

## Postpartum Depresyon ile Emzirme Arasındaki İlişkinin Değerlendirilmesi

### The Evaluation of the Relationship Between Postpartum Depression and Breastfeeding

Duygu Ayhan Başer<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi, Aile Hekimliği Anabilim Dalı

#### Öz

**Amaç:** Yapılan çalışmalar postpartum depresyon ve emzirme durumu arasındaki ilişkinin çift yönlü olabileceğini; postpartum depresyonun emzirme oranlarını azaltabileceğini ve emzirme güçlüklerinin de PPD riskini artırabileceğini göstermektedir. Bu çalışma ile 2 yaş ve altı bebeği olan annelerde postpartum depresyon sıklığını, emzirme öz yeterlilik düzeylerini ve ilişkili faktörleri ve postpartum depresyonun emzirme üzerine olan etkilerini ayrıntılı olarak araştırmayı amaçladık.

**Materyal ve Metot:** Bu tanımlayıcı tipte planlanan çalışmaya; 2 hafta ile 24 ay arası bebeği olan 511 anne katılmıştır. Veriler; annelerin sosyo-demografik özellikleri, emzirme durumu ve postpartum depresyon için risk faktörlerine yönelik hazırlanan anket formu; Edinburgh Postpartum Depresyon Ölçeği; Emzirme Öz Yeterlilik Ölçeği kullanılarak internet ortamında hazırlanan anket formu ile 01.01.2018-15.01.2018 tarihleri arasında toplanmıştır.

**Bulgular:** Tüm annelerin %19.90'ında postpartum depresyon saptanmıştır. Kadınların Edinburgh Postpartum Depresyon Ölçeği puan ortalaması  $11,68 \pm 5,75$  (min=0, maks=27), Emzirme Öz Yeterlilik Ölçeği puan ortalaması  $49,50 \pm 10,13$  (min=21, maks=70)'dür. Çalışmamızda annelerin Emzirme Öz Yeterlilik Ölçeği ile Edinburgh Postpartum Depresyon Ölçeği puanları arasında negatif bir korelasyon belirlenmiştir. İlk yarım saatte emzirmeye başlama, sık emzirme durumları ile postpartum depresyon arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır; ancak ve emzirme süresi ile postpartum depresyon arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

**Sonuç:** Emzirme ve postpartum depresyon arasındaki ilişkinin yönü nasıl olursa olsun bu iki faktörün birbirini etkilediği kaçınılmaz bir gerçektir. Özellikle doğum öncesi ve doğum sonrası anne ile en çok karşılaşan sağlık çalışanları olan aile hekimleri ve aile sağlığı elemanlarının emzirme danışmanlığı vermek ve annenin psikiyatrik değerlendirmesini yapmak gibi kritik görevleri bulunmaktadır.

**Anahtar kelimeler:** Emzirme, postpartum depresyon, Emzirme Öz Yeterlilik Ölçeği

#### Abstract

**Objectives:** Recent studies show that the relationship between postpartum depression and breastfeeding status may be bi-directional; postpartum depression can reduce breastfeeding rates and breastfeeding difficulties can increase postpartum depression risk. In this study, we aimed to investigate the frequency of postpartum depression, breast self-efficacy levels and related factors and the effects of PPD on breastfeeding in mothers of 2 years and younger.

**Materials and Methods:** 511 mothers with 2 weeks-24 months old babies were enrolled to this descriptive type planned study. Data was collected between 01.01.2018 and 15.01.2018 with the questionnaire form prepared on the internet using a questionnaire prepared for the risk factors for maternal socio-demographic characteristics, breastfeeding status and postpartum depression; Edinburgh Postpartum Depression Scale; Breastfeeding Self-Sufficiency Scale.

**Results:** Postpartum depression was detected in 19.90% of all mothers. The average Edinburgh Postpartum Depression Scale scores of the women was  $11.68 \pm 5.75$  (min = 0, max = 27) and the mean score of the Breastfeeding Self-Sufficiency Scale was  $49.50 \pm 10.13$  (min = 21, max = 70). In our study, there was a negative correlation between the Breastfeeding Self-Sufficiency Scale scores and the Edinburgh Postpartum Depression Scale scores of the mothers. No statistically significant relationship was found between postpartum depression and frequent breastfeeding in the first half hour; but there was a statistically significant relationship between the duration of breastfeeding and postpartum depression.

**Conclusion:** Regardless of the direction of the relationship between breastfeeding and postpartum depression, it is inevitable that these two factors influence each other and particularly for family physicians and family health workers, who are the health professionals most frequently encountering prenatal and postnatal mothers, there is a great deal of workload in this area.

**Key words:** Breastfeeding, postpartum depression, Breastfeeding Self-Sufficiency Scale,

**Yazışma Adresi / Correspondence:**

Dr. Duygu Ayhan Başer

Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi, Aile Hekimliği Anabilim Dalı, Ankara / Türkiye

e-posta: duyguayhan@outlook.com

Geliş Tarihi: 05.07.2018

Kabul Tarihi: 07.09.2018

Gebelik ve doğum sonrası dönem kadının hayatındaki morfolojik ve fonksiyonel birçok değişikliğin yaşandığı özel bir dönemdir. Depresyon, postpartum dönemde en sık görülen ruhsal bozukluktur. Doğumdan sonra kadınlar hafif hüznü ve kaygılı olabilmekte, ruh hallerinde değişiklikler görülebilmektedir. Eğer bu belirtiler doğumdan sonraki ilk 6 hafta içinde başlar ve kendiliğinden geçmezse bu durum "Postpartum Depresyon" (PPD) olarak adlandırılır ve tedavi edilmesi gereken bir durumdur.<sup>1,2</sup>

Dünyada gebelikte depresyon prevalansı %7-26 olarak bildirilirken<sup>3-5</sup> postpartum dönemde depresyon sıklığı %3,5-40 arasında değişmektedir.<sup>3-6-10</sup> Türkiye'de bu sıklık %6,3-50,7'dir.<sup>11-15</sup> Bu oranlar, ilk doğum sonrası bir yıl içerisinde %19,2 gibi yüksek bir değeri bulabilmektedir.<sup>1</sup>

PPD, anne-bebek bağına da etkilenmektedir.<sup>16</sup> Postpartum dönemde emzirme, bebeklerin sağlıklı büyümesi ve gelişmesi için en uygun beslenme yöntemidir. Annenin bebeğine sağlıklı bir şekilde bakabilmesi ve uzun dönem emzirebilmesi için öncelikle kendi beden ve ruh sağlığının yerinde olması gerekir. Depresif anneler emzirme konusunda daha fazla kaygılanmakta, sütlerinin besleyiciliğinin ve miktarının yetersiz olduğunu düşünmektedirler. Yapılan çalışmalarda depresif belirtilerin yüksek olmasının, annenin emzirmeye yönelik düşüncelerini ve emzirme durumunu kötü yönde etkilediği saptanmıştır. Özellikle postpartum 4. ve 8. haftalarda depresif belirtileri ortaya çıkan annelerin emzirmeyi bıraktıkları, emzirmeye yönelik öz yeterliliklerinin daha az olduğu saptanmıştır. Başlangıçta emzirme ve PPD arasındaki ilişki tek yönlü olmak üzere kavramsallaştırılmıştır, PPD'nin emzirme sürelerinde kısaltmaya ve emzirmeyi erken bırakmaya neden olduğu saptanmıştır. Daha yakın zamandaki raporlar, ilişkinin çift yönlü olabileceğini göstermektedir, bu da doğum sonrası depresyonun emzirme oranlarını azaltabileceğini ve emzirme güçlüklerinin de doğum sonrası depresyon riskini artırabileceğini göstermektedir.<sup>17,18</sup> Emzirme öz yeterlilik algısı ise annenin emzirmeye ilişkin hissettiği yeterliliklerdir. Zubarana ve Foresti'nin çalışmasında doğum sonu depresyonda olan annelerin emzirme konusunda çok daha az düzeyde kendilerine güven duydukları saptanmıştır.<sup>19</sup>

Türkiye'de PPD ve emzirme ile ilgili birkaç çalışma bulunmaktadır ancak; PPD'nin emzirme ile ilişkisinin emzirmenin ayrıntılandırılmış özellikleri ile karşılaştırıldığı bir çalışmaya rastlanmamıştır.<sup>20-22</sup> Biz de bu çalışma ile 2 yaş ve altı bebeği olan annelerde PPD sıklığını, emzirme öz yeterlilik düzeyleriyle ilişkili faktörleri ve PPD'nin emzirme üzerine olan etkilerini ayrıntılı olarak araştırmayı amaçladık.

## **Materyal ve Metot**

Bu çalışma tanımlayıcı bir çalışma olarak planlanmış, 01.01.2018-15.01.2018 tarihleri arasında sosyal medya üzerinden yürütülmüştür. Araştırmanın evrenini 2016 ve 2017 yılları içinde doğum yapmış olan annelerin oluşturdukları yaklaşık 10.000 üyenin olduğu bir grup oluşturmuştur. Çalışmanın etik kurul onayı Kocaeli Üniversitesi Tıp Fakültesi Etik Komisyonu'ndan alınmıştır.

### **Örnekleme Seçimi**

PPD sıklığı %19,2, güvenilirlik oranı %95 olarak belirlendiğinde sosyal medya grubundan en az 385 annenin çalışmaya alınması planlandı. Çalışmaya; 2 hafta-24 aylık bebeği olan 511 anne katılmıştır.

### **Veri Toplama**

Veriler; annelerin sosyo-demografik özellikleri, emzirme durumu ve PPD için risk faktörlerine yönelik hazırlanan anket formu; Edinburgh Postpartum Depresyon Ölçeği (EPDÖ); Emzirme Öz Yeterlilik Ölçeği (EÖYÖ) kullanılarak hazırlanan anket formu ile 01.01.2018-20.01.2018 tarihleri arasında internet ortamında sosyal medyada 2 gün aralıklarla 10 kez paylaşılarak toplanmıştır, bu süre sonunda hedef örneklem sayısına ulaşılmıştır.

### **Sosyo-Demografik Bilgi Formu**

Sosyo-Demografik Bilgi formu literatür araştırması yapılarak oluşturulmuştur. Annelerin yaşı, eğitim durumu, aile tipi, çalışma durumu; ilk doğum yaşı, yaşayan çocuk sayısı, iki doğum arası süre, son bebek cinsiyeti, son bebeğin cinsiyetini isteme durumu, son gebeliğin planlanma durumu, son bebeğin doğum şekli, anne sütüne doğumdan sonra ne zaman başladığı, anne sütü ile besleme sıklığı, son çocuğunu şu anki emzirme durumu, tekrar gebelik istemi, bebek bakımında eş desteği, depresyon ve PPD öyküsü sorgulanmıştır.

### **Edinburgh Doğum Sonrası Depresyon Ölçeği**

EPDÖ Cox ve Holden tarafından 1987 yılında geliştirilen, doğum sonrası dönemde depresyon varlığı ve/veya riskini belirlemek amacıyla kullanılan öz bildirim ölçeğidir.<sup>23</sup> EPDÖ Türkçeye Engindeniz ve arkadaşları tarafından uyarlanmıştır.<sup>24</sup>

EPDÖ 10 maddeden oluşan, dörtlü likert biçiminde kendini değerlendirme ölçeğidir. Dört seçenekten oluşan yanıtlar 0-3 arasında puanlanmakta, ölçekten alınabilecek en düşük puan 0 ve en yüksek puan 30'dur. EPDÖ'nün kesme noktası 12/13 olarak hesaplanmış olup, toplam ölçek puanı kesme noktasından fazla olan kadınlar risk grubu olarak kabul edilmektedir.

### **Emzirme Öz Yeterlilik Ölçeği**

Emzirme Öz Yeterlilik Ölçeği (EÖYÖ) 1999 yılında Dennis tarafından geliştirilen 33 maddelik bir ölçektir; daha sonra 2003 yılında ölçeği 14 maddelik bir ölçeğe indirerek EÖYÖ Kısa Formunu geliştirmiştir.<sup>25</sup> Ölçeğin Türkçe geçerliliği Tokat ve ark. tarafından yapılmıştır.<sup>26</sup>

Ölçek, emzirme öz yeterliliğini değerlendirilen toplam 14 maddeden oluşmuştur. Ölçek 5'li Likert tipinde olup, ölçeğin maddeleri 1 = "hiç emin değilim"den 5= "her zaman eminim"e kadar derecelendirilerek değerlendirilmektedir. Ölçekten

alınabilecek en düşük puan 14, en yüksek puan 70'tir; yüksek puan daha yüksek emzirme öz yeterliliği anlamına gelmektedir.

### **İstatistiksel Analiz**

Değişkenlerin normal dağılıma uygunluğu Shapiro-Wilks testi ile değerlendirildi. Normal dağılım göstermediği belirlenen değişkenlerin ve kesikli değişkenlerin tanımlayıcı istatistiklerinin gösteriminde ortanca Çeyreklikler Arası Genişlik - ÇAG, (Interquartile Range-IQR) kullanıldı. Normal dağılım gösteren değişkenlere ait ortalama standart sapma (Ort±SS) değerleri verildi. Çoklu bağlantı varlığını incelemek amacıyla bağımsız değişkenler arası ilişkilerin incelenmesinde Spearman Rho parametrik olmayan korelasyon katsayısı, model artıklarının normal dağılıma uygunluğu varsayımının incelenmesinde Shapiro-Wilk testi kullanıldı.  $p < 0,05$  değeri istatistiksel olarak anlamlı kabul edildi. İstatistiksel analizler ve hesaplamalar için IBM SPSS Statistics 16.0 (IBM Corp. Released 2012. IBM SPSS Statistics for Windows, Version 21.0. Armonk, NY: IBM Corp.) programı kullanıldı.

### **Bulgular**

Çalışmaya katılan annelerin yaş ortancası 23,50 yıl (min=17; maks=48) dır. Katılımcıların %52,20'si (n=265) üniversite mezunudur; %60,30'u (n=306) iş sahibi iken, %28'i (n=142) doğum sonrası izne ayrılmıştır. %88,80'inin (n=451) ailesi çekirdek aile tipindedir.

Katılımcıların %62,50'sinin (n=316) yaşayan 1 çocuğu bulunmaktadır. Birden çok çocuğu olan annelerin son bebeği ile bir önceki bebeği arası yaş farkı %23,30'ünde (n=61) 1 yaştan azdır. %78,80 (n=398) annenin son gebeliği planlanan gebelik iken; %66,90'ının (n=339) son bebeğinin doğum şekli sezaryendir.

Tüm annelerin %19,90'ında (n=102) PPD saptanmıştır. Kadınların EPDÖ puan ortalaması  $11,68 \pm 5,75$  (min=0, maks=27), EÖYÖ puan ortalaması  $49,50 \pm 10,13$  (min=21, maks=70)'dür. Çalışmamızda annelerin EÖYÖ ile EPDÖ puanları arasında negatif bir korelasyon belirlenmiştir. Annelerin; eğitim düzeyi ( $p=0,013$ ), çalışma durumu ( $p=0,043$ ), aile tipi ( $p=0,034$ ), planlanan gebelik olma durumu ( $p=0,041$ ), son bebek ile bir önceki bebek arası yaş farkı ( $p=0,043$ ) ile PPD varlığı arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki saptanmıştır. İlkokul mezunlarında, çekirdek aile tipinde ailede yaşayan kadınlarda, çalışmayanlarda, son bebekle şimdiki bebek arası 1 yaştan az bulunanlarda, son gebeliği plansız olanlarda PPD daha sık görülmüştür. Kadınların belirtilen bu tanımlayıcı özellikleri ile emzirme öz yeterlilikleri arasında istatistiki olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

Annelerin demografik özellikleri ve bu özelliklerin PPD varlığı ile ilişkisi Tablo 1' de verilmiştir.

Annelerin %54,40'ı (n=277) tekrar gebelik istemediğini belirtmiştir. Annelerin tekrar gebelik istemi ile PPD bulunma durumu arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki saptanmıştır ( $p < 0,001$ ), tekrar gebelik istemeyen annelerde PPD oranları çok yüksek saptanmıştır. %73,80 (n=375) katılımcı bebek bakımında eş desteklerinin olduğunu bildirmiştir. Bebek bakımında eş desteği ile PPD bulunma durumu ( $p < 0,001$ ) ve EÖY ( $p=0,012$ ) arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki saptanmıştır. Eş desteği alamayan annelerde PPD oranları yüksek saptanmıştır.

**Tablo 1.** Annelerin demografik özellikleri ve bu özelliklerin PPD varlığı ile ilişkisi

DEMOGRAFİK ÖZELLİKLER		n (%)	PPD (%)	p
Yaş (Yıl)	20>	2,80	13,40	0,342
	20-29	53,10	15,10	
	30-39	42,70	16,30	
	40-49	1,40	8,70	
Eğitim Düzeyi	İlkokul	3,50	18,40	0,010
	Ortaokul	9,80	13,70	
	Lise	32,50	12,20	
	Üniversite	52,20	8,60	
Aile Tipi	Çekirdek	88,80	10,20	0,032
	Geniş	11,20	15,20	
Çalışma Durumu	Çalışan	32,30	10,10	0,042
	Çalışmayan	67,70	15,70	
İlk doğum yaşı	20>	11,10	14,50	0,148
	20-29	68,80	13,60	
	30-39	19,80	14,10	
	40-49	0,600	12,40	
Yaşayan Çocuk Sayısı	1	62,50	12,30	0,080
	2	28,30	12,60	
	3	8,10	15,40	
	4	1	15,10	
	5	0,200	16	
Son Bebek İle Bir Önceki Arası Yaş Farkı (Yıl)	1>	23,30	16,50	0,045
	1	2,30	15,30	
	2	9,90	15,20	
	3	12,60	10,30	
	4	14,90	9,90	
	5<	9,50	11,20	
Son Gebelik Planlanan Gebelik Olma Durumu	Evet	78,80	10,20	0,043
	Hayır	21,20	16,10	
Son Bebeğin Doğum Şekli	Normal Doğum	33,10	13,50	0,100
	Sezaryen	66,90	16,30	

Annelerin %37,10'u (n=186) son gebelik öncesi depresyon tanısı aldığını ya da depresyona girdiğini düşündüğünü belirtmiştir. Son gebelik öncesi depresyon tanısı alma ya da depresyona girdiğini düşünme durumu ile PPD bulunma durumu ( $p<0,001$ ) ve EÖY ( $p<0,001$ ) arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki saptanmıştır.

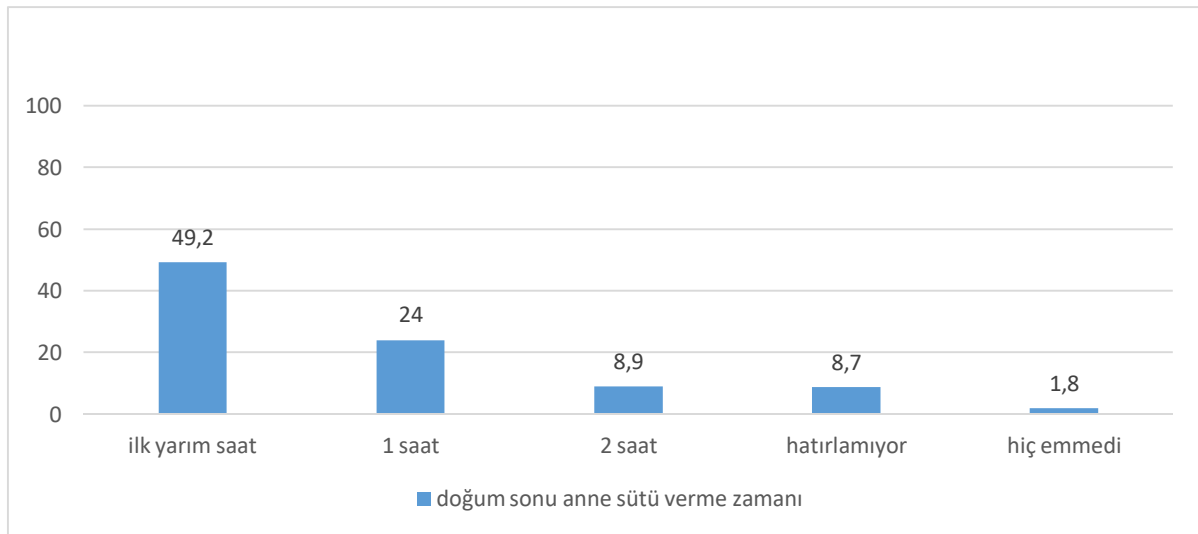
Annelerin %44,60'ı (n=223) son doğumundan sonra depresyon tanısı aldığını ya da depresyona girdiğini düşündüğünü belirtmiştir. Bu kişilerin %65'i (n=145) gebelik öncesi dönemde depresyona girdiğini düşünen ya da depresyon tanısı alan kişilerdir. Son doğum sonrası depresyon tanısı alma ya da depresyona girdiğini düşünme durumu ile PPD bulunma durumu ( $p<0,001$ ) ve EÖY ( $p<0,001$ ) arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki saptanmıştır.

Katılımcıların %49,20'si (n=244) doğum sonrası ilk yarım saatte bebeğini emzirmiştir. Doğum sonrası anne sütü verme zamanları grafik 1' de gösterilmiştir. EÖYÖ puanları ile anne sütüne başlama zamanı arasında anlamlı istatistiki ilişki bulunmamıştır. Ancak ilk yarım saatte emzirenlerde EÖYÖ puanları daha yüksek bulunmuştur. Annelerin ilk yarım saatte emzirmeme nedenleri sorgulandığında; %36,60'ı (n=86) anneye ait nedenlerle (sezaryen, süt gelmemesi, vb), %22,90'ı (n=79) bebeğin küveze alınması nedeniyle; %17'si (n=40) bebeğin emmemesi nedeniyle; %16,60'ı (n=39) tecrübesizlik nedeniyle, %5,60'ı (n=14) emzirmek istememesi nedeniyle emziremediğini belirtmiştir. Emzirmek istemeyen annelerin %92,90'ında (n=13) PPD saptanmıştır ve emzirmek istememe durumu ile PPD varlığı arasında istatistiki olarak yüksek oranda anlamlı bir ilişki saptanmıştır ( $p<0,001$ ).

Katılımcıların emzirme sıklıkları sorgulandığında; %71,30'u (n=356) bebek her istediğinde; %10'u (n=50) 1 saatte 1; %16,20'si (n=81) 2 saatte bir; %3'ü (n=15) 3 saatte bir emzirdiğini belirtmiştir. Annelerin bebeklerini emzirme sıklıkları ile PPD bulunma durumu ( $p=0,06$ ) ve EÖY ( $p=0,15$ ) arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki saptanmamıştır; ancak sık emziren annelerde PPD puanlarının daha düşük olduğu görülmüştür.

Annelerin bebeklerini emzirme süreleri ve emzirme durumları ile PPD bulunma durumu ( $p<0,001$ ) ve EÖY ( $p=0,012$ ) arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki saptanmıştır. Uzun süre emziren annelerde PPD oranları anlamlı derecede düşüktür. 1 yıldan fazla emzirme durumu ile PPD arasında anlamlı istatistiki ilişki bulunmuştur ( $p=0,013$ ).

**Grafik 1.** Annelerin Doğum Sonrası Süt Verme Zamanları



## Tartışma

Çalışmamızda, 2 yaş ve altı bebeği olan annelerde PPD sıklığı, ilişkili faktörler ve PPD'nin emzirme üzerine olan etkileri, sosyo-demografik bilgi formu, EPDÖ; EÖYÖ kullanılarak değerlendirilmiştir. PPD sık görülen, pek çok kadının hayatını, yaşam kalitesini, bebeklerinin gelişimini etkileyen önemli bir sağlık sorunudur. Çalışmamız sonucunda her 5 anneden 1'inde PPD olduğu ve sıklığının %19,90 olduğu saptanmıştır ve ülkemizde yapılan çalışmalarda %6.3-50.7 arasında değişen PPD sıklığı oranlarıyla uyumludur.<sup>11-15</sup> Literatürde bildirilen PPD sıklığının hem toplumlar arasında hem de ülkemizde farklı çalışmalarda bu kadar değişkenlik göstermesinin sebebi, çalışma dizaynı, değerlendirmenin doğum sonrası farklı zamanlarda yapılması, örneklem hacmi ve popülasyon farklılıklarıdır.

Çalışmamızda annelerin; eğitim düzeyinin düşük olması, çalışmama durumu, geniş aile tipi, planlanmamış gebelik olma durumu, son bebek ile bir önceki bebek arası yaş farkının az olması ile PPD arasında ilişki olduğu saptanmıştır. Ayrıca annelerin geçirilmiş depresyon öyküsü ile de PPD arasında ilişki olduğu saptanmıştır. Yapılan diğer çalışmalarda ileri anne yaşı, çalışmama durumu, ölü doğum ya da sezaryen ile doğum yapma, bebek bakımında güçlük yaşanması ve eş, aile desteği eksikliğinin, planlanmamış ve istenmeyen gebeliklerin geçirilmiş depresyon ve psikiyatrik hastalık öyküsünün, birinci derece yakınlarında depresyon ve psikiyatrik hastalık öyküsünün PPD gelişme olasılığını artırdığı bildirilmektedir.<sup>27,28</sup>

Emzirme, PPD ile ilişkisi en çok incelenen değişkenlerden biridir; yapılan çalışmalarda PPD oranları yüksek olan annelerin emzirme durumlarının kötü yönde etkilendiği ve diğer taraftan emzirme ile ilgili sıkıntı yaşayan annelerin ise PPD olma ihtimallerinin arttığı gösterilmektedir.<sup>29-31</sup> Depresif annelerin emzirme konusunda daha fazla kaygılandıkları, sütlerinin yeterliliği ve besleyiciliği konusunda olumsuz fikirlere sahip olduğu görülmektedir. Yapılan çalışmalarda, doğum sonrası depresyonda olan kadınların prolaktin düzeylerinin depresyonda olmayan kadınlardan daha düşük olduğu bulunmuştur,<sup>32</sup> hatta emzirme, PPD tedavisi için önemli bir faktör olarak gösterilmiştir.<sup>33</sup> Çalışmamızda kadınların EÖYÖ ile EPDÖ puanları arasında negatif bir korelasyon belirlenmiştir; yani PPD puanları yüksek çıkan kadınlarda, emzirme öz yeterlilik puanları düşük çıkmıştır; bu da yapılan çalışmaları destekler nitelikte bir sonuçtur.<sup>31-33</sup> Ayrıca çalışmamızda annelerden tekrar gebelik istemeyenlerde, bebek bakımında eş desteği az olanlarda, annelerde geçirilmiş depresyon öyküsü ve son gebeliğindeki PPD geçirme durumu varlığında EÖYÖ puanları istatistiki olarak anlamlı düşük bulunmuştur. Tekrar gebelik isteği bir annenin en son gebeliğindeki psikolojik durumunu yansıtan kriterlerden biridir ve genelde psikolojik olarak gebelik ve sonrası dönemden kötü etkilenen anneler tekrar gebelik isteminde bulunmamaktadırlar ve bu annelerin genel öz güvenleri daha düşük olmaktadır. Öz güven düşüklüğü emzirmeyi de olumsuz etkilemektedir ki; bu durum çalışmamızda da kendini tekrar gebelik istemeyen annelerde düşük emzirme öz yeterlilik puanları ile göstermiştir. Eş ve aile desteği de annenin öz güveninin arttıran öğelerdir ve bu desteklerin eksikliği annelerde emzirme konusunda da öz güven eksikliği yaratabilecektir. Çalışmamız sonuçları bunu destekler niteliktedir.

Çalışmamızda annelerin doğum sonrası emzirme durumlarına göre EÖYÖ puanları ve PPD durumları karşılaştırıldığında ise; ilk yarım saatte emzirmeye başlayan annelerde, bebeklerini daha sık emziren annelerde ve emzirme süreleri daha uzun olan

annelerde PPD puanlarının azaldığı ve EÖYÖ puanlarının arttığı görülmüştür. Ayrıca emzirmek istemeyen annelerin büyük çoğunluğunda PPD saptanmıştır. Bu sonuç ile ise diğer çalışmalarda saptanan emzirme ile PPD'nin çift yönlü ilişkisini bir kez daha doğrulamış bulunmaktayız.<sup>31-33</sup>

Çalışmamızın diğer çalışmalara göre güçlü yönleri; emzirmenin PPD ile ilişkisi diğer çalışmalarda sadece EÖY ile EPDÖ arasındaki ilişkiye bakılarak değerlendirilmiştir; çalışmamızda ise doğum sonrası emzirme ile ilgili özellikler detaylandırılmış ve bu özelliklerle de EPDÖ arasındaki istatistikî ilişki karşılaştırılmıştır. Ayrıca internet ortamında yapılan bir çalışma olduğu için ulaşılan kişi sayısı diğer çalışmalara göre daha çoktur. İnternet ortamında bu çalışmanın yapılmasının diğer bir faydası ise; normalde doğum sonrası annelere bebek bakımı ile ilgili durumlar ve zaman problemleri nedeniyle ulaşmak daha zordur ve bu şekilde annelere ulaşmak daha kolay olmuştur.

Çalışmamızın zayıf yönleri ise; çalışmamızda emzirme etkinliği ve başarısının değerlendirildiği ve emzirme-PPD ilişkisini değerlendirmek için yararlı olabileceği düşünülen "LATCHEM Emzirme Tanılama Aracı" (bu araç araştırmacı tarafından yüz yüze görüşme yöntemi ile yapıldığı için) kullanılmamıştır. Ayrıca çalışmamız internet üzerinden yapılan bir çalışmadır ve çalışmamızda annelerin mevcut depresyon durumu, psikiyatrik hastalık öyküsü ve organik hastalık durumu gibi kriterleri dışlama kriteri olarak kullanılmamıştır. Ortak özellikleri olan bir grupta yapılan çalışmamızın toplumu tam olarak temsil etmesi beklenemez. Ancak, buna rağmen çalışmamızda PPD riski taşıyan kadınların oranının, literatürdeki PPD prevalansı ile uyumlu olarak saptanması dikkate değerdir.

Sonuç olarak, çalışmamızda; annelerin emzirme başarılarının orta düzeyde olduğu, annelerin beşte birinin depresyon açısından risk altında olduğu, depresyon ile emzirme arasında istatistikî anlamlı ilişki olduğu belirlenmiştir.

Emzirme ve PPD arasındaki ilişkinin yönü nasıl olursa olsun bu iki faktörün birbirini etkilediği kaçınılmaz bir gerçektir. Özellikle doğum öncesi ve doğum sonrası anne ile en çok karşılaşan sağlık çalışanları olan aile hekimleri ve aile sağlığı elemanlarının emzirme danışmanlığı vermek ve annenin psikiyatrik değerlendirmesini yapmak gibi kritik görevleri bulunmaktadır. Sağlık personeli tarafından annelere doğum öncesi bakımda özellikle emzirmenin önemi ve teknikleri hakkında verilecek olan eğitimler anne bebek etkileşiminin başlaması ve doğum sonu depresyon gelişim riskinin düşürülmesi açısından önemlidir. Ayrıca doğum sonrası dönemde anneler ile özellikle bebeklerini muayeneye (topuk kanı, aşı, vb.) getirdiklerinde yapılacak olan genel muayene ve depresyon açısından risk değerlendirmeleri de çok önemlidir. Semptomların erken tanısı ve zamanında tedaviye başlanması depresyon gelişimini ya da ağırlaşmasını önleyebilir.

## Kaynaklar

1. O'Hara MW, McCabe JE. Postpartum depression: current status and future directions Annual Review of Clinical Psychology 2013;9:379-407.
2. Heron J, Haque S, Oyebode F, Craddock N, Jones I. A longitudinal study of hypomania and depression symptoms in pregnancy and the postpartum period. Bipolar Disorders 2009;11(4):410-17.



3. Moses-Kolko EL, Roth EK. Antepartum and postpartum depression, Healthy Mom, Healthy Baby. *J Am Med Womens Assoc* 2004;59:181-91.
4. Stocky A, Lynch J. Acute psychiatric disturbance in pregnancy and puerperium. *Baillieres Best Pract Res Clin Obstet Gynaecol* 2000;14:73-87.
5. Hobfoll SE, Ritter C, Lavin J, Hulsizer MR, Cameron RP. Depression prevalence and incidence among inner-city pregnant and postpartum women. *J Consult Clin Psychol* 1995;63:445-53.
6. Baker D, North K. Does employment improve the health of lone mothers? The ALSPAC Study Team. *Avon Longitudinal Study of Pregnancy and Childhood. Soc Sci Med* 1999;49:121-31.
7. Bernazzani O, Bifulco A. Motherhood as a vulnerability factor in major depression: the role of negative pregnancy experiences. *Soc Sci Med* 2003;56:1249-60.
8. Boyd RC, Le HN, Somberg R. Review of screening instruments for postpartum depression. *Arch Womens Ment Health* 2005;8:141-53.
9. Dennis CL, Ross LE. The clinical utility of maternal self-reported personal and familial psychiatric history in identifying women at risk for postpartum depression. *Acta Obstet Gynecol Scand* 2006;85:1179-85.
10. Manfredi G, Lazanio S, Kotzalidis GD, Ruberto A, Girardi P, Tatarelli R. Postpartum depression without delivering a child? *Acta Psychiatr Scand* 2005;112:233-7.
11. İnandı T, Buğdaycı R, DüNDAR P, Sümer H, Şaşmaz T. Risk factors for depression in the first postnatal year. A Turkish study. *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol* 2005;40:725-30.
12. Kara B, Ünalın P, Çiğçili S, Cebeci DS, Sarper N. Is There a Role for the Family and Close Community to Help Reduce the Risk of Postpartum Depression in New Mothers? A Cross-Sectional Study of Turkish Women. *Matern Child Health J* 2008;12:155-61.
13. Atasoy N, Bayar Ü, Sade H, Konuk N, Atik L, Barut A, Tanrıverdi A, Kaya E. Clinical and sociodemographic risk factors effecting level of postpartum depressive symptoms during postpartum period. *Türkiye Klinikleri J Gynecol Obst* 2004;14:252-7. 22.
14. Nur N, Çetinkaya S, Bakır DA, Demirel Y. Prevalence of Postnatal Depression and Risk Factors in Women in Sivas City. *Cumhuriyet Tıp Derg* 2004;26:55-9.
15. Ayvaz S, Hocaoğlu Ç, Tiryaki A, Ak İ. Incidence of postpartum depression in Trabzon province and risk factors at gestation. *Türk Psikiyatri Derg* 2006;17:243-51.
16. Field T. Postpartum depression effects on early interactions, parenting, and safety practices: a review. *Infant Behavior & Development* 2010;33(1):1-6.
17. Dias CC., Figueiredo B. Breastfeeding and depression: a systematic review of the literature. *Journal of Affective Disorders* 2015;171:142-54.
18. Figueiredo B., Canario C., Field T. Breastfeeding is negatively affected by prenatal depression and reduces postpartum depression. *Psychological Medicine* 2014;44(5):927-36.
19. Zubaran C, Foresti K. The Correlation Between Breastfeeding Self-Efficacy and Maternal Postpartum Depression in Southern Brazil. *Sex Reprod Health* 2013;4(1):9-15.
20. Özkan H, Üst ZD, Gündoğdu G, Çapık A, Ağapınar Şahin S. Erken Postpartum Dönemde Emzirme ve Depresyon Arasındaki İlişki. *Şişli Etfal Hastanesi Tıp Bülteni*, 2014;48 (2):124-31.
21. Küçüköğlü S, Çelebioğlu A, Coşkun D. Yenidoğan Kliniğinde Bebeği Yatan Annelerin Postpartum Depresyon Belirtileri Ve Emzirme Özyeterlilik Düzeylerinin Belirlenmesi. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*: 2014;3(3):921-32.
22. Annagür BB, Annagür A. Doğum sonrası ruhsal durumun emzirme ile ilişkisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar* 2012;4:279-92.
23. Adewuya AO. The maternity blues in Western Nigerian women: Prevalence and risk factors. *Am J Obstet Gynecol* 2005;193:1522-5.
24. Engindeniz, A.N., Küey, L., Kültür, S. Edinburg Dogum Sonrası Depresyon Ölçeği Türkçe Formu geçerlilik ve güvenilirlik çalışması, Bahar Sempozyumları. 1997;1:51-52.
25. Dennis CL. The breastfeeding self-efficacy scale: psychometric assessment of the short form. *Jognn*, 2003;32:734-44.
26. Tokat MA, Okumuş H, Dennis CL. Translation and psychometric assessment of the Breastfeeding self-efficacy scale-short form among pregnant and postnatal women in Turkey. *Midwifery*, 2008;6:1-8.
27. Verkerk GJ, Denollet J, Van Heck GL et al. Patient preference for counseling predicts postpartum depression: a prospective 1-year follow up study in high-risk women. *J Affect Disord* 2004;83:43-8.

28. Cheng D, Schwarz EB, Douglas F, Horon I. Unintended pregnancy and associated maternal preconception, prenatal and postpartum behaviors. *Contraception* 2009;79:194-8.
29. Deveci A. Postpartum psikiyatrik bozukluklar. *Birinci Basamak için Psikiyatri* 2003;2:42-6.
30. Marakoğlu K, Özdemir S, Çivi S. Postpartum depresyon. *Türkiye Klinikleri J Med Sci* 2009;29:206-14.
31. Kirpınar I, Gozum S, Pasinlioglu T. Prospective study of postpartum depression in eastern turkey prevalence, socio-demographic and obstetric correlates, prenatal anxiety and early awareness. *J Clin Nurs* 2010;19:422-31.
32. Babacan GA, Keskin G, Alp N, Özyar S, Karsak A. Postpartum depresyon yaygınlığı ve ilişkili değişkenler. *Yeni Symposium Journal* 2012;50:145-54.
33. Karamustafaoğlu N, Tomruk N. Postpartum hüzün ve depresyonlar. *Duygudurum Bozukluğu Dizisi* 2000;2:64-71.