

Emzirme Sürecinde Annelerin Yaşadığı Zorluklar: Kavram Haritasıyla Bütüncül Bir İnceleme

İlknur KIRDAR¹, Sibel PEKSOY KAYA²

(Geliş Tarihi/Received: 16.04.2024; Kabul Tarihi/Accepted: 20.06.2024)

Özet

Emzirme ve anne sütü bebek ve çocuk ölümlerini azaltan en önemli faktörlerden biridir. Emzirmenin anne ve bebek için birçok faydası bulunmaktadır. Bununla birlikte, emzirmenin başlatılması ve sürdürülmesi Dünya’da ve ülkemizde istenilen düzeyde değildir. Dünya Sağlık Örgütü ve Birleşmiş Milletler Çocuklara Yardım Fonu’nun öncülük ettiği “Küresel Emzirme Ortaklığı” karnesine göre, Dünya’da emzirme açısından tavsiye edilen standartlara tam olarak uyan hiçbir ülke bulunmamaktadır. Ülkemizde altı aydan küçük bebeklerin %41’i sadece anne sütüyle beslenmektedir. Küresel olarak bu oran %48’dir. Anne sütü ile besleme ve emzirme oranlarının istenilen düzeyde olmaması çeşitli faktörlerden etkilenmektedir. Bebeğin yaş dönemlerine göre etkili olan faktörler açısından özellikle neonatal dönemde yaşanan emzirme sorunları dikkat çekmektedir. Bununla birlikte anne sütü ile besleme oranlarının düşük olması ve emzirme sorunları bireysel, sosyal ve kültürel faktörlerle de yakından ilişkilidir. Bireysel faktörler açısından; annenin yaşı, medeni durumu, eğitim düzeyi, gelir düzeyi, emzirme deneyimi, çalışma durumu, bebek besleme tutumu, öz-yeterlilik algısı, planlı gebelik durumu, bebeğin cinsiyeti, doğum şekli, meme sorunları ve ruhsal sorunlar dikkat çekmektedir. Sosyal ve kültürel faktörler açısından; emzirme politikaları, emzirme ile ilgili mitler, emzirme eğitimi, sosyal destek alma ve kamusal alanda emzirmeye ilişkin tabular dikkat çekicidir. Her bir faktörün emzirme üzerinde olumlu ve/veya olumsuz bir etkisi olmakla birlikte faktörler çoğunlukla birbiriyle ilişkilidir. Emzirme sürecinde bu faktörler doğrultusunda, hemşirelerin ve ebelerin emzirmenin desteklenmesinde, başlatılmasında ve sürdürülmesinde önemli sorumlulukları bulunmaktadır. Bu derleme, annelerin yaşadığı emzirme sorunlarına yönelik kavram haritasıyla bütüncül bir şekilde incelenmesi amacıyla hazırlanmıştır.

Keywords: Emzirme, emzirme sorunları, anne sütü, kavram haritası.

The Challenges Confronted by Mothers in Breastfeeding: A Holistic Review with a Concept Map

Abstract

Breastfeeding and human milk are one of the most important factors that reduce infant and child mortality. Breastfeeding has many benefits for mother and baby. In the meantime, the initiation and continuation of breastfeeding is not at the desired level in the world and in our country. According to the Global Breastfeeding Partnership scorecard led by The World Health Organization and the United Nations Children's Fund, there is no country in the world that fully meets the recommended standards for breastfeeding. In our country, 41% of babies under six months are fed exclusively with human milk. Globally, this rate is 48%. The fact that breastfeeding and breastfeeding rates are not at the targeted level is affected by various factors. Breastfeeding problems, especially in the neonatal period, draw attention in terms of factors affecting the baby's age. However, low breastfeeding rates and breastfeeding problems are closely related to individual, social and cultural factors. In terms of individual factors; the mother's age, marital status, education level, income level, breastfeeding experience, working status, baby feeding attitude, self-efficacy perception, planned pregnancy status, baby's gender, mode of birth, breast problems and psychological problems are noteworthy. In terms of social and cultural factors; breastfeeding policies, myths about breastfeeding, breastfeeding education, receiving social support and taboos regarding breastfeeding in public are noteworthy. Although each factor has a positive and/or negative impact on breastfeeding, the factors are often interrelated. In line with these factors in the breastfeeding process, nurses and midwives have important responsibilities in supporting, initiating and continuing breastfeeding. This review was prepared to examine the breastfeeding problems experienced by mothers holistically with a concept map.

Anahtar kelimeler: Breastfeeding, breastfeeding problems, human milk, concept map

¹ Yüksek Lisans Öğrencisi, Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü Doğum ve Kadın Hastalıkları Hemşireliği Tezli Yüksek Lisans Programı. Hemşire, Sağlık Bakanlığı, Porsuklar Devlet Hastanesi, Ankara, TÜRKİYE. E-mail: ilknur.kirdar@gmail.com, ORCID: 0009-0003-6654-6890

² Dr. Öğr. Üyesi, Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Ankara, TÜRKİYE Adres: Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Esenboğa Yerleşkesi, Ankara, TÜRKİYE. E-mail: sibelpeksoykaya@gmail.com; sibelpeksoykaya@aybu.edu.tr, ORCID: 0000-0003-1444-2857(Sorumlu Yazar/Corresponding Author)

Giriş

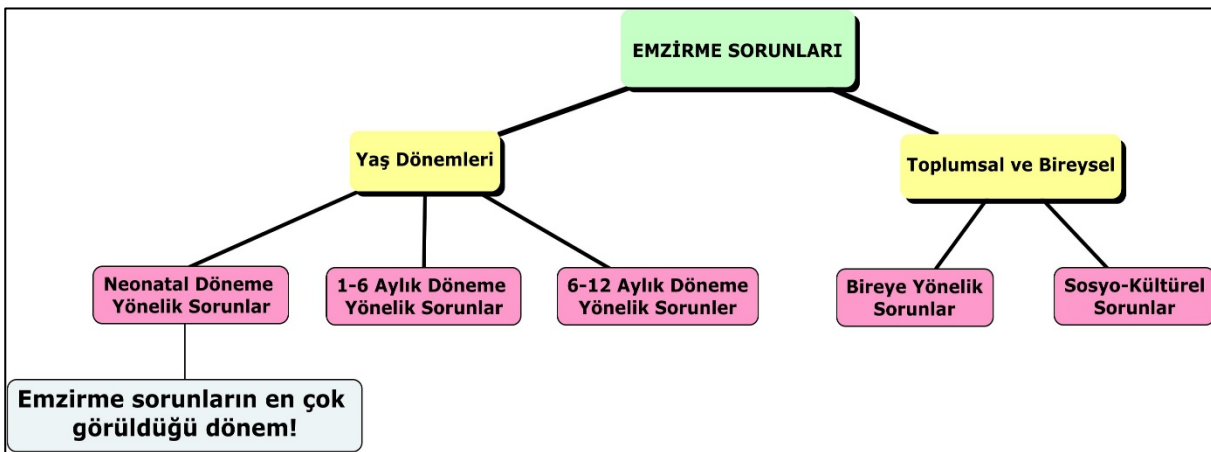
Anne sütü, anne ile bebeğin arasındaki duygusal ilişkinin kurulmasını sağlayan, ekonomik, kolay sindirilen, bağışıklığı güçlendiren, bebeğin büyümesini ve gelişmesini sağlayacak temel kaynakları içeren doğal besin ürünüdür (Işık ve Arça, 2019; Varışoğlu ve Güngör Satılmış, 2019; Dünya Sağlık Örgütü [DSÖ], 2024a). Anne sütü, bebeğin yaşamının ilk aylarında ihtiyacı olan enerji ve besin maddelerini sağlamaktadır. Bununla birlikte anne sütü ilk yılın ikinci yarısında bebeğin beslenme ihtiyacının yarısını veya daha fazlasını karşılamakta, yaşamın ikinci yılında ise bebeğin beslenme ihtiyacının üçte birine yakınına karşılamaktadır (DSÖ, 2024a). DSÖ ve Birleşmiş Milletler Çocuklara Yardım Fonu (United Nations Children's Fund, UNICEF), çocukların doğumdan sonraki ilk saat içinde emzirmeye başlanmasını ve ilk altı ay süresince sadece anne sütüyle beslenmesini önermektedir. DSÖ ve UNICEF bu önerilere ek olarak; bebeğin istediği sıklıkta, gece ve gündüz emzirilmesini, emzik ve/veya biberon kullanılmamasını, ilk altı aydan sonra ise güvenli ve yeterli tamamlayıcı gıdalar ile beslenmeye başlanmasını ve iki yaş ilerisine kadar emzirmeye devam edilmesini istemektedir (DSÖ, 2024a).

Emzirme, çocukların sağlıklı olmasında ve yaşamasında en etkili yollardan biridir. Bununla birlikte DSÖ'nün önerileri emzirmeyi teşvik etmeyi amaçlasa da anne sütü ile beslenmeye yönelik veriler iç açıcı değildir. Özellikle 0-6 ay arasında küresel olarak anne sütü ile beslenme oranı %44'tür (DSÖ, 2023). UNICEF 2022 verileri incelendiğinde ise, 0-5 aylık bebeklerde bu oran %48'dir. Küresel Emzirme Karnesi'ne göre, 194 ülkede 0-6 aylık dönemdeki her 10 bebekten dördünün yalnızca anne sütüyle beslendiği bildirilmektedir. Altı aydan küçük bebeklerin beslenmesi açısından Dünya'da 23 ülkede anne sütü ile beslenme oranının %60 olduğu vurgulanmaktadır (UNICEF, 2017). Anne sütüyle besleme ve emzirme oranlarının yüksek olduğu ülkeler arasında; Ruanda, Sri Lanka, Solomon Adaları ve Vanuatu gibi ülkeler yer almaktadır. Özellikle kırsal yaşam alanlarında, bebeklerin sadece anne sütüyle beslenmeleri kentsel bölgelere göre daha yaygındır (UNICEF, 2019). Ülkemizde Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması (TNSA) verilerine göre, ilk altı ayda anne sütüyle beslenen bebek oranı %41 iken, bu oran bebeğin yaşı arttıkça azalmaktadır. Aynı zamanda yaklaşık olarak her dört bebekten birinin anne sütü dışındaki diğer sütler ile beslendiği ve bebeklerin %12'sine de ek gıdalar verildiği bildirilmektedir (TNSA, 2018). DSÖ verilerinde çocuk ölümlerinin %45'inin yetersiz beslenmeden kaynaklandığına dikkat çekilmektedir. Aynı zamanda çocukların büyüme ve gelişmeleri de yetersiz ve dengesiz beslenme nedeniyle etkilenmektedir. Dünya genelinde 2022 yılında, beş yaşın altındaki 149 milyon çocuk yaşına göre kısa, 45 milyon çocuk boyuna göre zayıf ve 37 milyon çocuk ise aşırı kilolu veya obezdir. Birçok ülkede 6-23 aylık dönemdeki bebeklerin yaklaşık dörtte üçü, yaşlarına ve gelişim dönemlerine uygun besin çeşitliliğine ve beslenme sıklığına sahip değildir. DSÖ, 0-23 ay arası bebeklerin optimal düzeyde emzirilmesi ile her yıl beş yaşın altındaki çocukların 820.000'den fazlasının hayatının kurtarılabilmesine dikkat çekmektedir (DSÖ, 2023).

DSÖ, emzirmeyi bebekler açısından ideal beslenme kaynağı olarak desteklemektedir. Bu nedenle DSÖ 2025 yılına kadar, ilk altı ay sadece anne sütü ve emzirme oranını en az %50'ye çıkarmak için çalışmaktadır. Bu

amaçla DSÖ emzirmenin korunması, teşvik edilmesi ve desteklenmesi için belirli müdahalelerde bulunmaktadır (DSÖ, 2023). Emzirmeye yönelik siyasi, hukuki, mali ve kamusal desteği bir araya getirmek amacıyla “Küresel Emzirme Ortaklığı” kurulmuştur. Bu ortaklık hükümetleri, hayır kurumlarını, uluslararası kuruluşlarını, sivil toplum uygulayıcılarını ve bağışçılarını bir araya getirmektedir (DSÖ, 2024a). Bununla birlikte DSÖ'nün “NetCode” olarak da bilinen “Anne Sütü İkamelerinin Pazarlanmasına İlişkin Uluslararası Kuralların Uygulanmasına Yönelik Küresel İzleme ve Destek Ağı”, anne sütü muadillerinin uygun şekilde pazarlanmasını sağlamak için çalışmaktadır (DSÖ, 2024b). “Bebek Dostu Hastane” uygulaması ve sağlık çalışanlarına yönelik düzenlenen eğitimler de bu amaca hizmet etmektedir (DSÖ, 2023). Bu müdahale ve uygulamalarla birlikte, emzirmenin doğasına uygun olarak korunması ve sürdürülmesi desteklenmektedir. Anne sütüyle beslenme bu kadar önemli iken, emzirme oranlarının istenilen düzeyde olmaması çeşitli faktörden etkilenmektedir. Sağlık profesyonelleri anne sütüyle beslemeyi etkileyen faktörlerin farkında olmalı ve bu faktörlerin aşılması için rehberlik sağlamalıdır (Balogun ve ark., 2015; Dünder, 2021; Çerçer ve Nazik, 2023; Demir ve Taşpınar, 2022; Dinç ve ark., 2015; Gölbaşı ve ark., 2019; Güner ve Koruk, 2019; Karaçam, 2018). Bu sayede anne ve çocuk sağlığının iyileştirilmesine ve güçlendirilmesine katkı sağlanabilecektir.

Bu derlemenin amacı; bebeğin yaş dönemlerine, toplumsal ve bireysel faktörlere göre annelerin yaşadığı emzirme sorunlarını incelemektir. Bireysel faktörlerin çoğu bebeğin tüm yaş dönemlerinde emzirme öz-yeterliliğini etkilemektedir (Dünder, 2021; Çerçer ve Nazik, 2023). Bununla birlikte bazı faktörlerin yaş dönemlerine göre öne çıktığı görülmektedir. Bu nedenle yaş dönemlerinde öne çıkan başlıca emzirme sorunlarına yer verilmiştir. Emzirme sorunlarında bireysel sorunların yanında, sosyo-kültürel faktörlerin de önemli yeri bulunmaktadır (Uludasdemir ve Peksoy Kaya, 2023; Sheehan ve ark., 2019) (Şekil 1). Bu çalışmada, yaş dönemleri, toplumsal ve bireysel açıdan emzirmeyi etkileyen faktörler kavram haritaları eşliğinde bütüncül olarak incelenmiştir. Bu bağlamda kavram haritaları cMAP v.6.04 aracından yararlanılarak oluşturulmuştur.



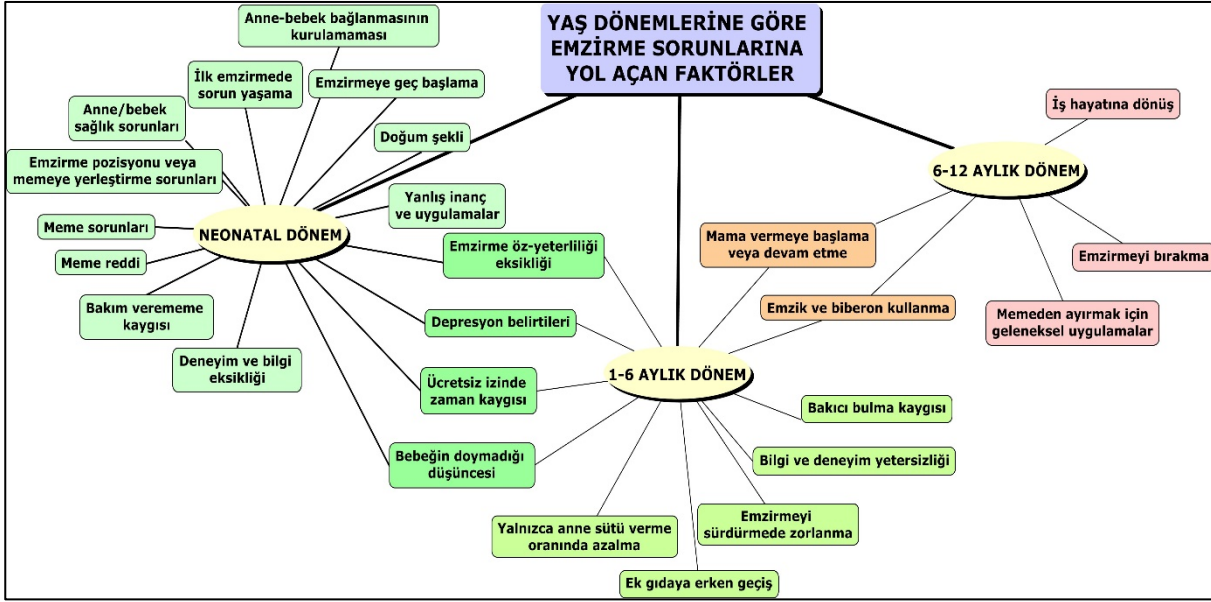
Şekil 1. Emzirme sorunlarının bebeğin yaş dönemleri ile toplumsal ve bireysel açıdan gruplandırılması (Dünder, 2021; Akın ve Erbil, 2020; Demir ve Taşpınar, 2022; Gönenli ve ark., 2019; Dinç ve ark., 2015; Güner ve Koruk; 2019).

Bebğin Yaş Dönemlerine Göre Emzirme Sorunlarına Yol Açan Faktörler

Neonatal Döneme Yönelik Faktörler

Anne sütü ile besleme; yalnızca bebeklik ve çocukluk döneminde faydalı olmayıp, anne sütünün etkileri bireyin erişkin döneminde de sağlıklı olmada etkilidir. Bundan dolayı sağlıklı bir yaşamın temelini oluşturulmasında anne sütü tartışmasız bir öneme sahiptir (Cangöl ve Şahin, 2014). Neonatal dönem, yenidoğan hayatının ilk 28 günlük sürecini kapsamaktadır (Türk Neonatoloji Derneği, 2024). Yaşamın ilk ayı, çocukların hayatta kalması açısından en savunmasız dönemdir ve bu dönem nitelikli yenidoğan bakımı gerektirmektedir (DSÖ, 2024c). Neonatal dönemde emzirmeyi etkileyen birçok faktör vardır ve emzirme sorunları en sık bu dönemde görülmektedir. Anneye ait faktörler, yaş (Dündar, 2021; Yeşilçiçek Çalık ve ark., 2017), ırk (Dündar, 2021; Ghasemi ve ark., 2019), eğitim düzeyi (Dündar, 2021; Yeşilçiçek Çalık ve ark., 2017), çalışma durumu (Dündar, 2021; Yeşilçiçek Çalık ve ark., 2017), bilgi ve deneyim eksikliği (Dündar, 2021; Yeşilçiçek Çalık ve ark., 2017), anne-bebek bağlanmasının başlatılamaması (Cangöl ve Şahin,2014), emzirmeye geç başlanması (Cangöl ve Şahin, 2014), emzirme öz-yeterliliği (Ghasemi ve ark., 2019; Dündar, 2021), emzik-biberon kullanılması (Dündar, 2021; Yeşilçiçek Çalık ve ark., 2017), annede sağlık sorunu (Cangöl ve Şahin,2014), gebeliğin planlı olma durumu (Keddem ve ark.,2018), bebeğin doğum şekli (Akın ve Erbil, 2020), annenin yorgunluk durumu (Akın ve Erbil, 2020), depresyon belirtileri, meme sorunları (Cangöl ve Şahin, 2014), emzirme pozisyonu, memeye yerleştirme sorunları (Cangöl ve Şahin, 2014), bebek bakımı kaygısı (Dündar, 2021), yetersiz sosyal destek (Dündar, 2021; Metin ve Altınkaynak, 2020), annedeki bulaşıcı hastalık durumu (Cangöl ve Şahin, 2014), geleneksel uygulamalar, zararlı alışkanlıklar (Cangöl ve Şahin, 2014) olarak sıralanmaktadır. Aydın Özkan ve ark. (2019) tarafından yapılan çalışmada; postpartum ilk bir aylık süreçte, postpartum depresyon riski yüksek olan annelerde emzirme öz-yeterliliğinin düşük olduğu vurgulanmaktadır. Akın ve Erbil (2020) çalışmasında; doğum şeklinin yenidoğanın ilk bir aylık beslenmesinde etkili bir faktör olduğunu, vajinal doğum yapan annelerin sezaryen ile doğum yapanlara göre daha erken ve etkin emzirmeye başladığını bildirmiştir.

Yenidoğana ait faktörler ise; yenidoğanda görülen sağlık sorunları, yenidoğanın emme ve yutma refleksinin olmaması, emmeyi engelleyen konjenital malformasyonların varlığı, yenidoğanın prematürite veya düşük doğum ağırlıklı doğması, çoğul gebeliklerdir. Bununla birlikte yenidoğanın erken dönemde formül sülle beslenmesi ve biberon veya emzik verilmesi emzirmeyi engelleyebilmektedir (Cangöl ve Şahin, 2014; Yeşilçiçek Çalık ve ark., 2017). Bu faktörlerin her biri, emzirmenin başlatılması ve sürdürülmesini olumlu veya olumsuz etkileyebilmektedir (Dündar, 2021). Uğurlu ve ark., (2017) çalışmasında; emzik kullanan bebeklerin %77,5'inin, kullanmayanların ise %95,3'ünün anne sütü aldıklarını, emzik kullanımı ile anne sütü alımı arasında anlamlı bir ilişkinin olduğunu saptamıştır. Şekil 2'de yaş dönemlerine göre emzirme sorunları yer almaktadır.



Şekil 2. Bebeğin yaş dönemlerine göre emzirme sürecinde yaşanan sorunlara yol açan faktörler

(Dündar, 2021; Balogun ve ark., 2015; Akın ve ark., 2021; Aydın Özkan ve ark., 2019; Aksoy ve ark., 2016; Çerçer ve Nazik, 2023; Demir ve Taşpınar, 2022; Dinç ve ark., 2015; Gölbaşı ve ark., 2019; Güner ve Koruk, 2019; Karaçam ve Sağlık, 2018; Uludaşdemir ve Peksoy Kaya, 2023; Shafaei ve ark., 2020; Dündar ve ark., 2023; Tang ve ark., 2019).

1-6 Aylık Döneme Yönelik Faktörler

Neonatal dönemden sonra emzirme sorunlarının en sık yaşandığı ikinci yaş grubu 1-6 aylık yaş dönemidir. Neonatal dönemde emzirmeyi etkileyen anneye ait sosyodemografik özellikler, emzirme öz-yeterliliği, annenin deneyim ve bilgi düzeyi, emzirme tutumu, depresyon belirtileri, meme sorunları, meme reddi, geleneksel uygulamalar, sosyal destek azlığı vb. gibi birçok faktör bu dönemde de emzirmeyi etkilemektedir (Ngo ve ark., 2019; Akın ve ark., 2021; Aydın Özkan ve ark., 2019; Aksoy ve ark., 2016; Çerçer ve Nazik, 2023; Brockway ve ark., 2017). Bu döneme özel faktörler ise annenin iş hayatına dönmesi (Dündar, 2021), zaman ve bakıcı bulma kaygısı (Balogun ve ark., 2015), ek gıdaya erken başlaması (Demir ve Taşpınar, 2022), emzik-biberon kullanmaya başlaması veya devam etmesi (Uğurlu ve ark., 2017), bebeğin doymadığı düşüncesiyle mama vermeye başlaması veya devam etmesi (Huang ve ark., 2017; Güner ve Koruk, 2019), emzirmeyi sürdürme davranışında zorlanması (Demir ve Taşpınar, 2022), kamusal alanda emzirmenin önündeki tabular (Uludaşdemir ve Peksoy Kaya, 2023; Dündar ve ark., 2023) olarak sıralanmaktadır. Demir ve Taşpınar (2022) çalışmasında; ek gıdalara başlama ve geçiş sürecine yönelik eğitim verilen annelerin, eğitim almayanlara göre bebeklerini sadece anne sütü ile besleme sürelerinin daha yüksek olduğunu belirtmiştir. Yılmaz (2019) ise çalışmasında, doğumdan sonraki ilk saatte emzirme oranları yüksek olsa da, annelerin sadece anne sütüyle devam etme oranlarının düşük olduğunu, mama ve diğer sıvı takviyelerine erken dönemde başladığını, emzik/biberon kullanım oranının yüksek olduğunu vurgulamaktadır. Akpınar (2018) maternal yaş, iş yaşamına başlama ve emzik kullanma gibi faktörlerin ek gıdaya erken başlamada etkili olduğuna dikkat çekmektedir.

6-12 Aylık Döneme Yönelik Faktörler

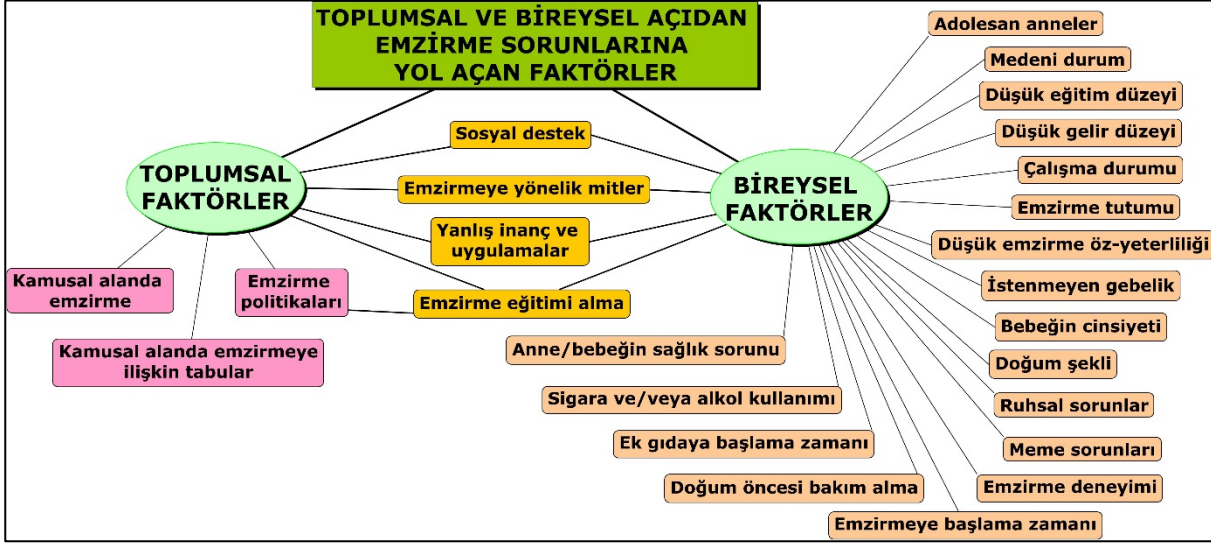
Altı aylık döneme kadar sadece anne sütü bebeğin beslenmesi için yeterli iken, ilerleyen aylarda bebeğin büyüüp gelişmesiyle birlikte enerji ve besin ihtiyacı artmaktadır. Artan enerji ve besin ihtiyacı karşısında altıncı aydan sonra sadece anne sütüyle besleme yeterli değildir. Bu nedenle 6-12 aylık dönemde bebek beslenmesi için ek besinlere ihtiyaç duyulmaktadır. Erişkin tipi beslenmeye uygun gıdalarla geçilen bu dönemde emzirmeye devam edilmelidir (Demir ve Taşpınar, 2022). Ek gıdaya geçiş dönemine kadar olan emzirme sorunlarına ek olarak annenin iş hayatına dönmesi, bilgi ve deneyiminin olmaması, ek gıdaya geçilmesi, mama vermeye başlanması veya devam edilmesi, emzik-biberon kullanılmaya devam edilmesi, memeyi bıraktırmak için geleneksel uygulamalara başvurulması, yeni gebelik oluşması 6-12 aylık dönemde emzirmeyi etkileyebilmektedir (Yılmaz, 2019; Çerçer ve Nazik, 2023; Dünder, 2021). Abou-ElWafa ve El-Gilany (2019) çalışmasında; çalışan annelerin, sadece anne sütü verme oranının düşük olduğunu, doğum sonrası izinlerin daha uzun olması gerektiğini ve emzirmeyi teşvik edici iş yerlerine ihtiyaç olduğunu vurgulamaktadır.

Bireysel ve Toplumsal Açından Emzirme Sorunlarına Yol Açan Faktörler

Bireye Yönelik Faktörler ve Yol Açtığı Emzirme Sorunları

Bireysel faktörler anneye ilgili özellikleri kapsamaktadır. Annenin emzirme ve doğum deneyimi, sağlık durumu, zararlı alışkanlıkları, emzirme tutumu, emzirme bilgisi gibi faktörleri içermektedir ve çoğunlukla annenin sosyo-demografik özellikleri ile ilişkilidir. Sosyo-demografik değişkenler, kadından kadına farklılık gösterebilmektedir. Annenin yaşı, aile tipi, eğitim düzeyi, çalışma durumu, obstetrik özellikleri, ırkı gibi faktörler annenin emzirme uygulamalarını doğrudan ya da dolaylı olarak etkileyebilmektedir (Dünder, 2021; Karaçam ve Sağlık, 2018). Güner ve Koruk (2019) çalışmasında, postpartum dönemdeki danışmanlık ve eğitimin anne sütü verme davranışında etkili olduğunu vurgulamaktadır. Tang ve ark. (2019), eğitim düzeyi yüksek annelerin emzirmeye daha erken başladığını ancak ilk altı ay boyunca anne sütü verme düzeylerinin düşük olduğuna dikkat çekmektedir. Demir ve Taşpınar (2022) çalışmasında, 25 yaşın üzerindeki annelerde, 25 yaş ve altındakilere kıyasla; gelir durumlarını kötü olarak algılayanların, vajinal doğum yapanların, ek gıdaya geçiş hakkında eğitim alanların bebeklerine sadece anne sütü verme sürelerinin daha uzun olduğunu saptamışlardır. Yeşilçiçek Çalık ve ark., (2017) çalışmasında; annelerin yaşının, eğitim düzeyinin, çalışma durumunun, aile yapısının, doğum öncesi izlem sıklığının, anne sütü ve emzirme eğitimi almanın ve yaşayan çocuk sayısının sadece anne sütü verme durumunu etkilediğini vurgulamakla birlikte; anneler arasında erken dönemde ek gıdaya başlamanın ve biberon-emzik kullanımının yaygın olduğunu saptamıştır. Keddem ve ark., (2018) gebeliğin planlı olmasının emzirme süresini etkilediğini, planlı gebelikte emzirme süresinin daha uzun olduğunu belirtmektedir. Akın ve Erbil (2020) çalışmasında, vajinal yolla doğum yapan annelerin sezaryenle doğum yapanlara göre daha erken ve etkin emzirmeye başladığını, sezaryen doğum sonrası annelerin kendini daha yorgun hissettiğini, emzirmeye istekli olmadıklarını vurgularken; vajinal yolla doğumda ise annelerde epizyotomi nedeniyle ağrı ve doğum sonu yorgunluk gibi faktörlerin emzirme sorunlarıyla ilişkili olduğunu bildirilmektedir. Crippa ve ark., (2019) olumlu emzirme deneyimi olan ve eğitim düzeyi yüksek olan annelerde, emzirme sürelerinin daha uzun olduğunu; ileri yaşta olmanın, İtalyan etnik kökenin, ikiz çocuğa sahip olmanın ve sütünün azaldığını düşünmenin emzirmeyi olumsuz etkilediğini saptamıştır. Şekil 3'te toplumsal ve bireysel

emzirme sürecinde yaşanan sorunlara yol açan faktörler yer almaktadır. Bununla birlikte Şekil 4’te toplumsal ve bireysel faktörlerin yol açtığı emzirme sorunlarının sonuçlarına yer verilmiştir.



Şekil 3. Toplumsal ve bireysel açıdan emzirme sürecinde yaşanan sorunlara yol açan faktörler

(Dündar, 2021; Uysal ve ark., 2019; Çerçer ve Nazik, 2023; Demir ve Taşpınar, 2022; Uludaşdemir ve Peksoy Kaya, 2023; Dinç ve ark., 2015; Gölbaşı ve ark., 2019; Güner ve Koruk, 2019; Karaçam ve Sağlık, 2018; Shafaei ve ark., 2020; Dündar ve ark., 2023; Esencan ve ark., 2018; Özkara ve ark., 2016; Tiryaki ve Altınkaynak, 2021; Aydın Özkan ve ark., 2019; Şatır, 2017; Shafaei ve ark., 2020).

Emzirmeyi inceleyen eğitim ve modele dayalı müdahalelere yönelik yapılan çalışmalarda; doğum sonu dönemde yapılan eğitim odaklı müdahalelerinin emzirme öz-yeterliliğini ve ilk aylardaki emzirme oranlarını artırdığı (Brockway ve ark., 2017); öz-yeterlilik veya planlı davranış teorisine temellendirilen müdahalelerin sadece anne sütü alma süresini artırdığı (Chipojola ve ark., 2020), doğum sonrası dönemde verilen emzirme desteğinin annelerin bilgi düzeylerini artırdığı, emzirme öz-yeterliliklerini güçlendirdiği ve sadece anne sütüyle besleme düzeyini artırarak annenin emzirme davranışını olumlu yönde etkilediği (Ekşioğlu, 2016; Yeşil, 2020) saptanmıştır. Emzirme müdahalelerine yönelik yapılan bu çalışmaların doğum sonu dönemde olması dikkat çekmektedir. Bununla birlikte anneler ve bebekler açısından, anne sütü ile beslemede ve emzirmede en yüksek faydayı sağlamak amacıyla perinatal sürece bütüncül yaklaşılmalı, emzirme ve anne sütü farkındalığı antenatal dönemde kazandırılmalıdır (Esencan ve ark., 2018; Özkara ve ark., 2016; Tiryaki ve Altınkaynak, 2021).

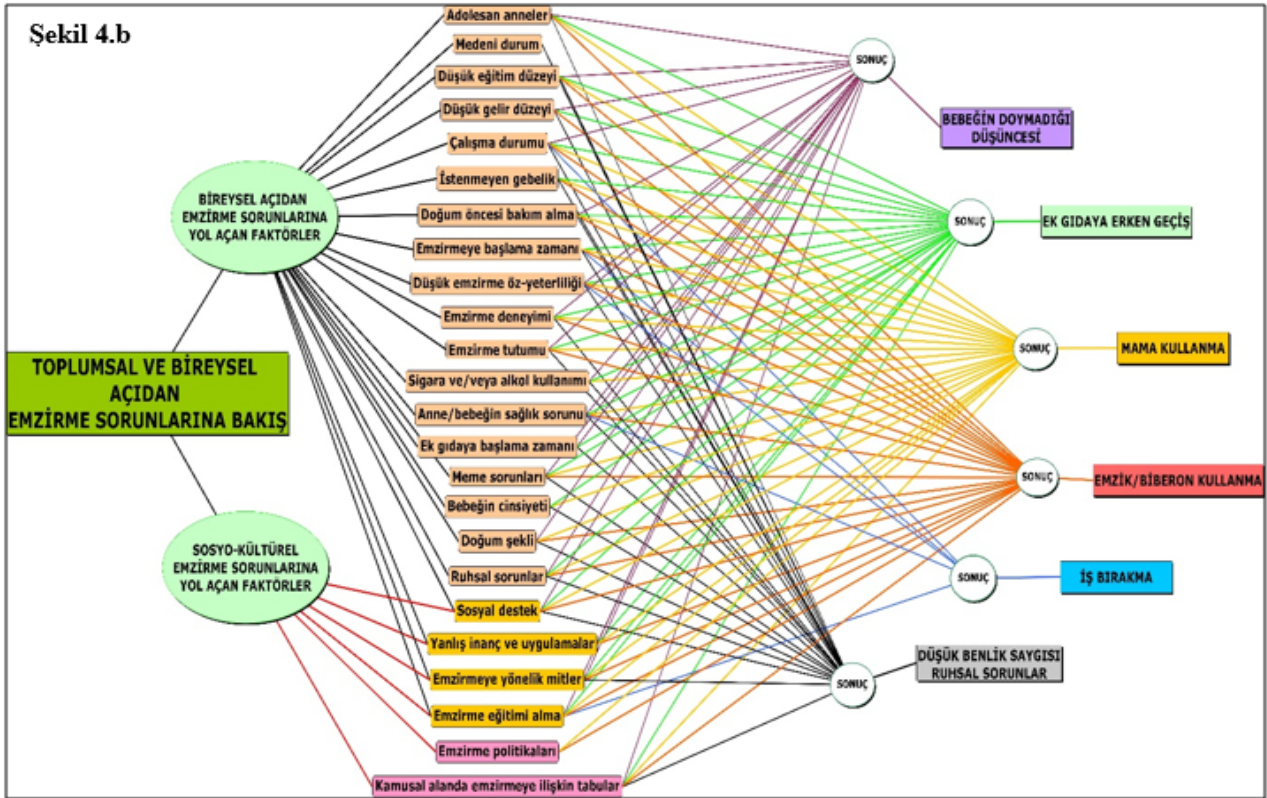
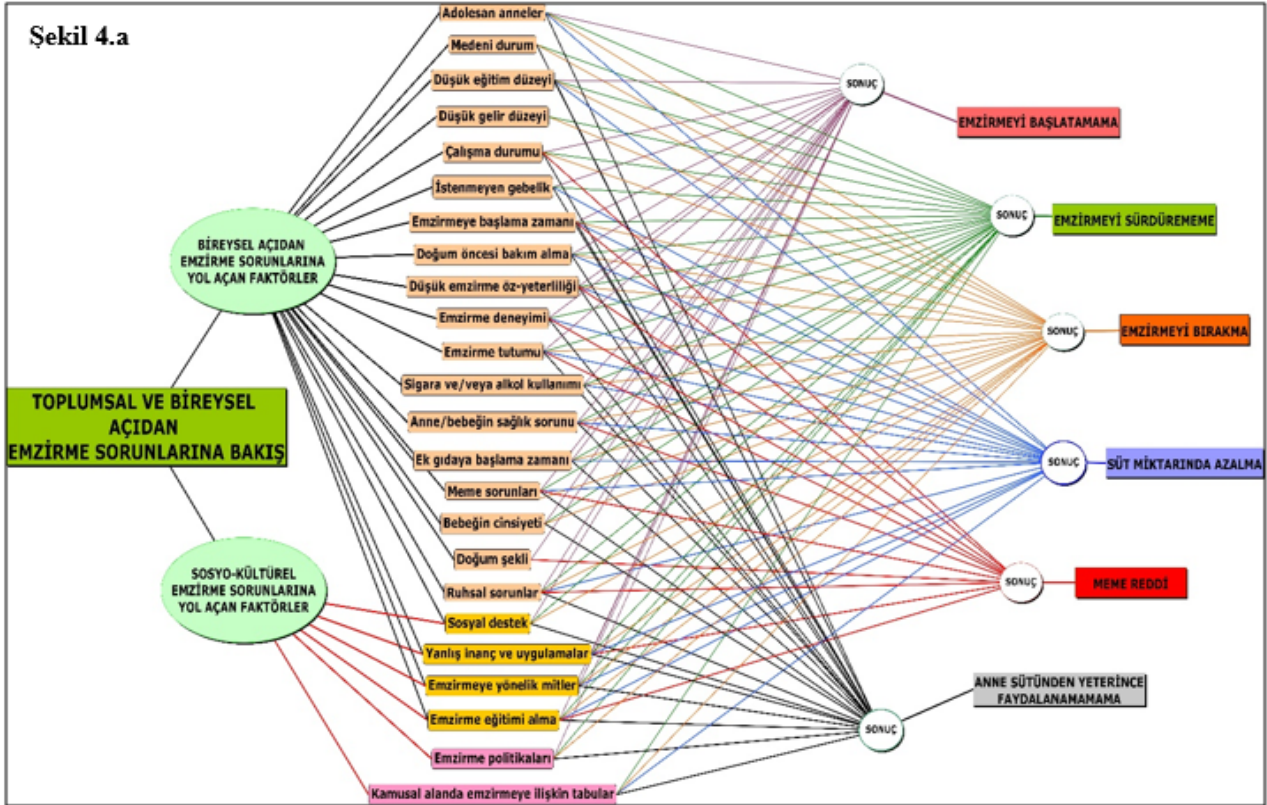
Sosyo-kültürel Faktörler ve Yol Açtığı Emzirme Sorunları

Toplumsal faktörler, annenin içinde yaşadığı çevreyi temsil etmektedir. Hastanelerin emzirme ile ilgili politika ve uygulamaları (Karaçam ve Sağlık, 2018), emzirme danışmanlığı alma durumu (Esencan ve ark., 2018), annenin sahip olduğu sosyal destek (Kumral, 2021; Ogbo ve ark., 2020; Metin ve Altınkaynak, 2020), çalışan anneler için emzirme konusunda sağlanan imkânlar (Yeşilçiçek Çalık ve ark., 2017), kamusal alanda emzirmeye ilişkin tabular (Uludaşdemir ve Peksoy Kaya, 2023), toplumun emzirmeye bakış açısı (Sheehan ve ark., 2019), emzirme ve ek gıda konusunda geleneksel uygulamaların varlığı (Uysal ve ark., 2019), emzirme ile ilgili mitler (Dündar, 2021) bu faktörler arasında sayılabilir. Literatürde; düşük eğitim düzeyine sahip olan,

geniş aile ortamında ve kırsal bölgede yaşayan annelerin, doğum sonu dönemde geleneksel uygulamaları daha çok uyguladığı vurgulanmaktadır (Yaman ve Balcı, 2019; Hancıoğlu Aytaç ve Yazıcı, 2020). DüNDAR ve ark., (2023) annelerin toplumsal alanda emzirme davranışını kabul etme oranının düşük olduğunu, annelerin park, otobüs gibi toplumsal alanlarda emzirme davranışını nadir gerçekleştirdiklerini saptamışlardır. Şatır ve ark. (2017), eğitim düzeyi düşük olan annelerin çoğunluğunun aile büyüklerinin veya çevrenin etkisiyle ek gıdaya başladığını, eğitim düzeyi yüksek olan annelerin çoğunun ise sağlık personeli yardımıyla veya kendi isteğiyle bu kararı aldığını saptamıştır. Kurnaz ve Uyar Hazar (2024) çalışmasında; emzirme tutum ve başarısının annenin bilgi düzeyi ve obstetrik özellikleriyle birlikte ailesiyle olan iletişiminden, kendisine olan güveninden, bebeğin cinsiyetinden ve bulunduğu toplumdan etkilendiğini saptamıştır. Bununla birlikte yapılan çalışmalarda; benzer bölgede yaşayıp ortak kültüre sahip olan eğitilmiş akran danışmanlığının (Rujumba ve ark., 2020) ve eş (Ogbo ve ark., 2020; Gülenç, 2022) desteğinin emzirmeyi olumlu yönde etkilediği belirtilmektedir. Aynı zamanda eş desteği alan annelerde, bebeklerini ilk altı ay sadece anne sütü ile beslemenin ve/veya emzirme oranlarının arttığı ve annelerin emzirme başarısının daha yüksek olduğu saptanmıştır (Metin ve Altınkaynak, 2020).

Literatürde yapılan çalışmalarda annelerin anne sütünü artırmak ve bebeklerini memeden ayırmak için geleneksel yöntemlere başvurduğu saptanmıştır. Dinç ve ark. (2015) çalışmasında annelerin anne sütünü arttırmak için sütlü tatlıları, soğanı/sarımsağı, bulguru, kuru üzümü, börtölceyi, bitkisel çayları, sık emzirdiklerini, nazar boncuğu taktıklarını ve çok sıvı tükettiklerini saptamıştır. Yaman ve Balcı (2019) çalışmasında, annelerin sütlerini arttırmak için uyguladıkları yöntemleri aile büyüklerinden öğrendiklerini ve sütlerini arttırmak için çorba, bulgur, su, meyve suyu gibi besin ve içecekleri tükettiklerini saptamıştır. Sarı ve ark. (2023)'ün iki farklı ilde yaptığı çalışmada; İstanbul'daki annelerin sütlerini arttırmak için kayısı hoşafı içtiğini, Van'daki annelerin ise bulgur pilavı tükettikleri bildirilmiştir. Aygör ve Türk Düdükçü (2024)'nün çalışmasında ise anne sütünü arttırmak için en sık yapılan üç geleneksel uygulamanın lohusa şerbeti içmek, sıcak içecekler içmek ve hurma yemek olduğu saptanmıştır.

Dinç ve ark. (2015) çalışmasında, annelerin memeden ayırmak için ek besin verme, su ve meyve suyuyla oyalama, memeye salça sürme, saç koyma, kara sürme ve bebeği ayrı eve gönderme gibi geleneksel yöntemleri uyguladığı, Aygör ve Türk Düdükçü (2024)'nün çalışmasında ise meme ucunu siyaha boyama, meme ucunu koli bandıyla bantlama ve meme ucuna acı biber sürme gibi uygulamalar yapıldığı saptanmıştır. Meme sorunlarını çözmek için ise memeyi karbonatla yıkamak (Sarı ve ark. 2023), meme ucuna ayva çekirdeği ya da zeytinyağı sürmek gibi geleneksel uygulamaların uygulandığı belirtilmektedir (Aygör ve Türk Düdükçü, 2024). Literatürdeki bu sonuçlara dayanarak hemşire ve ebeler; etkili emzirmeyi başlatmak ve sürdürmek için doğum öncesi dönemden başlayarak doğum sonrası döneme kadar olan süreçte anneyi bütüncül olarak değerlendirmeli, sosyo-kültürel özelliklerini dikkate alınmalı ve geleneksel yöntemleri uygulama sıklığını sorgulamalıdır. Bu faktörleri bilerek annelere emzirme eğitimi vermek emzirme oranlarını artırabilir.



Şekil 4. Toplumsal ve bireysel faktörlerin yol açtığı emzirme sorunları

(Dündar, 2021; Çerçer ve Nazik, 2023; Demir ve Taşpınar, 2022; Güner ve Koruk, 2019; Canbay, 2018; Çalık ve ark., 2017; Karataş, 2019; Akın ve Erbil, 2020; Aksoy ve ark., 2016; Balogun ve ark., 2015; Cangöl ve Şahin, 2014; Chipojola ve ark., 2020; Dündar ve ark., 2023; Uludasdemir ve Peksoy Kaya, 2023; Yeşilçiçek Çalık ve ark., 2017).

Sonuç ve Öneriler

Anne sütü bebekler için en değerli hazinedir ve yaşam boyu sağlıklarını etkilemektedir. Emzirmenin başlatılması, sürdürülmesi ve emzirmeye ait sorunların çözülmesinde hemşirelerin ve ebelerin eğitici ve danışmanlık rolü önemlidir. Emzirme sürecinde annelerin yaşadığı zorluklarla ilişkili her bir faktörün çoğunlukla birbiriyle bağlantılı olduğu görülmektedir. Bu nedenle hemşireler ve ebeler emzirme sürecinde yaşanan zorlukların ve birbirleriyle olan bağlantılarının farkında olmalıdır. Fizyolojik bir eylem olan emzirme sürecinin başlatılması ve sürdürülmesi için anneler desteğe ihtiyaç duyabilmektedir. Dünya’da ve ülkemizde ilk altı ayda sadece anne sütü verme oranı arzu edilen düzeyde değildir. Bu oranı arttırmak için; ülkeler emzirmeyle ilgili sosyo-kültürel sorunlarının farkında olmalı ve emzirmeyi teşvik edebilmek amacıyla çözüm üretmeli, emzirme kültürünün oluşturulabilmesi için emzirme eğitimi ve farkındalığı sadece anneye değil eş ve diğer bakım verici kişilere de verilmelidir. Sağlık profesyonelleri ise emzirme danışmanlığı açısından yaşam boyu öğrenmenin farkında olmalı, güncel gelişmeleri ve emzirme politikalarını takip etmeli, emzirme konusunda toplumsal farkındalık oluşturmalı, akran desteği sağlamak amacıyla faaliyetler planlamalı ve gerçekleştirilmelidir. Hemşireler ve ebeler, anneler ve bebeklerine emzirme desteği sağlayabilecekleri kurumlarda, kuruluşlarda ve ev ziyaretlerinde emzirmenin sürdürülmesi için faaliyetlerine devam etmelidir. Yataklı kurumlarda; anne ve bebeğin ten tene teması doğum anında sağlanmalı ve ilk yarım saat içinde emzirme başlatılmalıdır. Her anne ve bebek emzirme başlatılmadan ve etkin bir şekilde sağlanmadan taburcu edilmemelidir. Toplum tabanlı merkezlerde ise anne ve bebek izlemleri düzenli olarak gerçekleştirilmeli, ev ziyaretleri ile güçlendirilmeli, emzirme sorunu olan veya emzirme sorunu riski taşıyan anne ve bebeğin durumlarına göre uygun emzirme danışmanlığı verilmeli, danışmanlık verilirken bireylerin kültürel özellikleri dikkate alınmalıdır. Emzirme konusunda sivil toplum örgütlerinin ve medyanın desteği sağlanmalı, ücretli doğum izni desteklenmeli, işyerlerinde de emzirme desteklenmeli ve kolaylaştırılmalıdır. Emzirme danışmanlığı kanıt temelli olmalı, süreklilik göstermeli ve çözüm odaklı olmalıdır. Bu bağlamda, politika yapıcılara kamu ve/veya özel sektör fark etmeksizin; emzirmenin sürdürülmesi ve teşvik edilmesi amacıyla, analık/süt izni kapsamının genişletilmesi, iş yerlerinin emzirme dostu olması ve çalışanlarda farkındalık sağlanması açısından önemli görevler düşmektedir.

Kaynaklar

- Abou-ElWafa, H. S., & El-Gilany, A. H. (2019). Maternal work and exclusive breastfeeding in Mansoura, Egypt. *Family Practice*, 36(5), 568–572. <https://doi.org/10.1093/fampra/cm120>
- Akın, B., Demir, E., Gürdal, A., & Yılmaz, S. (2021). 0-6 aylık bebeği olan annelerin bebek beslenmesine ilişkin tutumları ve tamamlayıcı besine geçiş süreleri. *Acıbadem Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 12(2), 472-478. <http://journal.acıbadem.edu.tr/en/download/article-file/1475448>
- Akın, Ö., & Erbil, N. (2020). Doğum şekli ve emzirme: Sistemik derleme. *Ordu Üniversitesi Hemşirelik Çalışmaları Dergisi*, 3(3), 302-318. <https://doi.org/10.38108/ouhcd.799949>
- Akpınar, A. (2018). *24 ay arası bebeklerde anne sütü ile beslenmeyi ve ek gıdaya geçiş sürelerini etkileyen faktörler* [Tıpta Uzmanlık Tezi]. Sağlık Bilimleri Üniversitesi. Yükseköğretim Kurulu Başkanlığı Tez Merkezi.

- Aydın Özkan, S. A., Bozkurt, A. M., Korkmaz, B., Yılmaz, G., & Küçükkeleşçe, D. Ş. (2019). Postpartum birinci ayda depresyon ve emzirme özyeterliliği arasındaki ilişki. *Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 6(1), 28-35. <https://doi.org/10.31125/hunhemsire.544119>
- Aygör, H., & Türk Düdükçü, F. (2024). Annelerin emzirme ve anne sütüne yönelik geleneksel uygulamaları: Tanımlayıcı çalışma. *Güncel Hemşirelik Araştırmaları Dergisi*, 4(1), 1-10. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/jcnr/issue/84409/1379993>
- Balogun, O. O., Dagvadorj, A., Anigo, K. M., Ota, E., & Sasaki, S. (2015). Factors influencing breastfeeding exclusivity during the first 6 months of life in developing countries: A quantitative and qualitative systematic review. *Maternal & Child Nutrition*, 11(4), 433-451. <https://doi.org/10.1111/mcn.12180>
- Brockway, M., Benzies, K., & Hayden, K. A. (2017). Interventions to improve breastfeeding self-efficacy and resultant breastfeeding rates: A systematic review and meta-analysis. *Journal of human lactation: Official journal of International Lactation Consultant Association*, 33(3), 486-499. <https://doi.org/10.1177/0890334417707957>
- Cangöl, E., & Şahin, N. (2014). Emzirmeyi etkileyen faktörler ve emzirme danışmanlığı (Factors affecting breastfeeding and breastfeeding counselling). *Zeynep Kamil Tıp Bülteni*, 45(3), 100-105. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/zktpb/issue/22040/236674>
- Chipojola, R., Chiu, H. Y., Huda, M. H., Lin, Y. M., & Kuo, S. Y. (2020). Effectiveness of theory-based educational interventions on breastfeeding self-efficacy and exclusive breastfeeding: A systematic review and meta-analysis. *International Journal of Nursing Studies*, 109, 103675. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2020.103675>
- Crippa, B. L., Colombo, L., Morniroli, D., Consonni, D., Bettinelli, M. E., Spreafico, I. ve ark., (2019). Do a few weeks matter? *Late Preterm Infants and Breastfeeding Issues. Nutrients*, 11(2), 312. <https://doi.org/10.3390/nu11020312>
- Çerçer Z., & Nazik E., (2023). Emzirme sorunları ve hemşirenin rolleri. *Sakarya Üniversitesi Holistik Sağlık Dergisi*, 6(2), 353-365. <https://doi.org/10.54803/sauhsd.1267125>
- Demir, R., & Taşpınar, A. (2022). 0-12 aylık bebeği olan annelerin ek gıdalara erken başlama nedenleri ve etkileyen faktörler. *Haliç Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 5(2), 73-85. <https://doi.org/10.48124/hsagbilder.962577>
- Dinç, A., Dombaz, İ., & Dinç, D. (2015). 6-18 ay arası bebeği olan annelerin emzirme ve anne sütüne ilişkin geleneksel uygulamaları. *Balikesir Sağlık Bilimleri Dergisi*, 4(3), 125-130. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/balikesirsbd/issue/38436/452338>
- Dündar, T. (2021). *Emzirmeyi etkileyen faktörler*. In: Özsoy S, editör. Emzirme ve Anne Sütü ile Beslemede Danışmanlık/Güncel Yaklaşımlar (1. baskı), Ankara: Türkiye Klinikleri. s. 59-65.
- Dündar, T., Özsoy, S., & Ateş, G. (2023). Annelerin toplumsal alanda emzirme ile ilgili görüş ve davranışları: Tanımlayıcı bir çalışma. *Türkiye Klinikleri Journal of Health Sciences*, 8(2), 267-74. <http://dx.doi.org/10.5336/healthsci.2022-94967>
- Ekşioğlu, A. (2016). *Postpartum dönemde annelere verilen emzirme destek programının sadece anne sütü ile beslenme süresi üzerindeki etkisinin değerlendirilmesi*. [Doktora Tezi]. Ege Üniversitesi. Yükseköğretim Kurulu Başkanlığı Tez Merkezi.
- Esencan, T. Y., Karabulut, Ö., Yıldırım, A. D., Abbasoğlu, D. E., Külek, H., Şimşek, Ç. ve ark., (2018). Doğuma hazırlık eğitimi alan gebelerin doğum şekli, ilk emzirme zamanı ve ten tene temas tercihleri. *Florence Nightingale Journal of Nursing*, 26(1), 31-43. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/fjn/issue/35751/387192>
- Ghasemi, V., Simbar, M., Ghasemi, E., Ebadi, A., Kiani, Z., Keyghobad, F. M. ve ark., (2019). Predictor factors of breastfeeding attitude in Iranian breastfeeding mothers: A cross-sectional study. *International Journal of Pediatrics-Mashhad*, 7(3), 9103-9113. <https://doi.org/10.22038/ijp.2018.35698.3117>
- Gölbaşı, Z., Tuğut, N., Karataş, M., & Çetin, A. (2019). Kısa mesaj ve telefon aramaları ile desteklenen postpartum emzirme danışmanlığının ilk altı aydaki emzirme davranışına etkisi. *Acıbadem Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, (1), 33-41. <http://journal.acibadem.edu.tr/tr/pub/issue/61323/914573>

- Gönenli, S., Ayar Kocatürk, A., & Yeşilçiçek Çalık, K. (2019). Normal doğum yapan ilk annelerin erken doğum sonu emzirme dönemindeki başarıları ve özellikleri. *Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi*, 28(3), 191-200. <https://doi.org/10.17942/sted.448325>
- Gözükara, F. (2014). Emzirmenin başarılmasında anahtar faktör: baba desteğinin sağlanması ve hemşirenin rolleri. *Harran Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 11(3), 289-296. <https://dergipark.org.tr/pub/hutfd/issue/42455/513018>
- Gülenç, D. (2022). *Primipar kadınların erken lohusalık sürecinde algıladıkları eş desteği ile emzirme özyeterliliği arasındaki ilişki* [Yüksek Lisans Tezi]. Sivas Cumhuriyet Üniversitesi. Yükseköğretim Kurulu Başkanlığı Tez Merkezi.
- Güner, Ö., & Koruk, F. (2019). Şanlıurfa'da 0-6 aylık bebeklerin sadece anne sütü alma durumları ve etkileyen faktörler. *Harran Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 6 (1), 111-116. <https://dergipark.org.tr/pub/hutfd/issue/44085/479748>
- Hancıoğlu Aytaç, S., & Yazıcı, S. (2020). Doğum sonu dönemde emzirmenin önemi ve geleneksel uygulamalar. *Necmettin Erbakan Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 3(1), 21-26. <https://dergipark.org.tr/pub/neufhsj/issue/55814/669445>
- Huang, P., Ren, J., Liu, Y., Luo, B., & Zhao, X. (2017). Factors affecting breastfeeding adherence among Chinese mothers: A multicenter study. *Medicine*, 96(38), e7619. <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000007619>
- Işık, H., & Arça, G. (2019). Anne sütü ve emzirmeye ilişkin ebe ve hemşirenin rolü. *Sağlık Bilimleri Üniversitesi Hemşirelik Dergisi*, 1(3), 221-228. <https://dergipark.org.tr/pub/sbuhemsirelik/issue/50916/605826>
- Karaçam, Z., & Sağlık, M. (2018). Emzirme sorunları ve sorunlara ilişkin yapılan girişimler: Türkiye'de yapılan çalışmalara dayalı bir sistematik derleme. *Türk Pediatri Arşivi*, 53(3), 134-48. [https://turkarchpediatr.org/Content/files/sayilar/33/TPA_53_3_134_148\(1\).pdf](https://turkarchpediatr.org/Content/files/sayilar/33/TPA_53_3_134_148(1).pdf)
- Keddem, S., Frasso, R., Dichter, M., & Hanlon, A. (2018). The association between pregnancy intention and breastfeeding. *Journal of human lactation: Official journal of International Lactation Consultant Association*, 34(1), 97-105. <https://doi.org/10.1177/0890334417725032>
- Kimani-Murage, E. W., Wekesah, F., Wanjohi, M., Kyobutungi, C., Ezeh, A. C., Musoke, R. N. ve ark., (2015). Factors affecting actualisation of the WHO breastfeeding recommendations in urban poor settings in Kenya. *Maternal & Child Nutrition*, 11(3), 314-332. <https://doi.org/10.1111/mcn.12161>
- Kumral, S. (2021). *Doğum sonu dönemde algılanan eş desteği ve güvenlik hissini kadınların emzirme öz yeterliliğine etkisi* [Yüksek Lisans Tezi]. İstinye Üniversitesi.
- Kurnaz, D., & Uyar Hazar, H. (2021). Erken postpartum dönemde annelerin emzirmeye ilişkin tutum ve başarılarını etkileyen faktörler. *Hemşirelik Bilimi Dergisi*, 4(2), 76-86. <https://dergipark.org.tr/pub/hbd/issue/64902/949301>
- Metin, A., & Altınkaynak, S. (2020). Babaların sosyodemografik özelliklerinin eş desteği ve emzirme başarısına etkisi. *Jaren*, 6(1):109-16. <https://search.trdizin.gov.tr/yayin/detay/379553/>
- Ngo, L. T. H., Chou, H. F., Gau, M. L., & Liu, C. Y. (2019). Breastfeeding self-efficacy and related factors in postpartum Vietnamese women. *Midwifery*, 70, 84-91. <https://doi.org/10.1016/j.midw.2018.12.014>
- Ogbo, F. A., Akombi, B. J., Ahmed, K. Y., Rwabilimbo, A. G., Ogbo, A. O., Uwaibi, N. E. ve ark., (2020). Breastfeeding in the Community-How Can Partners/Fathers Help? A Systematic Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(2), 413. <https://doi.org/10.3390/ijerph17020413>
- Özkara, H., Fidancı, B. E., Yıldız, D., & Kaymakamgil, Ç. (2016). Emzirme danışmanlığı. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 15(6), 551. <https://openurl.ebsco.com/EPDB%3Aged%3A12%3A6666332/detailv2?sid=ebsco%3Aplink%3Ascholar&id=ebsco%3Aged%3A119004094&crl=c>
- Rujumba, J., Ndeezi, G., Nankabirwa, V., Kwagala, M., Mukochi, M., Diallo, A. H. ve ark.,(2020). "If I have money, I cannot allow my baby to breastfeed only ..." barriers and facilitators to scale-up of peer counselling for exclusive

- breastfeeding in Uganda. *International Breastfeeding Journal*, 15(1), 43. <https://doi.org/10.1186/s13006-020-00287-8>
- Sarı, E., Tandoğan, Ö., Güngör Satılmış, İ., Yılmaz, N. (2023). Emzirme ile ilgili annelerin geleneksel uygulamaları: İstanbul ve Van örnekleme. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Elektronik Dergisi*, 16(2), 141-155. <https://doi.org/10.46483/deuhfed.936295>
- Shafaei, F. S., Mirghafourvand, M., & Havizari, S. (2020). The effect of prenatal counseling on breastfeeding self-efficacy and frequency of breastfeeding problems in mothers with previous unsuccessful breastfeeding: A randomized controlled clinical trial. *BMC Women's Health*, 20(1), 94. <https://doi.org/10.1186/s12905-020-00947-1>
- Sheehan, A., Gribble, K., & Schmied, V. (2019). It's okay to breastfeed in public but.... *International Breastfeeding Journal*, 14, 24. <https://doi.org/10.1186/s13006-019-0216-y>
- Şatır, G., Çelik, M., & Kemhacıoğlu, M. (2017). Emzirme döneminde olan annelerin bebek besleme alışkanlıkları ve bunları etkileyen faktörler. *Medical Journal of Süleyman Demirel University*, 24(3), 60-66. <https://doi.org/10.17343/sdutfd.277492>
- Tang, K., Wang, H., Tan, S. H., Xin, T., Qu, X., Tang, T. ve ark., (2019). Association between maternal education and breast feeding practices in China: A population-based cross-sectional study. *BMJ Open*, 9(8), e028485. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2018-028485>
- Tiryaki, Ö., & Altunkaynak, S. (2021). Emzirme danışmanlığında hemşirenin rolü. *Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi*, 30(3), 218-24. <https://doi.org/10.17942/sted.627192>
- Türk Neonatoloji Derneği (2024). *Hakkımızda*. <https://neonatology.org.tr/hakkimizda> . Erişim tarihi:16.05.24
- Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması (TNSA) (2018). http://www.sck.gov.tr/wp-content/uploads/2020/08/TNSA2018_ana_Rapor.pdf , Erişim tarihi:07.04.2024
- Uğurlu, E. S., Çakal, M. M., & Avşar, A. (2017). Annelerin 0-1 yaş arası bebeklerinde emzik kullanma durumları. *Acıbadem Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, (1), 10-15. <http://journal.acibadem.edu.tr/pub/issue/61315/914459>
- Uludasdemir, D., & Kaya, S. P. (2023). Kadınların Kamusal Alanda Emzirmesinin Önündeki Engeller: Literatür İncelemesi. *Türkiye Sağlık Araştırmaları Dergisi*, 4(2), 22-32. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/tjhr/issue/79469/1234661>
- United Nations. International Children's Emergenc Fund (UNICEF) (2023). *Breastfeeding*. <https://data.unicef.org/topic/nutrition/breastfeeding/> Erişim tarihi:07.04.2024
- United Nations. International Children's Emergenc Fund Türkiye (2017)., *Tüm dünyada bebekler ve anneler emzirmeye yatırım yapılmamasının olumsuz sonuçlarına maruz kalıyor*: <https://www.unicef.org/turkiye/bas%C4%B1n-b%C3%BCtenleri/t%C3%BCm-d%C3%BCnyada-bebekler-ve-anneler-emzirmeye-yat%C4%B1r%C4%B1m-yap%C4%B1lmamas%C4%B1n%C4%B1n-olumsuz#:~:text=194%20%C3%BClkeyi%20de%C4%9Ferlendiren%20K%C3%BCresel%20Emzirme,23%20%C3%BClke%20bulundu%C4%9Funu%20tespit%20etmi%C5%9Ftir> Erişim tarihi:07.04.2024
- United Nations. International Children's Emergenc Fund Türkiye (2019)., *UNICEF: Aile dostu politikaların anne sütüyle besleme oranlarını tüm dünyada artırma açısından önemi*. <https://www.unicef.org/turkiye/bas%C4%B1n-b%C3%BCtenleri/unicef-aile-dostu-politikalar%C4%B1n-anne-s%C3%BCt%C3%BCyle-besleme-oranlar%C4%B1n%C4%B1t%C3%BCm-d%C3%BCnyada> Erişim tarihi:13.04.24
- Uysal, G., Beydağ, K. D., & Düzkaya, D. S. (2019). 0-12 aylık bebeği olan ebeveynlerin bebek bakımına ilişkin geleneksel uygulamaları. *Acıbadem Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, (2), 211-217. <http://journal.acibadem.edu.tr/pub/issue/61324/914663>
- Varişoğlu, Y., & Satılmış, İ. G. (2019). Preterm doğumlarda anne sütü ve anne sütünü artırmaya yönelik alternatif yöntemler. *İzmir Democracy University Health Sciences Journal*, 2(2), 99-113. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/iduhes/issue/49153/572346>
- World Health Organization (2023). *Infant and young child feeding*. <https://www.who.int/news-room/factsheets/detail/infant-and-young-child-feeding> Erişim tarihi:07.04.2024

- World Health Organization (2024a). *Breastfeeding*. <https://www.who.int/health-topics/breastfeeding#tab> Erişim tarihi:07.04.2024
- World Health Organization (2024b). *Nutrition and Food Safety*. <https://www.who.int/teams/nutrition-and-food-safety/food-and-nutrition-actions-in-health-systems/netcode> Erişim tarihi:07.04.2024
- World Health Organization (2024c). *Newborn mortality*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/newborn-mortality> Erişim tarihi:07.04.2024
- Yaman, S., & Balcı, E. (2019). Anne sütünü artıran geleneksel uygulamalar. *Sağlık Akademisyenleri Dergisi*, 6(4), 230-236. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/sagakaderg/issue/51048/605619>
- Yeşil, Y. (2020). *Erken postpartum dönemde ebeveynlere verilen emzirme eğitiminin paternal emzirme özyeterlik ve doğum sonu sonuçlara etkisi*. [Doktora Tezi]. Ege Üniversitesi. Yükseköğretim Kurulu Başkanlığı Tez Merkezi. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezDetay.jsp?id=v8OtPDifwkkmqNU3ycsU1w&no=3LdtbH2rlfjdJT B5J-Nag>
- Yeşilçiçek Çalık, K., Coşar Çetin, F., & Erkaya, R. (2017). Annelerin emzirme konusunda uygulamaları ve etkileyen faktörler. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 6(3), 80-91. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/gumussagbil/issue/31206/361842>
- Yılmaz, G. (2019). 0-24 aylık bebeklerin beslenme şekillerinin incelenmesi. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 8(4), 343-352. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/gumussagbil/issue/50658/466621>