ve dışlama ölçütlerine göre değerlendirilmiş olup altı tezin tam metnine ulaşılamamıştır. Çalışma toplam 31 tez ile tamamlanmıştır.

Verilerin Toplanması

Tarama iki araştırmacı tarafından bağımsız olarak yapılmıştır. Çalışmada tezlerin incelenmesi ve verilerin Tez Değerlendirme Formu'na kayıt edilmesi iki yazar tarafından ayrı ayrı gerçekleştirilmiş ve elde edilen veriler daha sonra birleştirilmiştir. Bu işlem yapılırken, her bir tez ayrıntılı bir biçimde incelenmiş, herhangi bir görüş farklılığı olduğunda ortak karar verilerek uzlaşmaya varılmıştır.

Verilerin Değerlendirilmesi

Araştırmada yer alan tezlerle ilişkin verilerin çözümlenmesinde niceliksel analiz yöntemi kullanılmıştır. Elde edilen veriler, sayı ve yüzde olarak tablo biçiminde verilmiştir.

Araştırmanın Etik Yönü

Çalışmada, araştırma ve yayın etiği ilkelerine uyulmuştur.

Bulgular

Tablo 1. Tezlerin Tanımlayıcı Özellikleri (n = 31)

Tezin yayın yılı	n	%
2008	2	6.5
2009	1	3.2
2010	1	3.2
2014	1	3.2
2015	3	9.7
2017	2	6.5
2018	4	12.9
2019	13	41.9
2020	4	12.9
Tezin türü		
Yüksek lisans	18	58.0
Doktora	13	42.0
Anabilim dalı		
Hemşirelik ABD	9	29.1
Ebelik ABD	7	22.6
Kadın Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği ABD	5	16.1
Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği ABD	5	16.1
Doğum ve Kadın Hastalıkları Hemşireliği ABD	5	16.1
Araştırma tipi		
DeneySEL	28	90.3
Yarı deneysel	3	9.7
Örneklem grubu		
Anne	17	54.8
Yenidoğan	7	22.6
Anne-bebek çifti	7	22.6
Annelerin Doğum Şekli		
Vajinal ve sezaryen	18	58.1
Sezaryen	9	29.0
Vajinal doğum	4	12.9
Annelerin Obstetrik Özellikleri		
Primipar ve multipar	21	67.8
Primipar	8	25.8
Multipar	2	6.4

Bu çalışmaya toplam 31 tez dahil edilmiştir. Bu tezlerin 2008-2020 yılları arasında yayımlandığı, 18'inin yüksek lisans tezi olduğu, 9'unun hemşirelik, 7'sinin ebelik ABD'nda yapıldığı, 28'inin deneysel araştırma tipinde olduğu, 17'sinin anneler ile birlikte yapıldığı, 18 tezde vajinal ve sezaryen doğum ayrımı yapılmaksızın ve tezlerin 21'inde de primipar ve multipar ayrımı yapılmadan çalışıldığı tespit edilmiştir (Tablo 1).

Tablo 2. Tezlerde Yenidoğanlara Uygulanan Nonfarmakolojik Yöntemler (n = 19)*

Uygulanan Yöntemler	n	%
Kanguru bakımı/ten tene temas	10	52.7
Müzik dinletisi (beyaz gürültü/ninni)	4	21.1
Emzik verme	2	10.6
Emzirme destek sistemi	1	5.2
Oral stimülasyon	1	5.2
Bebek masajı	1	5.2

* Bazı tezlerde birden fazla nonfarmakolojik yöntem kullanılmıştır.

Tablo 3. Tezlerde Anneye Uygulanan Nonfarmakolojik Yöntemler

Laktasyonu arttırmaya ve emzirmeye yönelik yapılan uygulamalar (n = 13)	n	%
Progresif gevşeme egzersizi	2	15.3
Müzik dinletisi	2	15.3
Ayak masajı (refleksoloji)	1	7.7
Lahana uygulaması	1	7.7
Yatak içi egzersiz	1	7.7
Oksitosin masajı	1	7.7
Akupresür	1	7.7
Bebeğin videosunun izletilmesi	1	7.7
Oral hidrasyon	1	7.7
Sakız çiğneme	1	7.7
Transkütan Elektriksel Sinir Stimülasyon (TENS)	1	7.7
Meme sorunlarına yönelik yapılan uygulamalar (n = 14)		
Anne sütü uygulaması	4	28.7
Zeytinyağı uygulaması	3	21.6
Lahana uygulaması	1	7.1
Hidrojel ped uygulaması	1	7.1
Göğüs kalkanı	1	7.1
Memeyi temiz kuru tutma	1	7.1
Ayva çekirdeği jölesi	1	7.1
Sıcak kompres uyguma	1	7.1
Çay kompres uygulama	1	7.1

* Bazı tezlerde birden fazla nonfarmakolojik yöntem kullanılmıştır.

Çalışmamıza dahil edilen tezlerde, laktasyonu arttırmaya ve emzirmeye yönelik uygulanan nonfarmakolojik yöntemlerin başında, progresif gevşeme egzersizi (n=2) ve müzik dinletisi (n=2) uygulamalarının geldiği bulunmuştur. Meme sorunlarına yönelik en sık uygulanan nonfarmakolojik yöntemler ise, anne sütü uygulaması (n=4) ve zeytinyağı uygulaması (n=3) olarak belirlenmiştir (Tablo 3).

Tablo 4'te tezlerin yazarları, amacı, örneklem grubu, değerlendirme ölçütleri ve sonuçları yer almaktadır. Yenidoğana uygulanan nonfarmakolojik yöntemler; kanguru bakımı/ten tene temas, müzik dinletisi (beyaz gürültü/ninni), emzik verme, emzirme destek sistemi, oral stimülasyon ve bebek masajı olup bu uygulamaların tamamının etkili olduğu bildirilmiştir. Laktasyonu arttırmaya ve emzirmeye yönelik anneye uygulanan nonfarmakolojik yöntemler; yatak içi egzersiz, progresif gevşeme egzersizi, müzik dinletisi, ayak masajı (refleksoloji), lahana uygulaması, oksitosin masajı, akupresür, bebeğin videosunun izletilmesi, oral hidrasyon, sakız çiğneme ve TENS'tir. Bunlardan, yatak içi egzersiz, oral hidrasyon ve sakız çiğnemenin laktasyon ve emzirme üzerinde etkili olmadığı ve diğer nonfarmakolojik yöntemlerin etkili olduğu belirtilmiştir. Meme sorunlarına yönelik uygulanan nonfarmakolojik yöntemler ise; anne sütü, zeytinyağı, lahana, ayva çekirdeği, hidrojel ped, sıcak kompres, sıcak çay kompres uygulaması, göğüs kalkanı ve

memeyi temiz kuru tutma olup bu yöntemlerin tamamının etkili olduğu bildirilmiştir (Tablo 4).

Tablo 4. Emzirme Sürecinde Uygulanan Nonfarmakolojik Yöntemler ile ilgili Yapılmış Lisansüstü Tezler

Yazar	Örneklem Grubu	Değerlendirme Ölçütleri	Sonuç
Akça, 2014 (26)	Deney grubu: 63 Kontrol grubu:64	- LATCH	Emzirme sırasında dinletilen beyaz gürültü dinletisi stresi azaltarak emzirme başarısını olumlu yönde etkilediği saptanmıştır.
Arslan Gürcüoğlu, 2020 (22)	Acil ten tene temas grubu: 30 Erken ten tene temas grubu: 29 Kontrol grubu: 33	- IBFAT	Acil tensel temasın, 24. saat emzirme puanını olumlu yönde etkilediği ve yenidoğanların daha erken emmeye başladığı bildirilmiştir.
Coşkun, 2018 (23)	Çalışma grubu: 42 Kontrol grubu: 38	-Anne Sütü Takip Formu	Kanguru bakımı uygulamasının prematüre bebeği olan ve emziremeyen annelerin süt miktarını arttırmada etkili olduğu belirlenmiştir.
Çankaya, 2018 (27)	Uygulama grubu: 50 Kontrol grubu: 50	- LATCH - Laktasyon başlama belirtilerini tespit etmek için VAS	Ayak masajı uygulamasının, sezaryen ile doğum yapan annelerde laktasyonu erkenden başlattığı, emzirme başarısını ve sürecini desteklediği bulunmuştur.
Çelik, 2015 (28)	Deney grubu: 34 Kontrol grubu: 36	- LATCH	Kaşıkla beslenen preterm bebeklerde, emzik uygulamasının emzirme başarısını arttırdığı bulunmuştur.
Çelik, 2019 (29)	Deney grubu: 35 Kontrol grubu: 35	- LATCH	Preterm bebeklerde oral stimülasyon ve emzirme destek sisteminin, oral beslenmeye ve tam anne memesine geçiş sürelerini, emzirme başarısını ve taburculuk sonrası birinci ayda emmeye devam etmelerini olumlu yönde etkilediği bulunmuştur.
Çetinkaya, 2019 (24)	Uygulama grubu: 18	- Sağılan Süt Miktarının Ölçüm Aracı - Annenin Ağrı Şiddetinin Değerlendirildiği GKÖ - Annenin Rahatlama Düzeyinin Değerlendirildiği GKÖ	Angorjman gelişen annelere yapılan lahana uygulamasının, meme ağrısını azalttığı ve süt miktarını önemli derecede arttırdığı bulunmuştur.
Çullu, 2008 (30)	Zeytinyağı uygulama grubu: 35 Hidrojel ped uygulama grubu: 35	- Doğum Sonu 6.-14. Gün Anket Formu	Emziren annelerde profilaktik zeytinyağı uygulamasının daha az meme başı ağrısıyla ilişkili olduğu ve hidrojel pedden daha etkin olduğu bulunmuştur.
Dağlı, 2019 (31)	Uygulama grubu: 73	- Anne Sütü Takip Formu	Yenidoğan yoğun bakım ünitesinde prematüre bebeği yatan annelerde, müziğin ve oksitosin masajının süt salınımını arttırdığı tespit edilmiştir.
Demirci, 2015 (32)	Uygulama grubu (göğüs kalkanı): 40 Kontrol grubu (anne sütü): 40	- LATCH	Göğüs kalkanı kullanımının meme başı sorunlarında özellikle çatlaklar üzerinde anne sütünden daha etkili olduğu, emzirme başarısını arttırdığı saptanmıştır.
Gündoğdu, 2019 (33)	Kontrol grubu: 55 Yatak içi egzersiz grubu: 48 Erken oral hidrasyon grubu: 49 Sakız grubu: 46	- LATCH	Sezaryen sonrası uygulanan yatak içi egzersizler, erken oral hidrasyon ve sakız çiğnemenin, emzirme başarısını etkilemediği görülmüştür.
İrmak, 2019 (25)	Kanguru bakımı grubu: 30 Bebek masajı grubu: 30 Kontrol grubu:30	- LATCH	Kanguru bakımı ve bebek masajının, yenidoğanın emzirme başarısını olumlu yönde etkilediği görülmüştür.

Kabasakal, 2019 (34)	Girişim grubu: 45 Kontrol grubu: 45	- Emzirme Öz-Yeterlik Ölçeği - LATCH	Prematüre yenidoğan annelerine düzenli şekilde uygulanan ve Watson insan bakım modeliyle desteklenen kanguru bakımının, emzirme öz-yeterliliğini, emzirme başarısını ve süt miktarını arttırdığı bulunmuştur.
Karakoç Geçici, 2018 (35)	Müdahale grubu:30 Kontrol grubu: 30	- Günlük Süt Miktarı Kayıt Formu - LATCH - Emzirme Öz Yeterlilik Ölçeği	Yenidoğan yoğun bakım ünitesinde yatan prematüre bebeklerin annelerine uygulanan kanguru bakımının, annelerin emzirme öz-yeterlilik ve emzirme başarısını artırdığı ve emzirme süresini uzattığı sonuçlarına ulaşılmıştır.
Kaya Sağlık, 2019 (36)	Zeytinyağı grubu: 40 Anne sütü grubu: 40 Temiz kuru tutma grubu: 40	- LATCH - Meme Ucu ve Areoladaki Çatlak Skorlaması	Zeytinyağı kullanılarak yapılan meme bakımının meme başı sorunlarının oluşumunu önlemeye yardımcı olduğu, anne sütü ve zeytinyağı kullanılarak yapılan meme bakımının ağrıyı azalttığı ve emzirme başarısını olumlu yönde etkilediği bulunmuştur.
Kelek, 2017 (37)	Anne sütü grubu: 142 Ayva çekirdeği jölesi grubu: 142 Kontrol grubu: 142	- Meme Bakımı ve Doğru Emzirme Tekniği Kontrol Formu - Meme Hijyeni Soru Formu - Meme Bakımı İzlem Formu	Anne sütü ve ayva çekirdeği jölesi uygulanan annelerde meme başı sorunlarının daha az görüldüğü ve ayva çekirdeği jölesi uygulamasının meme sorunlarını önlemede daha etkili olduğu bulunmuştur.
Kır, 2020 (38)	Kadının söylediği ninni grubu: 40 Erkeğin söylediği ninni grubu: 40 Beyaz gürültü grubu: 40 Kontrol grubu: 40	- LATCH	Dinletilen ninni ve beyaz gürültünün emzirmenin başlatılmasında ve emzirme başarısında etkili olduğu, emzirmenin başlatılmasında en etkili yöntemin ise beyaz gürültü olduğu bulunmuştur.
Kirlek, 2010 (39)	Anne sütü grubu: 13 Zeytinyağı grubu:13 Kontrol grubu: 13	- Emzirme Gözlem Formu	Meme başı ağrısını önlemede anne sütü, meme başı çatlaklarının önlenmesinde ise zeytinyağı etkili bulunmuştur.
Koç, 2015 (40)	Deney grubu: 60 Kontrol grubu: 57	- LATCH	Doğumda kanguru bakımının, bebeğin emzirme başarısını arttırdığı bulunmuştur.
Korkut, 2017 (41)	Deney grubu: 56 Kontrol grubu: 56	- LATCH	Doğum sonu erken dönemde uygulanan kanguru bakımının, annelerin emzirme başarısını, yenidoğanların emme sayısını ve süresini arttırdığı, emmeye başlama zamanını ise kısalttığı tespit edilmiştir.
Öztürk, 2019 (42)	TENS grubu: 30 Progresif gevşeme egzersizleri grubu: 30 TENS + progresif gevşeme egzersizleri grubu: 30 Kontrol grubu: 30	- LATCH - Emzirme Öz-Yeterlilik Ölçeği	TENS'in, emzirme öz-yeterliliği üzerinde, progresif gevşeme egzersizlerinin ise emzirme başarısı ve emzirme öz-yeterliliği üzerinde etkili olduğu bulunmuştur.
Sarı, 2020 (43)	Deney grubu: 32 Kontrol grubu: 32	- Laktasyon Başlama Belirtilerini Değerlendirdiği VAS - Süt Miktarı Ölçüm Tablosu	Akupresür grubu annelerde sağılan süt miktarı kontrol grubuna göre daha fazladır.
Sarıcan, 2019 (44)	Müdahale grubu (kanguru bakımı ve emzirme eğitimi): 64 Kontrol grubu: 68	- Kanguru Bakımı ve Anne Sütü Alma Durumu Takip Formu - LATCH	Kanguru bakımı uygulayan annelerin, emzirmeye daha erken başladığı ve emzirme başarısını arttırdığı saptanmıştır.
Soyer, 2019 (45)	Kontrol grubu: 30 Beyaz gürültü grubu: 30	- LATCH	Beyaz gürültü emzirme başarısını olumlu yönde etkilemektedir.

	Sessiz ortam grubu: 30		
Sürücü, 2019 (46)	Deney grubu: 47 Kontrol grubu: 41	- Emzirme Gözlem Formu - IBFAT	Sezaryen doğum yapan kadınlarda erken ten tene temasın, emzirme başarısını artırdığı belirlenmiştir.
Şahin, 2019 (47)	Deney grubu: 35 Kontrol grubu: 35	- Postpartum Emzirme Öz-Yeterlilik Ölçeği	Progresif kas gevşeme egzersizinin, annelerin emzirme öz-yeterliliğini arttırdığı bulunmuştur.
Turhan, 2020 (48)	Deney grubu: 12 Kontrol grubu: 15	- Anne Sütü Takip Formu	Bebeğin video görüntüsünü izleyen annelerin, süt miktarı daha yüksek bulunmuştur.
Ünsal Atan, 2008 (49)	Anne sütü grubu: 35 Sıcak kompres grubu: 35 Çay kompresi grubu: 35	- Emzirme Gözlem Formu - Emzirme İzlem Formu	Meme sorunlarını önlemede, sıcak nemli çay ve sıcak nemli uygulamasının, anne sütü uygulamasına göre daha etkili olduğu bulunmuştur
Varişoğlu, 2019 (50)	Deney grubu: 20 Kontrol grubu: 20	- İzlem Formu	Müziğin, doğum sonu üçüncü günden itibaren anne sütü miktarını arttırdığı bulunmuştur.
Yaşar Kivik, 2018 (51)	Deney grubu: 30 Kontrol grubu: 30	- LATCH	Erken ten tene temasın, emzirme başarısını arttırdığı bulunmuştur.
Yıldız, 2009 (52)	Kontrol grubu: 30 Emzik grubu: 30 Ninni grubu: 30	- LATCH	Emzik verme ve ninni dinletme yöntemlerinin, emzirme başarısını arttırdığı bulunmuştur.

Tartışma

Türkiye’de emzirme sürecinde uygulanan nonfarmakolojik yöntemler ile ilgili yapılmış lisansüstü tezleri incelemek amacıyla yapılan bu çalışmada, emzirme süreciyle ilgili yenidoğana uygulanan nonfarmakolojik yöntemlerden en çok kanguru bakımı/ten tene temas, laktasyonu arttırmaya ve emzirmeye yönelik progresif gevşeme egzersizi ve müzik dinletisi, meme sorunlarına yönelik ise anne sütü uygulaması çalışılmıştır. Bu sonuçlar Türkiye’de emzirme sürecinde uygulanan nonfarmakolojik yöntemler ile ilgili yapılmış lisansüstü tezlerin durumunu ortaya koyan ilk çalışma olması bakımından önemlidir. Son yıllarda sezaryen ve prematür doğumların artmasıyla birlikte doğum sonrası annelerde prolaktin ve oksitosin salınımının hemen gerçekleşmemesinden kaynaklı anne sütü üretimi az olmaktadır. Bu sebeplerden dolayı sezaryen sonrası emzirmeye başlama ve devam ettirme, süt üretiminde azalma ve meme sorunları yaşanmaktadır. Bunlara ek olarak bu süreçte sınırlı farmakolojik yöntemin kullanılması laktasyon, emzirme ve meme sorunları ile ilgili nonfarmakolojik yöntemlerin önemini arttırmaktadır (16).

Doğum sonrası kanguru bakımı/ten tene temas uygulamasının maternal oksitosin seviyesini artırarak emzirmeyi olumlu yönde etkilediği belirtilmektedir (53,54). Çalışmamızda yenidoğana uygulanan nonfarmakolojik yöntemlerden kanguru bakımı/ten tene temasın, emmeye başlama zamanını kısalttığı, emme sayısını, süresini ve süt miktarını arttırdığı, emzirme başarısını ve öz-yeterliliğini olumlu yönde etkilediği sonucuna ulaşılmıştır (22,23,25,35,40,41,44,46,50,51). Yapılan çalışmalarda, kanguru bakımı/ten tene temasın emzirme başarısını olumlu yönde etkilediği bildirilmiştir (55,56). Benzer şekilde, ten tene temasın emzirme öz-yeterliliği üzerindeki etkisini belirlemek için yapılan bir çalışmada, ten tene temasın emzirme öz-yeterliliğini olumlu yönde etkilediği, ilk emzirme zamanını kısalttığı ve emzirme oranını arttırdığı saptanmıştır (57). Bu sonuçlar doğrultusunda, kanguru bakımı/ten tene temasın, uygulanabilir, maliyetsiz ve emzirme üzerinde etkili bir yöntem olduğu söylenebilir.

İncelenen tezler sonucunda bebeğe dinletilen müziğin/beyaz gürültünün, emzirme başarısını olumlu yönde etkilediği ve emzirmenin başlatılmasında etkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır (26,38,45, 52). Ayrıca çalışmaya dahil edilen tezlerin birinde beyaz gürültünün müzik dinletisinden daha etkili bir yöntem olduğu bildirilmiştir (38). Literatürde, müzik terapisinin; term ve preterm bebeklerin gelişimini desteklemesi, ekstreterin döneme uyum sağlamalarına ve müzik ile annelerin rahatlamasına pozitif etki ederek emzirmeyi kolaylaştırdığı bildirilmektedir (58,59). Annelerin bu konuda hem eğitilmesi hem de uygulamaya teşvik edilmesiyle emzirme oranlarının artmasına katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Ayrıca literatür incelendiğinde, müzik dinletisinin laktasyon ve emzirme üzerindeki etkisini inceleyen nitel ve nicel çalışmalara ihtiyaç duyulduğu söylenebilir.

Erken dönemde ve sık sık süt sağılmasına rağmen bazı annelerde süt hacmi ve süt üretimi ilk birkaç hafta daha düşük olabilmektedir. Bu yüzden, yenidoğana zararsız olduğu inancından dolayı anneler nonfarmakolojik yöntemlere yönelmektedir (60). Bu yöntemler; sırt masajı, yoga, meme masajı, akupunktur, akupresür, gevşeme egzersizleri, müzik terapi, aromaterapi, bitkisel çay kullanımı, galaktagoglar, hipnoemzirme gibi uygulamalardır (15,16). Çalışmamızda incelenen tezlerde laktasyonu arttırmaya yönelik, anneye uygulanan nonfarmakolojik yöntemlerin başında progresif gevşeme egzersizi ve müzik dinletisi gelirken, bunları yatak içi egzersiz, ayak masajı (refleksoloji), lahana uygulaması, oksitosin masajı, akupresür, bebeğin videosunun izletilmesi, oral hidrasyon, sakız çiğneme ve TENS takip etmektedir. Bu sonuçlar doğrultusunda yoga, akupunktur, meme masajı, aromaterapi, bitkisel çay kullanımı, galaktagoglar ve hipnoemzirme ile ilgili konuların lisansüstü tezlerde çalışılmadığı görülmektedir.

Gevşeme egzersizlerinin, emzirmede başrol oynayan oksitosin hormonunun üretimini arttırabileceği bildirilmektedir (61). İncelenen tezlerde de progresif gevşeme egzersizlerinin emzirme öz-yeterliliği ve emzirme başarısı üzerinde etkili olduğu bulunmuştur (42,47). Yapılan sistematik derlemede, doğum sonu gevşeme egzersizlerinin, emzirmenin başlama ve sürdürülmesinde etkili olduğu bildirilmiştir (62). Benzer bir çalışmada da, progresif gevşeme egzersizinin emzirme öz-yeterliliği arttırdığı saptanmıştır (63). Progresif gevşeme egzersizlerinin, doğum sonu dönemde ebeler ve hemşireler tarafından verilen bakıma dahil edilerek annelerin emzirme konusunda desteklenmesi gerektiği düşünülmektedir.

Müzik ile sağlık bakımı arasında yakın bir ilişki olduğu ve müziğin, sağlığın her alanında kullanılabileceği belirtilmektedir. Fiziksel, psikolojik ve sosyal etkileri olan müzik terapi, anksiyeteyi azaltma, gevşemeyi sağlama, bireyin konforunu artırma ve oksitosin salınımına etki ederek anne sütü salınımını arttırmada olumlu etkileri olduğu bilinmektedir (64). Çalışmaya dahil edilen tezler incelendiğinde, annelere dinletilen müziğin, süt salınımını ve miktarını arttırdığı tespit edilmiştir (31,50). Prematüre yenidoğani olan annelerde müzik terapinin anne sütü miktarına etkisinin incelendiği bir çalışmada, müzik terapi uygulanan annelerin anne sütü miktarında istatistiksel olarak anlamlı bir artış saptanmıştır (65). Benzer bir çalışmada ise, doğumdan hemen sonra müzik dinleyen annelerde anne sütü miktarında istatistiksel olarak anlamlı artış bulunmuştur (66). Bu sonuçlar doğrultusunda, müzik terapinin laktasyon üzerinde olumlu etkisi olduğu söylenebilir. Ayrıca ülkemizde bununla ilgili yapılan bir çalışmaya rastlanmamış olup bu konuyla ilgili çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır.

İncelenen tezlerde yatak içi egzersiz, oral hidrasyon ve sakız çiğnemenin laktasyon ve emzirme üzerinde etkili olmadığı bulunmuştur (33). Çalışma bulgularımızın aksine, sezaryen doğum sonrası erken oral hidrasyonun ameliyat sonrası etkilerini inceleyen bir çalışmada, erken oral hidrasyonunun emzirme sayılarını arttırdığı tespit edilmiştir (67). Benzer bir şekilde, sezaryen sonrası erken oral hidrasyonun emzirmeye başlama zamanını kısalttığı bildirilmiştir (68). Literatür incelendiğinde ülkemizde, sakız çiğneme ve erken oral hidrasyonun laktasyona ve emzirmeye etkisini araştıran çalışmaya rastlanmamıştır. Bu doğrultuda erken oral hidrasyon ve sakız çiğnemenin laktasyon ve emzirme üzerine etkisini inceleyen çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır.

Emziren anneler bilgi eksikliği nedeniyle emzirirken bazı sorunlar yaşamaktadır. Emzirirken yaşanan bu

sorunlar; düz/çökük meme ucu, meme dolgunluğu (engorjman), meme başında hassasiyet/ağrı, çatlak meme ucu, yetersiz süt salınımı, tıkanmış süt kanalları, mastit, meme absesi ve memede enfeksiyondur (69,70). Bu sorunları gidermek için anneler nonfarmakolojik yöntemlere (anne sütü, zeytinyağı, lanolin krem, aloevera jeli vb.) yönelmektedir (18-21). Çalışmamızda, meme sorunlarına yönelik uygulanan nonfarmakolojik yöntemler ise; anne sütü, zeytinyağı, lahana, ayva çekirdeği, hidrojel ped, sıcak kompres, sıcak çay kompresi uygulamaları, göğüs kalkanı ve memeyi temiz kuru tutma olduğu, bunlardan en sık anne sütü ve zeytinyağı uygulaması tercih edildiği saptanmıştır. Yapılan tezler incelendiğinde, anne sütü uygulamasının, meme başı sorunlarını azalttığı ve emzirme başarısını olumlu yönde etkilediği bulunmuştur. Ayrıca incelenen tezler sonucunda meme başı ağrısını önlemede anne sütü, meme başı çatlaklarının önlenmesinde zeytinyağı daha etkili bulunmuştur. Yapılan bir çalışmada, postpartum dönemde meme başına zeytinyağı uygulayan kadınlarda anne sütü uygulayan gruba göre meme başı çatlağı daha az izlenmiştir (71). Zeytinyağının meme ucu sorunları üzerindeki etkisini inceleyen çalışmalarda, zeytinyağının meme ucu sorunları önlemede güvenli, erişilebilir ve faydalı bir seçim olduğu tespit edilmiştir (72). Anne sütü ve zeytinyağının antibakteriyel, antiinflamatuvar etkileri ve bu ajanlar uygulanarak yapılan meme bakımının oluşturduğu nemli ortamın meme başı problemlerinin gelişmesini önleyici etkisi ile ilişkilendirilebilir.

Kısıtlılıklar

Bu çalışmanın sonuçları, çalışmaya dahil edilen tezlerle sınırlıdır.

Sonuçların Uygulamada Kullanımı

Türkiye’de emzirme sürecinde uygulanan nonfarmakolojik yöntemler ile ilgili yapılmış lisansüstü tezleri incelemek amacıyla yapılan bu çalışmada, emzirme sürecinde uygulanan nonfarmakolojik yöntemler; kanguru bakımı/ten tene temas, müzik dinletisi (beyaz gürültü/ninni), emzik verme, emzirme destek sistemi, oral stimülasyon, bebek masajı, yatak içi egzersiz, progresif gevşeme egzersizi, müzik dinletisi, ayak masajı (refleksoloji), lahana uygulaması, oksitosin masajı, akupresür, bebeğin videosunun izletilmesi, oral hidrasyon, sakız çiğneme, TENS, anne sütü, zeytinyağı, lahana, ayva çekirdeği, hidrojel ped, sıcak kompres, sıcak çay kompresi uygulamaları, göğüs kalkanı ve memeyi temiz kuru tutmadır. Bu çalışmada, emzirme sürecine yönelik nonfarmakolojik yöntemlerin laktasyona, emzirmeye ve meme sorunları üzerinde etkili oldukları tespit edilmiştir. Ancak yöntemlerin etkinliğini değerlendirebilmek için kanıt düzeyi yüksek daha fazla sayıda randomize kontrollü çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır. İlgili alanlarda çalışan ebe ve hemşirelerin, emzirme sürecini desteklemek ve laktasyonu arttırmak amacıyla etkinliği tespit edilen nonfarmakolojik yöntemlerle ilgili hizmet içi eğitim almaları, eğitime uygun bakım vermeleri, anne sütünün artırılmasında aktif rol alarak uygulama yapmaları ve protokol geliştirmeleri önerilmektedir. Ayrıca, emzirme sürecinde uygulanan nonfarmakolojik yöntemlerin kullanımının yaygınlaştırılması, kendi kendine uygulanabilecek yöntemler konusunda annelere eğitim verilmesi, desteklenmesi ve cesaretlendirmesi önerilmektedir.

Bilgilendirme

Bu çalışmada yazarların katkı beyanı; R.K.O.: Fikir/kavram, tasarım, veri toplama ve işleme, analiz ve yorum, kaynak taraması, makalenin yazımı. Y.S.: Fikir/kavram, tasarım, veri toplama ve işleme, analiz ve yorum, kaynak taraması, makalenin yazımı. A.T.: Fikir/kavram, makalenin yazımı, eleştirel inceleme. Yazarlar arasında çıkar çatışması bulunmamaktadır. Bütün yazarlar bu makalenin son halini onaylamaktadır. Bu çalışmada finansal destek alınmamıştır. Araştırmanın bütçesi araştırmacılar tarafından karşılanmıştır.

Kaynaklar

1. Çaka YS, Topal S, Altınkaynak S. Anne sütü ile beslenmede karşılaşılan sorunlar. *Türkiye Klinikleri J Pediatr Nurs-Special Topics* 2017;3(2):120-8.
2. Bransburg-Zabary S, Virozub A, Mimouni F. Human milk warming temperatures using a simulation of currently available storage and warming methods. *PLoS One* 2015;10(6):e0128806.
3. Victora CG, Bahl R, Barros A, França G, Horton S, Krasevec J, et al. Breastfeeding in the 21 st century: Epidemiology, mechanisms, and lifelong effect. *Lancet* 2016;387(10017):475-490.
4. Horta BL, Loret DE, Mola C, Victora CG. Breastfeeding and intelligence: A systematic review and meta-analysis. *Acta Paediatr* 2015;104(467):14-9.
5. Irmak N. Anne sütünün önemi ve ilk 6 ay sadece anne sütü vermeyi etkileyen unsurlar. *Jour Turk Fam Phy* 2016;7(2):27-31.
6. Köksal G, Gökmen H. Çocuk Hastalıklarında Beslenme Tedavisi, 6. Baskı Hatiboglu yayınları, 2017,31-32.
7. Oktar Ö, Çoskun MA, Bostancı S. Anne sütü mucize olmaya devam ediyor. *Türkiye Klinikleri J Nurs Sci* 2018;10(3):228-37.
8. World Health Organization. European region has lowest global breastfeeding rates. 2018. URL: <http://www.euro.who.int/en/health-topics/Lifestages/maternal-and-newborn-health/news/news/2015/08/who-european-region-has>. 22 Şubat 2021.
9. World Health Organization. World health statistics. 2015. URL: <https://www.who.int/docs/default-source/gho-documents/world-health-statistic-reports/world-health-statistics-2015.pdf>. 22 Şubat 2021.
10. Hacettepe Üniversitesi Nüfus Etütleri Enstitüsü T.C. Sağlık Bakanlığı Ana Çocuk Sağlığı ve Aile Planlaması Genel Müdürlüğü. Türkiye nüfus ve sağlık araştırması. 2018. URL: http://www.hips.hacettepe.edu.tr/tnsa2018/rapor/TNSA2018_ana_Rapor.pdf. 9 Haziran 2021.
11. Safon C, Keene D, Guevara WJU, Kiani S, Herkert D, Munoz EE, et al. Determinants of perceived insufficient milk among new mothers in León, Nicaragua. *Matern Child Nutr* 2017;13(3):16-25.
12. Karaçam Z, Sağlık M. Breastfeeding problems and interventions performed on problems: Systematic review based on studies made in Turkey. *Turk Pediatri Ars* 2018;53(3):134-48.
13. Raghavan V, Bharti B, Kumar P, Mukhopadhyay K, Dhaliwal L. First hour initiation of breastfeeding and exclusive breastfeeding at six weeks: Prevalence and predictors in a tertiary care setting. *Indian J Pediatr* 2014;81:743-750.
14. Eidelman AI, Schanler RJ, Johnston M, Landers S, Noble L, Szucs K. Breastfeeding and the use of human milk. *Pediatrics* 2012;129(3):827- 841.
15. Sari LP, Salimo H, Budihastuti UR. Optimizing the combination of oxytocin massage and hypnobreastfeeding for breast milk production among post-partum mothers. *Journal of Maternal and Child Health* 2017;2(1):20-29.
16. Varışoğlu Y, Güngör Satılmış İ. Preterm doğumlarda anne sütü ve anne sütünü artırmaya yönelik alternatif yöntemler. *İzmir Democracy University Health Sciences Journal* 2019;2(2):99-113.
17. Amir Ali Akbardi S, Alamolhoda SH, Baghban AA, Mirabi P. Effects of menthol essence and breast milk on the improvement of nipple fissures in breastfeeding women. *J Res Med Sci* 2014;19:629-33.
18. As'adi N, Kariman N, Mojab F, Pourhoseinholi MA. The effect of Saqez (*Pistacia atlantica*) ointment on nipple fissure improvement in breastfeeding women during onemonth follow-up. *Avicenna J Phytomed* 2017;7(6):477-485.
19. Eshgizade M, Moghaddam MB, Moghaddam HM, Mahmoudian A, Mesbah M. Comparison of the effect of olive oil, aloe vera extract and breast milk on healing of breast fissure in lactating mothers: a randomized clinical trial. *Qom Univ Med Sci J* 2016;10:19-27.
20. Jackson KI, Dennis CI. Lanolin for the treatment of nipple pain in breastfeeding women: a randomized controlled trial. *Maternal Child Nutrition* 2016;1(1):1-10.
21. Vieira F, Delalibera DCF, Mota Correa Castrol T, Guimaraes JV, Marques Salge AK, Bachion MM. Effects of anhydrous lanolin versus breast milk combined with a breast shell for the treatment of nipple trauma and pain during breastfeeding: A randomized clinical trial. *J Midwifery Womens Health* 2017;62:572-579.
22. Arslan Gürcüoğlu E. Sezaryen sonrası anne ve yenidoğan arasında uygulanan acil ve erken tenses temasın ilk 24 saatte annenin emzirmesi, kaygısı, kanaması ve yenidoğan sağlığına etkileri. Doktora Tezi. Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara, 2020.
23. Coşkun D. Prematüre bebeği olan ve emziremeyen annelerin uyguladığı kanguru bakımının annelerin stres düzeyi ve süt miktarına etkisi. Doktora Tezi, İnönü Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Malatya, 2018.
24. Çetinkaya E. Meme dolgunluğu (angorjman) gelişen annelerde lahana uygulamasının etkisi. Doktora Tezi, Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir, 2019.
25. Irmak G. Yenidoğanlarda Kanguru Bakımı ve Masajın Emme Başarısı Ve Fiziksel Parametrelere Etkisi. Yüksek Lisans Tezi. Düzce Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Düzce, 2019.
26. Akça K. Beyaz gürültünün yenidoğanlarda emme başarısına etkisi. Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Erzurum, 2014.
27. Çankaya S. Sezaryenla doğum yapan annelerde ayak masajının laktasyona ve doğum sonu konfora etkisi; randomize kontrollü çalışma. Doktora Tezi. İstanbul Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul, 2018.

28. Çelik V. Preterm bebeklerde emzik verme yönteminin tam anne memesine geçiş ve emme başarısı üzerine etkisi. Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Erzurum, 2015.
29. Çelik F. Preterm bebeklerde oral stimulasyon ve emzirme destek sisteminin tam anne memesine geçiş süresi ve emme başarısı üzerine etkisi: Randomize kontrollü çalışma. Yüksek Lisans Tezi, Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Manisa, 2019.
30. Çullu R. Meme bakımında kullanılan zeytinyağı ve hidrojel ped uygulanmasının meme bası sorunlarının önlenmesine etkisi. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Ankara, 2008.
31. Dağlı E. Yenidoğan yoğun bakım ünitesinde yatan prematüre bebeklerin annelerinde müziğin ve oksitosin masajının süt salınımına etkisinin değerlendirilmesi. Doktora Tezi. Eskişehir Osmangazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Eskişehir, 2019.
32. Demirci G. Doğum sonrası meme başı çatlaklarının oluşumunun önlenmesinde göğüs kalkanı kullanımının etkisi. Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul, 2015.
33. Gündoğdu G. Sezaryen sonrası uygulanan yatak içi egzersizler, erken oral hidrasyon ve sakız çiğnemenin bağırsak hareketleri ile ağrı ve emzirmeye etkisi. Doktora Tezi. Atatürk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Erzurum, 2019.
34. Kabasakal A. Prematüre Bebek Annelerinde Watson'ın Modeli İle Uygulanan Kanguru Bakımının Laktasyon Sürecine ve Kaygı Düzeyine Etkisi. Doktora Tezi. Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Ankara, 2019.
35. Karakoç Geçici A. Prematüre Bebeklerde Kanguru Bakımının Annelerin Emzirme Öz-Yeterlilik ve Emzirme Başarısına Etkisi. Yüksek Lisans Tezi. Necmettin Erbakan Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Konya, 2018.
36. Kaya Sağlık D. Emzirme döneminde meme bası sorunlarının önlenmesinde, zeytinyağı, anne sütü ve temiz kuru tutma yöntemi kullanılarak yapılan meme bakımı yöntemlerinin etkinliğinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Afyonkarahisar Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü. Afyon, 2019.
37. Kelek S. Erken postpartum dönemde kullanılan ayva çekirdeği jölesi ve anne sütünün meme başı çatlağı oluşumuna etkisi. Yüksek Lisans Tezi. Cumhuriyet Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Sivas, 2017.
38. Kır E. Yenidoğanlarda ninnilerin ve beyaz gürültünün emzirmenin başlatılması üzerine etkisinin karşılaştırılması. Yüksek Lisans Tezi. Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Sağlık Bilimler Enstitüsü. Tokat, 2020.
39. Kırlek F. Erken postpartum dönemde meme başı ağrısı ve çatlaklarının önlenmesinde anne sütü ve zeytinyağının etkisi. Yüksek Lisans Tezi. Adnan Menderes Üniversitesi, Doğum ve Kadın Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği. Aydın, 2010.
40. Koç S. Doğumda kanguru bakımının yenidoğanın emzirme davranışlarına ve annenin konfor düzeyine etkisi. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Medipol Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü. İstanbul, 2015.
41. Korkut S. Doğum sonu erken dönemde sağlıklı yenidoğanlara uygulanan kanguru bakımının emzirmeye etkisi. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü. İstanbul, 2017.
42. Öztürk D. Sezaryen ile doğum yapan kadınlara uygulanan progresif gevşeme egzersizleri ve transkütan elektriksel sinir stimülasyonunun akut ağrı, emzirme davranışı ve konfor düzeyine etkisi; randomize kontrollü çalışma. Doktora Tezi. Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Ankara, 2019.
43. Sarı E. Preterm sezaryen doğum sonrası emziremeyen annelere uygulanan akupresürün laktasyona etkisi. Doktora Tezi. İstanbul Üniversitesi, Cerrahpaşa Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul, 2020.
44. Sarıcan ES. Doğumda kanguru bakımının sadece anne sütü ile beslenme durumuna ve bebeğin büyüme-gelişmesine etkisinin bağlanma kuramına göre incelenmesi. Doktora Tezi. Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü. İzmir, 2019.
45. Soyer S. Beyaz gürültü ve sessiz ortamın yenidoğanın emme başarısına etkisi. Yüksek Lisans Tezi. Balıkesir Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Balıkesir, 2017.
46. Sürücü ZS. Sezaryen doğum yapan kadınlarda, erken ten tene temasın, emzirme ve doğum sonu kanama üzerine etkisinin değerlendirilmesi. Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü. İstanbul, 2018.
47. Şahin K. Preterm bebek annelerine uygulanan progresif kas gevşeme egzersizlerinin anne ve bebek üzerine etkisi. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Üniversitesi, Cerrahpaşa Lisansüstü Eğitim Enstitüsü. İstanbul, 2019.
48. Turhan İ. Bebeği yenidoğan ünitesinde yatan annelere bebeğinin video görüntüsünün izletilmesinin anne sütü ve maternal bağlanmaya etkisi. Erciyes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Kayseri, 2020.
49. Ünsal Atan Ş. Primipar emziren annelerde meme ucu sorunlarının önlenmesinde farklı yöntemlerin etkinliğinin incelenmesi. Doktora Tezi. Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. İzmir, 2008.
50. Varışoğlu Y. Yenidoğan yoğun bakım ünitesinde prematüre bebeği olan annelere dinletilen müziğin anne sütü üretimine etkisi. Doktora Tezi. İstanbul Üniversitesi, Cerrahpaşa Lisansüstü Eğitim Enstitüsü. İstanbul, 2019.
51. Yaşar Kivik S. Epidural anestezi ile doğum yapan primipar annelerde erken ten temasının emzirme üzerindeki etkisi. Yüksek Lisans Tezi. Bülent Ecevit Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Zonguldak, 2018.
52. Yıldız A. Prematüre bebeklerde emzik verme ve ninni dinletme yöntemlerinin total oral beslenmeye geçiş süresi ve emme başarısı üzerine etkisi. Doktora Tezi. Atatürk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Erzurum, 2009.
53. Karimi FZ, Heidarian Miri H, Salehian M, Khadivzadeh T, Bakhshi M. The effect of mother-infant skin to skin contact after birth on third stage of labor: A systematic review and meta-analysis. Iranian Journal Of Public Health 2019;48(4):612-620.
54. Saxton A, Fahy K, Rolfe M, Skinner V, Hastie C. Does skin-to-skin contact and breast feeding at birth affect the rate of primary postpartum haemorrhage: Results of a cohort study. Midwifery 2015;31(11):1110-1117.

55. Saunders Moore E R, Bergman N, Anderson GC, Medley N. Early skin-to-skin contact for mothers and their healthy newborn infants. *Cochrane Database Systematic Review* 2016;11(1):1-123.
56. Ding L, Shan C, Wang Y, Luo S. Effect of kangaroo mother care on breastfeeding and behavior of full-term newborn. *Chinese Journal Of Practical Nursing*. 2018;34(24):1877-1882
57. Aghdas K, Talat K, Sepideh B. Effect of immediate and continuous mother-infant skin-to-skin contact on breastfeeding self-efficacy of primiparous women: A randomised control trial. *Women and Birth* 2014;27:37-40.
58. Keith DR, Weaver BS, Vogel RL. The effect of music-based listening interventions on the volume, fat content and caloric content of breast milk—produced by mothers of premature and critically infants. *Advances in Neonatal Care* 2012;12(2):112-119.
59. Vianna MN, Barbosa AP, Carvalhaes AS, Cunha AJ. Music therapy may increase breastfeeding rates among mothers of premature newborns: A randomized controlled trial. *Jornal de Pediatria*, 2011;87(3):206-212.
60. Emmanuel EN, Sun J. Health related quality of life across the perinatal period among Australian women. *Journal of Clinical Nursing* 2014,23(11/12), 1611-1619.
61. Lawrence RA, Lawrence RM. *Breastfeeding*. 8. Edition. Lawrence RA. Philadelphia: W.B. Saunders; 2011:291.
62. Fotiou C, Siahaidou T, Vlastarakos PV, Tavoulari EF, Chrousos G. The effect of body and mind stress-releasing techniques on the breastfeeding of full-term babies; A critical analysis of published interventional studies. *J Matern Fetal Neonatal Med* 2018;31(1):98-105.
63. Karbandi S, Hosseini SM, Hosseini SA, Sadeghi F, Hesari M, Masoudi R. Evaluating the effectiveness of using a progressive muscle relaxation technique on the self-efficacy of breastfeeding in mothers with preterm infants. *Journal of Nursing Research* 2017;25(4):283-288.
64. Montaseri S, Zarei Z, Edraki M, Pourarian S, Ahmad SP. The effect of music therapy on breast milk secretion in mothers with premature infants. *Pharmacophore* 2017;8(6):1-13.
65. Jayamala AK, Lakshmanagowda PB, Pradeep GCM, Goturu J. Impact of music therapy on breast milk secretion in mothers of premature newborns. *Journal of clinical and diagnostic research: JCDR* 2015;9(4):4-6.
66. Kittithanesuan Y, Chiarakul S, Poovorawan Y. Effect of music on immediately postpartum lactation by term mothers after giving birth: A randomized controlled trial. *J Med Assoc Thai* 2017;100(8):834-42.
67. Ahmed HA, El-Shahawy AA, Sammour HM. Effect of immediate versus early oral hydration on caesarean section postoperative outcomes: A randomized controlled trial. *The Egyptian Journal of Hospital Medicine* 2018;72(10):5409-14.
68. Gad Mohamed AH, Kamel Gudia AD. The effect of early versus delayed oral hydration on post cesarean maternal outcome and satisfaction. *The Malaysian Journal of Nursing* 2018;9(4):1-10.
69. Akter S, Tasnim S, Bhuiyan MMA, Hasan A. A study on postpartum breast problems of mothers attending at lactation management center (LMC). *Bangladesh Med J* 2015;44(3):136-139.
70. Yazıcı S, Kaya L, Kaya Z. Yenidoğan yoğun bakımda bebekleri olan annelerin meme problemleri. *J Health Pro Res* 2020;2(3):121-127.
71. Cordero MJ, Villar NM, Barrilao RG, Cortés ME, López AM. Application of extra virgin olive oil to prevent nipple cracking in lactating women. *World views Evid Based Nurs* 2015;12(6):364-369.
72. Nageeb H, Fadel EA, Hassan NF. Olive oil on nipple trauma among lactating mothers. *Mansoura Nursing Journal* 2019;6(1):159-170.