



ARAŞTIRMA YAZISI

ANNELERİN EMZİRME VE SÜT ÇOCUĞU BESLENMESİ KONUSUNDAKİ BİLGİ, İNANIŞ VE UYGULAMALARI: NİTELİKSEL BİR ARAŞTIRMA

Gizem Samlı¹, Bülent Kara¹, Pemra Cöbek Ünalın², Bülent Samlı¹, Nazan Sarper¹, Ayşe Sevim Gökalp¹
¹Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Ana Bilim Dalı, Tıp Fakültesi, Kocaeli Üniversitesi, Kocaeli, Türkiye ²Aile Hekimliği Ana Bilim Dalı, Tıp Fakültesi, Marmara Üniversitesi, İstanbul, Türkiye

ÖZET

Amaç:Bu çalışma, annelerin süt çocuğu beslenmesi ve emzirme konusundaki bilgi ve uygulamalarının ortaya çıkarılmasını amaçlayan niteliksel bir araştırmadır. Çalışma grubunu 9-15 aylık bebeği olan ve farklı eğitim seviyesi, sosyal ve ekonomik yapıdan 40 anne oluşturmuştur.

Yöntem:Çalışmanın verisi, yarı yapılandırılmış sorulardan oluşan bir akış formunun kullanıldığı derinlemesine görüşmeler ile toplanmıştır.

Bulgular:Analiz sonrasında, görüşmeler sırasında annelerin ifade ettikleri şu ana temalar altında toplanmıştır:1- Annelerin anne sütü verme kararını etkileyen süreçler, 2-Anne sütü ile ilgili bilgi ve inanışlar, 3-Emzirme uygulamaları, 4-Annelerin ek besin başlama kararını etkileyen durumlar, 5-Annelerin ek besinlerle ilgili bilgi ve tutumları. Yurdumuzda emzirme alışkanlığı yaygındır. Çalışmamızda da annelerin tümü bebeklerini emzirmişlerdir. Ancak anne sütünün yeterliliği konusundaki endişeleri ve sosyal baskılar ek gıdalara erken başlanmasına neden olmaktadır. Eğitimler, anne sütü yeterliliğinin değerlendirilmesinde bebeğin kilo alımının esas belirteç olduğu ve anne sütünün tek başına 6 ay yeterli olduğu yönünde vurgu yapılmalıdır. Ek gıdaların seçiminde ailelerin alım gücü etkili olmakla birlikte, kısıtlı olanakların uygun şekilde kullanılması için ek gıdaların niteliği ve başlama zamanları konusunda yeterli bilgisi olmadığı görülen annelere danışmanlık verilmesi yararlı olacaktır. Anneler bebek beslenmesi konusunda sağlık çalışanları tarafından birebir görüşmeler ve basılı materyallerle eğitilmeyi tercih etmektedir.

Sonuç:Bebek beslenmesinin iyileştirilmesi için topluma yönelik programların hazırlanmasından önce annelerin düşünce, inanış ve gereksinimlerinin belirlenmesi yararlı olacaktır.

Anahtar Kelimeler: Emzirme, Süt çocuğu beslenmesi, Niteliksel araştırma, Annelerin düşünceleri

KNOWLEDGE, BELIEFS AND PRACTICES OF MOTHERS ABOUT BREASTFEEDING AND INFANT NUTRITION: A QUALITATIVE STUDY

ABSTRACT

Objective:This is a qualitative research that aims to explore the mothers' knowledge and practices regarding infant nutrition and breastfeeding. Forty mothers with infants aged 9-15 months- and with varying different backgrounds in education, social and economic structure, formed the study groups.

Method:The data was collected by means of depth interviews using of a semi-structured questionnaire.

Results:After the analysis the mothers' words during the interviews were classified under these main themes: 1- Procedures affecting mothers' breastfeeding decision 2-Knowledge and beliefs regarding breast-milk, 3- Breastfeeding practices, 4-Factors influencing the decisions of feeding with non-breast milk products 5-Mothers' knowledge and attitudes to complementary nutrients/foods. Breastfeeding is a common habit in Turkey. In our study all of the infants were breastfed. But the mother's anxiety about the sufficiency of breast-milk and social pressure leads to starting with complementary nutrients/foods early. Education must emphasize exclusive breastfeeding in the first 6 months and following the weight gain of the infant as the major indicator for assessment of its sufficiency. Although the economic level of the family affects the selection of the complementary foods, supervision is necessary for mothers who do not know enough about the quality of the foods and time of addition to the diet. Mothers prefer one to one interviews with health professionals and using printed materials about infant nutrition.

Conclusion:Before preparing community-based programs to improve infant nutrition, the mothers' opinions, beliefs and needs, should be taken into account.

Keywords: Breast-feeding, Infant nutrition, Qualitative study, Mothers' opinions

İletişim Bilgileri:

Dr. Pemra Cöbek Ünalın

Aile Hekimliği Ana Bilim Dalı, Tıp Fakültesi, Marmara Üniversitesi

Hastanesi, Altunizade, İstanbul, Türkiye

e-mail: punalan@marmara.edu.tr

Marmara Medical Journal 2006;19(1);13-20



GİRİŐ

Beslenme durumunun değerlendirilmesinde Dünya Sağlık Örgütü'nün de önerdiği üç gösterge kullanılmaktadır¹. Yaşa-göre-boyun düşük olması beslenme sorununun kronik olduğunu, boya-göre-ağırlığın düşük olması akut beslenme yetersizliğini gösterir; yaşa-göre ağırlığın düşük olması hem akut hem de kronik beslenme yetersizliğinde görülebilir¹. Yaşa-göre-boy endeksine göre, referans grubun ortanca değerinden eksi iki standart (-2SD) sapma gösteren çocuklar, yaşlarına göre kısa (bodur- "stunted") kabul edilmektedir. Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması (TNSA) 2003 verilerine göre 24-59 aylık çocukların yaklaşık yüzde 15'i bodurdur². TNSA 1998 verilerine göre çocukların %2,3'ünün boylarına göre, %9,7'sinin de yaşlarına göre düşük ağırlıklı olduğu, genel malnütrisyon sıklığının %8,7 olduğu saptanmıřtır³. Tüm bu göstergeler, ülkemizdeki bebek beslenmesi uygulamalarında önemli sorunlar olduğunu yansıtmaktadır.

Ülkemizde süt çocukluğu ve erken çocukluk dönemindeki mortalitenin yüksek oluşundan başlıca malnütrisyon-enfeksiyon kısır döngüsü sorumludur⁴. 1989'da Hayran ve arkadaşlarının Kocaeli il merkezinde 0-6 yaş grubu çocuklarda yaptığı araştırmada, çocukların %32'sinin yaşa göre ağırlıklarının normalin altında olduğu, bu durumun anne eğitim düzeyinin düşükliğü ve çocuk sayısının artışı ile paralellik gösterdiği bulunmuřtur⁵. Bizim çalışmamız da ülkenin değişik yerlerinden göç alma ve sanayi merkezi olma özelliği nedeniyle farklı sosyo-kültürel yapıları içeren Kocaeli ilinde yapılmış ve annelerin süt çocuğu beslenmesiyle ilgili bilgi, inanış ve uygulamaları, derinlemesine bireysel görüşme yönteminin kullanıldığı niteliksel bir araştırmayla değerlendirilmiştir.

GEREÇ VE YÖNTEM

Annelerin, süt çocuğu beslenmesi konusundaki bilgileri ile davranışları, algı ve inanışlarından etkilenerek ortaya çıkan davranışlardır. Bu nedenle annelerin karar vermesini etkileyen süreci anlamayı amaçladığımız bu çalışmada araştırma tipinin niteliksel olmasına ve verinin birebir derinlemesine görüşmeler yoluyla toplanmasına karar verilmiştir.

Çalışma grubu, yaş, eğitim, ve ekonomik düzeyleri farklı olan annelerden seçilerek bu değerlikenler nedeniyle yapılan farklı uygulamalar varsa onlara rastlama olasılığını artırmak

amaçlanmıştır. Bu nedenle süt çocuğu büyümesinde aylık takiplerine gelen ve bu dönemde doktorlarından beslenme ile ilgili eğitim alabilen anneleri içermesi için Kocaeli Üniversitesi Tıp Fakültesi Sağlam Çocuk Polikliniği'ne takibe gelen anneler, İzmit Çenedağ ve Hereke 3 no'lu Sağlık Ocağı'na başvuran anneler ve Kocaeli Üniversitesi Tıp Fakültesi Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı Servisi'nde yatarak tedavi edilen hastalardan da özellikle malnütrisyonlu çocukların anneleri örneklem grubunu oluşturmuştur. Örneklem grubu içinde ev hanımı ve eğitimi ilkokul düzeyinde olan annelerin yanı sıra, orta, lise ve yüksek öğrenim görmüş ve çalışan anneler ile ekonomik düzeyi kötü olan annelerin de yer almasına özen gösterilmiştir. Obezite de bir beslenme sorunu olmakla birlikte bu çalışmaya dahil edilmemiş, ülkemizde süt çocuklarında daha büyük sorun olan erken, yanlış ve yetersiz ek gıdalarla beslenme ve anne sütünden yeterince yararlanamama konusunun araştırılması hedeflenmiştir. Bu amaçla Türkiye'de bebek beslenmesi ile ilgili sorunlar konusundaki yayımlar taranarak ilgili konuda açık uçlu sorular içeren bir görüşme formu hazırlanmıştır. Annelerin, anne sütü, ek gıdalara geçiş, ek gıdaların niteliği konusundaki bilgileri, uygulamaları ve bu bilgileri nerelerden edindikleri sorulmuştur.

Görüşmelerin tamamı niteliksel araştırma konusunda eğitim almış olan bir kadın araştırmacı tarafından yapılmıştır. Çalışma konusunda bilgilendirilen annelerden gönüllü olanlarla görüşülmüştür. Görüşmeler hastane veya sağlık ocağının bir odasında gerçeleştirilmiş, anne, görüşmeci ve bazen de çocuk dışında kimse odaya alınmamıştır. Görüşmeler annelerin izniyle teybe kaydedilmiştir. Görüşme yaklaşık 60 dakika sürmüş, aynı gün teyp kayıtları yazıya dökülmüştür. Yöntemde önerildiği şekilde, görüşmeci az konuşup daha çok dinlemiş ve anneyi yönlendirmemeye özen göstermiştir. Başlangıçta belli bir anne sayısı hedeflenmemiş, annelerin görüş ve uygulamaları birbirini tekrarlayıp, değerliş görüşler ortaya çıkmadığı izlenimi edinilene kadar çalışma sürdürülmüştür. Görüşmeler 7 aylık bir zaman diliminde tamamlanmıştır.

Annelerin yaşı, eğitimi, mesleği, eşinin mesleği ve işi, çocuk sayısı sorulmuştur. Bebeklerin boy, ağırlık ve yaşları kaydedilmiş ve Gomez sınıflamasına göre (yaşa-göre-ağırlık) beslenme durumları değerlendirilmiştir.



Teyp kayıtları, görüşme ve danışman öğretim üyeleri tarafından birlikte çözümlenmiş, tema analizi yöntemiyle elde edilen bilgiler değerlendirilmiştir. Ortaya çıkan ana temaların dışında kalsa, ya da tek bir anne tarafından ifade edilmiş olsa bile tüm cümleler dikkate alınmıştır. Bu bilgiler ışığında annelere bebek beslenmesini iyileştirme konusunda sunulacak öneriler belirlenmiştir.

Araştırma planı Kocaeli Üniversitesi Tıp Fakültesi Etik Kurulu tarafından onaylanmıştır.

BULGULAR

Toplam 40 anneden oluşan çalışma grubunun demografik özellikleri ve bebeklerin beslenme durumu Tablo I'de gösterilmiştir. Analiz sonucunda ortaya çıkan ana temalar Tablo II'de sıralanmıştır.

1-Annelerin anne sütü verme kararını etkileyen süreçler, kişiler, kaynaklar: Anneler, bebeklerini emzirme kararını verirken evdeki büyüklerin ve çevrenin yanısıra çeşitli basılı eğitim malzemeleri, ile basın yayın organları ya da sağlık çalışanları tarafından verilen bilgilerden etkilendiklerini belirttiler.

“Annem emzirilen bebek daha iyi olur dedi.”

“Anne sütünü 2 yaşa kadar vereceğim. Televizyonda öyle diyorlardı.”

“Doktor kontrolde anne sütü yeterli mamaya gerek yok dedi, ama evdeki baskılara dayanamadım. Biberonu zorla verdim. Sonra da anne sütünü iyice bıraktı.”

“Çevremden “bebeğini aç bırakıyorsun” suçlamaları bile geldi ama ben ilk 6 ay anne sütü dışında bir şey vermedim.”

“Bana beslenme konusunda kitapçık verildi. Çok işime yaradı. Köyde doğum yapan birine de gönderdim.”

“Hastanelerde beslenme konusunda ayda bir iki saatlik toplantılar olsa veya sağlık ocağı hemşireleri bizi eğitim için çağırırsa, seve seve giderdim.”

“Sağlık ocağı kalabalık, doktorla bu konuları rahat konuşamıyoruz.”

2-Emzirme uygulamaları: Annelerin nasıl ve ne kadar emzirdiklerini belirleyen bazı geleneksel uygulamalar olduğu gibi sağlık sektörü tarafından hazırlanmış basılı malzemelerin de izlendiği ve dikkate alındığı belirtilmiştir.

“İlk 5 gün sütüm yoktu, tanıdık kadınlar gelip emzirdi. Şerbet de verdik. Sonra sütüm geldi”.

“Mememin ucu yoktu. Kaba sağdım. Kabın temizliğinden emin olamayınca mamaya başladım üçüncü ayda. İdrar yolu enfeksiyonu geçirince kaptan mikrop kaptırdığımı düşündüm.”

“Ağladıkça emziriyorum”

“İlk günler çabuk yoruluyor diye sık sık emzirdim”

“Bir buçuk yaşına kadar emzirmeyi düşünüyorum.”

“Aile büyüklerimiz ek gıdaya erken başlamamızı istiyordu. Ancak ben elimdeki kitapçığa göre 6 ay boyunca emzirdim. Altıncı ayda başka şeylere başladım.”

3-Anne sütüyle ilgili bilgi ve inanışlar: Anne sütünün üstün nitelikleri oldukça fazla sayıda katılımcı tarafından farklı yanlarıyla ifade edilmiştir. Ancak kolostrumun bebeğe verilmemesi ile ilgili inanış da tekrar edilen ifadelerden biri olmuştur.

“Kaynanamlar ilk gelen pis süt aksın diyerek onu sağdılar, sonra emzirdim”.

“Üçüncü ayda hamile kalmışım. Sütün tadı mı değişti, ne oldu? Almadı artık sütümü. Çok üzüldüm ama.”

“Bebeğim 3,5 ay meme emerken kilosu çok iyiydi, memeden kesildi, durmadan kilo düşüşü ondan sonra oldu.”

“Anne sütünün tüm hastalıklardan koruduğuna inanıyorum.”

“Anne sütü sadece D vitamini hariç, tüm vitaminleri içeriyor. Sulu olması, temiz, ılık ve hazır olması bence çok önemli.”(İlkokul mezunu, eşi öğretmen bir anne)

“Anne sütü zaten bir ilaç. Bir buçuk aylıkken çocuğum anjin olmuştu. Doktor ilaç vermedi. Sen emzir, geçer dedi.”

“İlk, kolostrum denilen sarı bir su geliyor. O çok faydalı.” (Lise mezunu bir anne)

“Keşke doğum izni daha çok olsaydı. Bizde doğum izni 1,5 ay. Çalışınca herhalde stres ve yorgunluktan sütüm azaldı.”

4-Mama başlama kararını etkileyen durumlar: Annelerin mama başlama kararını nasıl verdikleri konusundaki ifadeleri sık uyanma, annenin ilaç kullanması, annenin hamile kalması, kayınvalidenin isteği, mamanın daha besleyici olduğu şeklindedir.



Tablo I: Çalışma grubunun demografik özellikleri ve bebeklerin beslenme durumu.

		n	%
Anne yaşı	19-29	30	%75
	30-39	10	%25
Annenin eğitimi	Okur yazar değil	4	%10
	İlkokul	20	% 50
	Ortaokul-lise	13	%32,5
	Yüksekokul	3	%7,5
Annenin mesleği	Ev hanımı	36	%90,0
	Öğretmen	3	%7,5
	Muhasebeci	1	%2,5
Eşin çalışması	Sürekli işi var	37	%92,5
	İşsiz	3	%7,5
Çocuk sayısı	1-2	29	%72,5
	3-4	8	%20,0
	5-7	3	%7,5
Çocukların yaşı (Tamamlanan ay esas alınmıştır)	9-11 aylık	18	%45
	12-15 aylık	22	%55
Bebegın Gomez sınıflamasına göre beslenme durumu	Fazla kilolu	2	%5,0
	Normal kilolu	24	%60,0
	Hafif beslenme bozukluğu	9	%22,5
	Orta beslenme bozukluğu	4	%10,0
	Ağır beslenme bozukluğu	1	%2,5
Toplam		40	

Tablo II: Araştırma sonucunda ortaya çıkan ana temalar.

1. Annelerin anne sütü verme kararını etkileyen süreçler (kişiler, kaynaklar)
2. Anne sütüyle ilgili bilgi ve inanışlar
3. Emzirme uygulamaları
4. Annelerin ek besin başlama kararını etkileyen durumlar
5. Annelerin ek besinlerle ilgili bilgi ve tutumları



“Geceleri sık uyandığı için mama başladım.”
“Bebeğim dört aylıkken, dişimdeki apse için 3 gün Duocid® iğne verdiler ve doktorum bu sürede “emzirme, dışarı sağ” dedi. Üç gün bebeğim çok ağladı. Üç günden sonra kızım beni istemedi, sütüm artık çok az geliyordu. Sonra ben hamileymişim, onun da etkisi oldu tabii. Mama verdim.”
“Gebelikten korunmak için iğne yaptırıyorum. Bunun için 3 aylıkken emzirmeyi kestim.”
“Hafif olduğu için ilk pirinç unuyla muhallebi yaptım ama kayınvalidem Arı mama vermeme söyledi. Daha iyi beslermiş.”
“Arı mamanın içinde sütü falan var. şekeri, her şeyi hazır oluyor. Her şeyi içinde. Suyla pişiriyorum.”

5-Annelerin ek gıdalarla ilgili bilgi ve tutumları: Yöresel, çevresel ve ekonomik durumların ek gıdalarla ilgili bilgi ve tutumları etkilediği ancak annelerin yazılı ve görsel basın ile çocuğun tercihlerinden de etkilendikleri belirtilmiştir. Ekonomik koşullar önemli bir sınırlayıcı olarak tekrar edilmiştir.

“İki aydan sonra çocuğa inek sütü verebiliriz.”
“Doymayıp ağlayınca, ineğimiz olduğu için, başka mama alacak paramız olmadığı için inek sütü verdim.”
“Mısır unu, buğday unu ve tereyağı karıştırıp kaynatıp kavanozlara koyuyoruz. Kaynanam laz maması diyor. Her öğünde bir kaşık sütle karıştırıp veriyoruz.”
“Televizyonda dinledim. Bir yaşına kadar kesinlikle inek sütü verilmemesi gerektiği söyleniyor.”
“İlk yoğurt verdim, kolay hazmedileceği ve kemikleri geliştireceği için.”
“İlk meyve verdim, vitaminden zengin diye.”
“Sebze, meyve, et gibi çeşitli gıdaları vermeye çalışıyorum, temizliğe çok dikkat ediyorum.”
“İnek sütü içirmiyorum, çocuğu mahvetti, 3 aylıktan beri ne yaptysak ishalini geçiremedik.” (Bebeğinin gelişmesi iyi olan bir annenin sözleridir.)
“Sebze çorbasının bebeklere pek fazla yararı olmadığını da gazetelerden okudum.”
“Başka bir şey alamıyorum. Sanayağı ile unu kavurup içine su ve şeker katıp veriyorum”
“Bir kase çayın içine biraz ekmek, tereyağı veya sanayağı koyuyorum, sabah kahvaltı olarak başka bir şey alamadığım için onu veriyorum.”
“Kahvaltıda yumurta, zeytin, peynir yemez, patates kızartması seviyor, yiyor.”

“Sabah çay içiyor. Televizyonda çocuklara iyi gelir demişlerdi.”
“Başka bir şey alamadığım için günde bir litreye kadar inek sütü verdim.”
“Çocuğum meyve püresi yemez. Hazır meyve suyunu çubukla falan oynar gibi içiyor”
“Et alıp veremiyorum. Zaten kırmızı et ağır gelir.”
“Çocuğum 15 aylık. Balık yedirmiyorum. Süt içtiği için zehirlenme olabilir diye.”
“Evde meyve olunca, ancak 4-5 günde bir eline veriyorum.”
“Kendi çorbalarımızdan, bir de yemeklerin suyunu veriyorum.”
“Sofra yemekleri boğazında kalır diye korkup veremedim. Yemeğin suyuna ekmek doğrayıp veriyorum.”
“Aburcuburu çok seviyor. Çikolata, balık kraker sürekli elinde. Çekirdeğe gofrete çok düşkün.” (14 aylık orta derecede malnütrisyonlu bebeği olan anne)
“Durumum elverseydi, pirinç unu, Arı mama yerine eczanelerdeki mamalardan verirdim. İki günde bir balık yedirirdim, et, tavuk yedirirdim. Çorbasına her çeşit sebze katardım. Her gün yoğurt, çeşitli meyveler alır yedirirdim.”
“Çocuğa hiç sebze vermiyorum. İshal olur, onun için. Komşular öyle söylüyor.” (9 aylık bebeği olan, okur –yazar olmayan bir anne)

Annelerin bir kısmı basılı eğitici materyallerden çok yararlandığını dile getirmiştir. Bazı anneler ise sağlık ocaklarında süt çocukları için beslenme kılavuzlarının olmadığını yakınmiştır.

Annelerin çoğu anne sütüne en yakın besinin eczanelerde satılan hazır mama olduğunu ve sütleri yetmediğinde ilk 6 ayda mama vermek istediklerini belirtmiştir. İlk 6 ayda suyla pirinç unu, suyla Arı mama®, bazen de sulandırılmış inek sütü verdiğini ifade eden annelerin hemen hepsi ekonomik güçlüklerden de söz eden annelerdi. Bazı anneler inek sütünü erken kullanmanın doğru olmadığını, alerji ve demir eksikliği gelişmesi gibi sakıncaları olduğunu söylemiş ve çoğu anne 6 aydan sonra inek sütü yerine muhallebi ve yoğurt kullanmayı tercih ettiklerini belirtmişlerdir. Yoğurdun kemik gelişimi için önemli olduğu ve kolay hazmedileceği belirtilmiştir.

Taze sebze ve meyvelerin yararlı olduğunu birçok anne belirtmiş, meyve tüketimi sırasında yine ekonomik güçlüklerden söz edilmiş, meyvelerin suyunu sıkmak veya püre hazırlamak yerine bir



yaş altındaki bebeklerinin eline bir parça meyve vermeyi tercih ettiklerini söylemişlerdir.

Annelerin bir kısmı sebze mamalarına et ilave etmediklerini, kemik suyunun bunun yerine geçtiğini söylerken, büyük bir kısmı da et alamadıklarını söylemişlerdir.

Kahvaltıda yenen besinler pahalı olması nedeniyle annelerin çoğu yeterince peynir, süt, yumurta veremediklerini, bebeklerine çay-bebe bisküvisi, ekmek-çay-margarin, patates kızartması verdiklerini anlatmışlardır.

Anneler, çocuklarının tercihleri konusundaki yargılarını “tadını beğenmiyor”, “abur cuburu seviyor”, “yemez”, “istemez” sözleriyle belirtmişlerdir.

TARTIŞMA

Annelerin eğitim ve sosyal düzeyleri ne olursa olsun hepsinin anne sütünün çocuklarının gelişimi ve hastalıklardan korunması için en yararlı besin olduğunu bildiği ve anne sütü vermeye başladığı görülmüştür. Zaten Türkiye’de emzirmenin yaygın olduğu ve tüm çocukların %97’sinin bir süre emzirilmiş olduğu bilinmektedir^{2,3}. Ancak, esas endişe yaratan aşama, annelerin ne zaman mamaya başlanması gerektiği konusundaki kararlarıdır. Aile büyüklerinin ve yakınlarının bu konudaki önerileri, çoğu zaman bebeğin kilo alımını değerlendirmeden gereksiz ek gıdalara başlanarak bebeğin anne sütünden uzaklaşmasına neden olduğunu düşündürmüştür. Eğitim düzeyi yüksek olan annelerin ve babanın da anne sütünün yeterliliği konusunda bilgilendirilmiş olmasının sadece anne sütüyle beslenen süreyi uzattığını, ek gıdalara başlamaya neden olan sosyal baskıyı aşmada çevrenin de bu yönden cesaretlendirilmesi gerektiğini gösteren çalışmalar vardır⁶. Çalışmamızda çoğu anne, anne sütünün yanısıra su da verilmesi gerektiğini düşünmektedir.

Annelerin ifadeleri özel doktor muayenelerine veya hastanelerin sağlık çocuk polikliniklerine gittikleri zaman beslenme konusunda sözlü olarak eğitildiklerini ve yazılı materyallerle ulaşabildiklerini, ancak gebelik takipleri ya da çocuklarını aşılama için sağlık ocağına götürmelerine rağmen bu sırada kendilerine anne sütü ve beslenme ile ilgili bilgilerden söz edilmediğini göstermiştir. Oysa annelerin anne sütü verme kararlarını, henüz antenatal kontrollerinde hekim ya da ebelerden aldıkları danışmanlık sırasında etkili olarak verdiklerini gösteren çalışmalar vardır⁷. Sağlık çocuk polikliniğinden takipli anneler ek gıdalara

doktor önerisiyle başlarken, az sayıda annenin doktor veya hemşireler tarafından verilen yanlış öneriler nedeniyle (annenin meme dışı lokal enfeksiyonu, antibiyotik kullanımı, uygunsuz kontraseptif seçimi) emzirmeye ara verdiği dikkat çekicidir. Ülkemizde bu konuda yapılan bazı çalışmalarda gözlemlerimizi destekler sonuçlar elde edilmiştir. Koçoğlu ve ark.’nın⁸ çalışmasında kayınvalidesi ile oturan ailelerde bebek beslenmesinde söz sahibi olan kişinin daha çok kayınvalide olduğu ortaya çıkmıştır. Aynı çalışma anne sütünün ilk 6 ayda en yararlı besin olduğunun annelerin %91,2’si tarafından bilindiğini, ne kadar süre tek başına yeterli olduğunu ise annelerin ancak %58,8’inin bildiğini ortaya koymuştur. Potur ve ark.’nın⁹ çalışmasında, 1992 yılında Zeynep Kamil Hastanesi’ne başvuran 3 aylık bebeklerden ancak %15’inin sadece anne sütüyle beslendiği saptanmıştır. Erdöl ve ark.’nın¹⁰ Trabzon’da yaptıkları çalışmada da genellikle 3-4 ay civarında ek gıdaya başlandığı bildirilmiştir. Yücecan ve ark.’nın¹¹ çalışmasında ilk verilen ek besini %21,9 oranında meyve suyu, %19,7 oranında hazır mamalar, %17,7 inek sütü, %13,4 muhallebi, %9,5 oranında yoğurt oluşturmuştur. Saner ve ark.’nın¹² çalışmasında 3.ay sonunda emzirme oranı doğumdan hemen sonra ve 2-3. günde bilgi verilenlerde %95 oranında bulunurken, sadece bir kez görüşülen ile hiç görüşülmeyenlerde sırasıyla %50 ve %20’ye düşmüştür¹². Çalışma birebir eğitimin önemini çarpıcı şekilde vurgulamaktadır.

Çalışan annelerin 6 aydan önce ek gıda başlamalarında ülkemizde doğum sonrası izin kısa olması etkilidir. Çalışan annelerin buna rağmen anne sütüne devam etme konusundaki çabaları dikkati çekmiştir. Amerika Birleşik Devletleri’nde anne sütü ile beslenmenin yüksek düzeyde eğitim almış, gelir düzeyi iyi, 30 yaşını aşmış kadınlarda en yüksek oranda olduğu rapor edilmiştir¹³. Carmichael ve ark.’nın¹⁴ tarafından yapılan bir çalışmada da işe ya da okula erken dönmeyen, 20 yaşından daha genç olmanın ve yöresel alışkanlıkların ek gıda başlamayı etkileyen durumlar olduğu gösterilmiştir. Yılmaz ve ark.’nın¹⁵ 1999’da gerçekleştirdikleri çalışmada üniversite mezunu annelerin daha uzun süre anne sütü verdikleri görülmüştür.

Amerikan Pediatri Akademisi ve Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) ilk 4-6 ay sadece anne sütü ile beslenmeyi, anne sütüne en az bir yaşına kadar devam edilmesini önermektedir^{16,17}. 1989’da DSÖ ve Birleşmiş Milletler Çocuklara Yardım Fonu emzirmenin özendirilmesi ve desteklenmesi için doğum hastanelerindeki eğitim ve bebeklerin



anneleriyle aynı odada kalarak emzirilmelerine ilişkin prensipler ortaya koymuştur¹⁶. Karavuş ve ark.'nın¹⁸ çalışmasında 0-3 aylık çocukların %87'sinin, 4-6 aylıkların %74,2'sinin, 7-9 aylıkların %43,4'ünün ve 10-12 aylıkların %44,8'inin anne sütü almaya devam ettikleri saptanmıştır. Ekonomik koşullar, taze meyve sebze tüketimi, formül mama kullanımı, yumurta, peynir ve ete başlanmasını etkileyen bir güçlük olarak tarif edilmiştir. Bu nedenle malnütrisyon-infeksiyon-süt çocuğu ölümleri kısır döngüsünün kırılması için ilk 6 ay sadece anne sütü verilmesinin sağlanması düşük ekonomik düzeydeki aileler için daha da önem kazanmaktadır. Annenin multipar olması, daha önce emzirme deneyiminin olması, aile ve arkadaş çevresinde emzirmenin yaygın olması ve babanın anneyi bu konuda desteklemesi ve annenin diğer konulardaki yükünü paylaşmasının sadece anne sütüyle emzirme sürecini uzattığını gösteren niteliksel çalışmalar vardır^{14,19}. Anne eğitim düzeyinin yüksek olmasının daha az sayıda çocuk sahibi olma, ailede çocuk başına düşen gelirin daha yüksek olması, annenin çocuk beslenmesine daha çok zaman ayırması ve emzirmeye daha uzun süre devam etmesi ile ilişkili olduğu gösterilmiştir²⁰. Dolayısıyla, annelerle her karşılaşma bir fırsat olarak kabul edilmeli ve eğitim amacıyla değerlendirilmelidir.

Bebek beslenmesi konusunda annelerin düşünce ve uygulamalarının belirlenmesi, onların gereksinimlerini karşılayacak eğitim materyallerinin hazırlanması konusunda ilk adım olmalıdır. Bu çalışmanın verilerinden yola çıkarak bebek beslenmesinin iyileştirilmesi konusunda aşağıdaki öneriler sıralanmıştır.

1. Gebelik takipleri sırasında, sağlık ocakları ve sağlam çocuk polikliniklerinde annelere bebek beslenmesi eğitimi verilmelidir. Eğitim birebir ve basılı materyalle desteklenerek yapılmalıdır. Sağlık ocakları ve hastanelerde toplu eğitim günleri düzenlenmelidir.
2. Eğitime mümkünse anneyi etkileyen hatta anneye baskı yapan büyükanneler ve babalar da davet edilmelidir.
3. Liselerde sağlık bilgisi derslerinde anne sütü konusunda pratik bilgiler verilmelidir.
4. Anne sütünün özendirilmesinde televizyon da kullanılmalı, bu konuda çocuk sağlığı ve hastalıkları hekimlerinin meslek dernekleri ve Sağlık Bakanlığı'nın koruyucu hekimlikle ilgili birimleri öncülük etmelidir.
5. Annelerin yanlış yönlendirilmelerini engellemek için, anne sütünün yasaklanması gereken haller

konusunda hekim ve hemşirelerin eğitilmesi gerekmektedir.

6. Eğitimlerde anne sütünün 6 ay tek başına yeterli olduğu ve ek gıda başlamak için en önemli kriterin bebeğin yetersiz kilo alımı olduğu vurgulanmalıdır ve annelerin sütlerine güven duymaları amaçlanmalıdır.
7. Eğitimlerde ek gıdaların içerikleri, yararları, başlanmaları için uygun zaman belirtilmelidir.
8. Birebir eğitimlerde doktor ve hemşireler annenin olanaklarını gözetererek en uygulanabilir beslenme önerilerini vermeye özen göstermelidir.
9. Bebek beslenmesinde eğitimin yanı sıra ailedeki çocuk sayısının da etkisinin büyük olduğu inkar edilemez. Bu eğitimler sırasında özellikle düşük sosyoekonomik düzeydeki ailelerin daha az sayıda çocuk sahibi olmaları için aile planlaması konusunda yönlendirilmeleri gerekmektedir. Süt vermeye engel olmayacak yöntemler özendirilmelidir.
10. Anne sütü vermenin sakıncalı ya da olanaksız olduğu durumlarda bir seçenek olması nedeniyle, anne sütüne yaklaştırılmış mamaların ithal edilmesi yerine yurdumuzda üretilmesi ve daha ucuza sunulması sağlanmalıdır.
11. Satışa sunulan ve anne sütüne eşdeğer gösterilen mamaların içeriklerinin standartlara uygunluğu denetlenmeli, kutuların üzerinde anneleri yanıltıcı bilgilere yer verilmesi önlenmelidir.
12. Çalışan annelerin yeterli süre emzirebilmelerini sağlamak için doğum sonrası ücretli izin süresinin uzatılması sağlanmalıdır.
13. İşyerlerinde annenin sütünü sağması için uygun bir oda oluşturulması zorunlu hale getirilmelidir.

KAYNAKLAR

1. Yiğit EK, Tezcan S. Bebeklerin beslenme alışkanlıkları, çocukların ve annelerin beslenme durumu. Türkiye Nüfus Ve Sağlık Araştırması 2003'de. Hacettepe Üniversitesi Nüfus Etütleri Enstitüsü, Ankara, Türkiye, Ekim 2004;149-151.
2. www.hips.hacettepe.edu.tr/tnsa2003/index_old.htm, adresinden en son 06.02.2006 tarihinde ulaşılmıştır.
3. Tunçbilek E, Kurtuluş E, Hancıoğlu A. Bebeklerin, çocukların ve annelerin beslenmesi. Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması 1998'de. Hacettepe Üniversitesi Nüfus Etütleri Enstitüsü, Ankara, Türkiye, 1999:128-134.
4. Özalp İ. Anne sütü ve anne sütü ile beslenme. Özalp İ (ed) Beslenme-I'de. Katkı Pediatri Dergisi, Ankara.1996;7: 5-37.
5. Hayran O, Kayhan M, Aksayan S. 0-6 yaş grubu çocuklarda büyüme-gelişme ve beslenme durumu üzerine bir çalışma. Beslenme ve Diyet Dergisi 1990; 19: 33-43.
6. Heath ALM, Tuttle CR, Simons MSL, Cleghorn CL, Parnell WR. A longitudinal study of breastfeeding and



- weaning practices during the first year of life in Dunedin, New Zealand . J Am Diet Assoc 2002; 102(7): 937-943.
7. Sheehan A, Schmied V, Cooke M. Australian women's stories of their baby-feeding decisions in pregnancy. Midwifery 2003;19(4): 259-266.
 8. Koçoğlu G, Polat H, Özgür S. Ailelerin beslenme olanakları ve annelerin çocuk beslenmesi konusundaki bilgileri ile çocukların fiziksel gelişimleri arasındaki ilişkiler. Beslenme ve Diyet Dergisi 1990; 19:11-22.
 9. Potur AH, Kalmaz N. An investigation into feeding errors of 0-4-month-old infants. J Trop Pediatr 1995; 41:120-2.
 10. Erdöl H, Karagüzel G, Demirbağ C, Mocan H. Trabzon yöresinde anne sütü verme alışkanlığının eğitim durumu ile ilişkisi. Ondokuz Mayıs Üniversitesi Tıp Dergisi 1996; 13: 13-18.
 11. Yücecan S, Pekcan G, Açık S, Akal E, Samur G, Rakıcıoğlu N. İstanbul, Muğla, Tokat ve Yozgat illerindeki ebelerin beslenme konusundaki bilgi düzeylerinin ve eğitim programının etkinliğinin belirlenmesi. Beslenme ve Diyet Dergisi 1994; 23: 247-54.
 12. Saner G, Dağoğlu T, Uzkan I, Neyzi O. Promotion of breastfeeding in the postpartum mother. Turk J Pediatr 1985; 27: 63-8.
 13. American Academy of Pediatrics Workgroup on Breastfeeding. Breastfeeding and the use of human milk. Pediatrics 1997; 100:1035-59.
 14. Carmichael SL, Prince CB, Burr R, Nakamoto F, Vogt RL. Breast-feeding practices among WIC participants in Hawaii. J Am Diet Assoc 2001;101(1):57-62.
 15. Yılmaz G, Gurakan B, Akgun S, Ozbek N. Factors influencing breastfeeding for working mothers. Turk J Pediatr 2002; 44: 30-4.
 16. Curran J, Barness L. Nutrition. Behrman R, Kliegman R, Jenson H, (eds). Nelson Textbook of Pediatrics 16 th ed'de. Philadelphia: Saunders Company, 2000:138-67.
 17. Bulut A, Gökçay G, Gökşen F ve ark. Nutrition. Neyzi O (ed). The Basics of Maternal and Child Health'de. Ankara: Barok Offset Matbaası, 1994:205-34
 18. Karavuş M, Gençel H, Beşik C ve ark. Ümraniye ilçesinde 0-12 aylık çocuk beslenmesinde annelerin bilgi, tutum ve davranışları. Beslenme ve Diyet Dergisi 1995; 24:31-39.
 19. Earle S. Why some women do not breast feed: bottle feeding and fathers' role. Midwifery 2000;16(4):323-330.
 20. Bertini G, Perugi S, Dani C, Pezzati M, Tronchin M, Rubaltelli FF. Maternal education and the incidence and duration of breast feeding: a prospective study. J Pediatr Gastroenterol Nutr 2003; 37(4):447-52.