



HEMŞİRELİK BİLİMİ  
Dergisi

Journal of  
NURSING SCIENCE



## Hemşirelik Bilimi Dergisi

Journal of NursingScience

<http://dergipark.gov.tr/hbd>

e-ISSN:2636-8439

### Derleme

## Anne Sütü ile Beslenmede Kanıta Dayalı Uygulamalar Evidence Based Practices in Feeding with Breast Milk

Kadriye UZUN<sup>\*a</sup>, Merve KOLCU<sup>b</sup>, Didem KURAP ÖCEBE<sup>a</sup>

<sup>a</sup> Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Hemşirelik Bilimleri Yüksek Lisans Öğrencisi, İSTANBUL

<sup>b</sup> Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Halk Sağlığı Hemşireliği Ana Bilim Dalı, İSTANBUL

### ÖZET

Anne sütü ile beslenme; yenidoğanın gelişmesi, sağlığının korunması ve sürdürülmesi için son derece önemli olup, doğal bir besindir. Anne sütünün içeriği annenin beslenmesinden bağımsız olarak bebeğin gereksinimlerine göre düzenlenir. Anne sütü ile beslenmenin anne ve bebek açısından kanıtlanmış pek çok yararı bulunmaktadır. Ülkemizde anne sütü ile beslemeye ilişkin annelerin bu konuda eğitimleri ve desteklenmeleri halk sağlığının önem verdiği konulardan biridir. Emzirme eğitimleri birinci basamak sağlık hizmetleri kapsamında aile hekimliğinde görev yapan ebe ve hemşireler tarafından verilmektedir. Anne sütü ile beslemenin sağlanması, sürdürülmesi ve etkinliğinin artırılmasına yönelik kanıt temelli pek çok hemşirelik araştırmaları yer almaktadır. Yapılan çalışmalarda hemşireler tarafından verilen eğitim ve danışmanlık hizmetleri ile Anne-bebek bağlanmasının anlamlı derecede iyi olduğu ve hemşireler tarafından doğum öncesi ve sonrasında verilen emzirme eğitimleri ve danışmanlık hizmetleri ile emzirme oranlarının arttığı bulunmuştur. Gerçekleştirilen politikalar ve kanıta dayalı çalışmalar birinci basamak sağlık hizmetleri kapsamında ebe ve hemşireler tarafından bu hizmetlerin etkin ve sürekli verilmesi gerekliliğini ortaya koymaktadır.

**Anahtar Kelimeler:** Anne sütü, Emzirme, Hemşire

### ABSTRACT

Breastfeeding; the development of new nature is extremely important for the preservation and maintenance of health and it is a natural food. The maternal content is regulated according to the requirements of the baby regardless of the mother's feeding. There are many proven benefits for breastfeeding mother and baby. The education and support of the mothers regarding breastfeeding in our country is one of the issues that public health places importance. Breastfeeding trainings are provided by midwives and nurses working in family medicine within the scope of primary health care services. There are many evidence-based nursing researches on breastfeeding, maintaining, and increasing breastfeeding efficiency. The training and counseling services provided by the nurses and the breastfeeding trainings and counseling services provided by the nurses before and after nursing were found to be significantly better than the mothers' The policies and evidence-based studies that have been carried out demonstrate the necessity of effective and continuous provision of these services by midwives and nurses within the scope of primary health care services.

**Keywords:** Breast milk, Breast-feeding, Nurse.

☆ Bu çalışma 23.04.2018-26.04.2018 tarihinde 1. Uluslararası 2. Ulusal Halk Sağlığı Kongresi'nde poster bildiri olarak sunulmuştur.

\*Sorumlu Yazar: Kadriye UZUN

Adres: Mareşal Çakmak Mahallesi İnönü Caddesi No:141 Daire:5 Güngören\İstanbul

e-posta: [kdryuzun@gmail.com](mailto:kdryuzun@gmail.com)

## Giriş

Anne sütü ile beslenme yenidoğanın gelişmesi, sağlığının korunması ve sürdürülmesinde büyük önem teşkil etmektedir. Anne sütü; yeni doğanda optimum büyüme ve gelişme için gerekli olan tüm sıvı, enerji ve besin öğelerini içeren, biyo yararlılığı yüksek, sindirimi kolay doğal bir besindir (Avcı, 2013; Onbaşı, 2009).

Dünya Sağlık Örgütü (WHO) ve United Nations International Children's Emergency Fund (UNICEF) her bebeğin doğumdan itibaren 6 aya kadar tek başına anne sütü ile beslenmesini, sonrasında ek besinlerle birlikte olmak koşuluyla en az 2 yaşına kadar anne sütüyle beslenmenin devam ettirilmesini önermektedir (Avcı, 2013; Dinç, 2015; Onbaşı, 2009).

Yapılan çalışmalarda anne sütüyle beslenme oranının %34.8- %38 olduğu bulunmuştur. Bu oran gelişmekte olan ülkelerde %37 iken, az gelişmiş ülkelerde %20'lere kadar düşmektedir. Anne sütüyle besleme oranının azalması ek gıdalarla beslenme oranını artırmaktadır (Avcı, 2013; Onbaşı, 2009; Yılmaz ve Taşpınar, 2017).

Türkiye Nüfus Sağlık Araştırma verilerine göre; ülkemizde anne sütü ile beslenme yaygın bir davranış olmakla birlikte (%96) bebeklerin doğum sonrası altı ay tek başına anne sütü ile beslenme oranının düşük (%16,4) olduğu görülmektedir. Bu oranı çeşitli sosyoekonomik, kültürel ve kişisel faktörlerin etkilediği düşünülmektedir (Avcı, 2013; Cangöl ve Şahin, 2014; Yılmaz ve Taşpınar, 2017).

Ülkemizde birinci basamak sağlık hizmetleri kapsamında Aile Sağlığı Merkezleri'nde görev yapan hemşire ve ebeler tarafından anne sütü ile emzirmenin başlatılması ve devamlılığının sağlanması amacıyla emzirme danışmanlığı hizmetleri verilmektedir. Yapılan pek çok kanıta dayalı çalışmada hemşire ve ebeler tarafından doğum öncesinde ve sonrasında verilecek emzirme, anne sütünün önemi ve bebek bakımına ilişkin eğitimlerin, emzirmenin sürdürülmesinde, meme komplikasyonlarının önlenmesinde ve etkin emzirmenin sağlanmasında önemli olduğu belirlenmiştir. (Duran, 2008).

Bu çalışmada, anne sütü ile beslenmede kanıta dayalı uygulamaların incelenmesi amaçlanmıştır.

## Anne Sütü ile Beslenmenin Yararları ve Gerekliği

Anne sütü; bebeklerin doğal ilk besinidir ve bebeğe yaşamının ilk aylarında ihtiyaç duyduğu tüm enerjiyi ve besin maddelerini sağlar. İlk yılın ikinci yarısı boyunca çocuğun beslenme ihtiyaçlarının yarısına veya daha fazlasına ulaşmaya devam eder. Bebeğin ikinci yılında beslenme ihtiyacının üçte biri kadardır (Avcı, 2013; Nadem ve Nadem, 2017; Topal ve Çınar, 2017).

Uluslararası Çocukluk Dönemi Beslenme Yetersizliklerini Önleme Merkezi (International Childhood Prevention Center for Nutrition Disabilities) tarafından doğumu izleyen ilk altı ay içinde bebeklere yalnızca anne sütü verilmesi ve bir yaşa kadar da ek besinlerle desteklenerek anne sütüne devam edilmesi ile yılda 1,3 milyon bebek ölümünün önenebileceği bildirilmiştir (Duran,2008; Kepekçi, Yalçınoğlu, Eren, 2012).

Anne sütü bebeğin ihtiyaç duyduğu tüm vitaminleri ve besinleri içermenin yanı sıra emziren bebeği hastalıklardan korumaktadır. Anne sütünün içeriği annenin beslenmesinden bağımsız olarak bebeğin gereksinimlerine göre düzenlenir. Her anne

bebeği için en uygun sütü üretir. Sağlıklı yaşamın temellerinin atılmasında anne sütü ile beslenmenin önemi tartışılmazdır (Duran,2008; Tetik, 2016).

Yapılan çeşitli kanıta dayalı çalışmalarda emzirmenin hem anne hem de bebek için pek çok yararının olduğu tespit edilmiştir (Duran, 2008; Nadem ve Nadem 2017, 2017; Uçan, 2016; Tetik, 2016). Bunlar;

- Emziren annelerde, vücut kalsiyumu daha verimli şekilde emer ve postmenopozal dönemde ortaya çıkabilecek osteoporoz riskini azaltır (Zimmerman ve Guttman, 2001).
- Anne sütünün; meme kanseri riskinin yanında over ve endometriyal kanser riskini de azalttığı görülmüştür (Nadem ve Nadem 2017).
- Emzirme, uterusun daha hızlı kasılıp, gevşemesini sağlamaktadır. Emziren annelerde emzirmeyen annelere göre doğumdan sonra uterusun normal boyutuna dönmesi daha kısa sürede tamamlanır (Nadem ve Nadem 2017).
- Anne sütü, tam süte göre; daha düşük protein ve şeker oranına sahiptir.Bu sebeple; Tip 2 diyabet riskini azaltır (Perez and Petersen, 2009).
- Emzirirken salınan oksitosin hormonu doğum sonrası kanamayı azaltır (Zimmerman ve Guttman, 2001).
- Emzirme bebeği; içeriğinde buluna antikorlar sayesinde hastalıklardan korur. Anne sütü alan bebeklerde alt solunum yolları, kulak enfeksiyonları ve menenjit semptomlarının daha hafif geçirildiği görülmüştür (Philipp ve ark., 2004).
- Anne sütü içeriğinde bulunan fakat hala tam anlamıyla görevleri açıklanamayan antikorlar içermektedir. Emzirilen bebeklerde; pnömoni, soğuk algınlığı, diyare ve bulaşıcı hastalıkların görülme oranı azalır (Philipp ve ark., 2004).
- Anne sütünün içeriğinde bulunan çeşitli antikorlar, bebeğin antikorlara tepkisini ve aşılara verdiği cevabı artırır (Philipp ve ark., 2004).
- Yapılan çalışmalarda emzirilen bebeklerde bazı çocukluk kanseri riskinin azaldığı ortaya konmuştur. (örneğin; lösemi, kemik erimesi gibi) (Philipp ve ark., 2004)
- Bebeği alerjilerden korur (Nadem ve Nadem 2017).
- Anne sütü içerdiği mineral ve vitaminler; bebeklerde IQ (Intelligence Quotient) skorları ve bilişsel gelişimde önemli ölçüde iyileşme sağlar (Nadem ve Nadem 2017).
- Anne sütü bebeğe ihtiyacı olan içerikte üretilmesi, daha az yağ ve kalorili olması sebebiyle; bebeği obeziteden korur. Yetişkinlik döneminde aşırı kilo alma riskini azaltır (Schanler ve ark., 1999).
- Yapılan çalışmalarda; emzirme ve Ani Bebek Ölüm Sendromu (SIDS) riskiyle ilişkili olduğu bulunmuş, emzirmenin bu oranı yarıya indirebileceği sonucuna varılmıştır (Philipp ve ark.,2004)

Anne ve bebek açısından pek çok yararı olan anne sütü ile beslenmenin toplum açısından da önemi büyüktür. Anne sütü bireysel sağlık yararlarının yanı sıra önemli sosyal ve ekonomik

yararlar da sağlamaktadır. Emzirmenin ekonomik yönden aile bütçesine katkısı ve uygulama kolaylığı ise gözardı edilemeyecek özelliklerindedir. Anne sütü ile beslenme ekonomiktir. Anne sütü, yıllık milyonlarca litrelik üretimiyle, en önemli doğal kaynaklardan biridir. Ülkemizde ise TNSA verilerine göre her yıl doğan 1.5 milyon bebeğin altı ay emzirilmesinin milli ekonomiye en az 70 milyon dolar katkı sağlayacağı bildirilmektedir.

Ülkemizde anne sütü ile beslenmenin yaygın olduğu toplumlarda uygulanan UNİCEF ve DSÖ'nün başlatmış olduğu "bebek dostu hastaneler girişi" ve "ilk 6 ay sadece anne sütü" projeleri kabul edilmiş ve politika haline getirilmiştir.

Dünyada ve ülkemizde bu projelerin kabul edildiği toplumlarda; anne sütü ile beslenme oranlarının arttığı tespit edilmiş, olumlu sonuçları rapor edilmiştir (Avcı, 2013; Duran, 2008; Kepekçi, Yalçınoğlu, Eren, 2012; Uçan, 2016; Tetik, 2016; Topal ve Çınar, 2017). Bu projeler kapsamında emziren annelere 'Başarılı Emzirmede 10 Adım' başlığı adı altında emzirme danışmanlığı yapılarak; anne sütü ile beslenmenin önemi vurgulanmıştır.

Ülkemizde başarılı emzirmenin sağlanması ve sürdürülmesi amacıyla; emzirme danışmanlığı hizmetleri birinci basamak sağlık hizmetleri kapsamında aile sağlığı merkezlerinde çalışan ebe ve hemşireler tarafından yürütülmektedir. Emzirme danışmanlığı hizmetleri, anne sütü ile ilgili doğru mesajların iletilmesi ve bunların davranışa dönüştürülmesini amaçlamaktadır (Cangöl ve Şahin, 2017; Çalık ve Çetin, 2017; Kepekçi, Yalçınoğlu, Eren, 2012; Özkara, Fidancı, Yıldız, 2016; Sousa, Cirino, Oliveira, 2017; Toyama, Muranaka, Kurihara, 2017).

Emzirme danışmanlığı yapan ebe ve hemşireler; emzirmenin erken başlatılması ve başarılı bir şekilde sürdürülebilmesi için, gebelik döneminin başından itibaren aileyi bütüncül olarak değerlendirmelidir. Yapılan çalışmalarda hemşirelerin gerçekleştireceği eğitim, bakım verme ve danışmanlık rolleri ile annelerin emzirme davranışlarında olumlu değişimler olduğu görülmüştür (Avcı, 2013; Cangöl ve Şahin, 2017; Çalık ve Çetin, 2017; Kepekçi, Yalçınoğlu, Eren, 2012).

Aile Sağlığı Merkezleri'nde görev yapan ebe ve hemşireler tarafından ayrıca doğum sonrası dönemde de annelerin emzirme konusunda desteklenmesi sağlanmaktadır. Anne sütü ile beslenmenin desteklenmesi ve yararlarına ilişkin danışmanlığın sağlanmasında sağlık ekibi içerisinde yer alan hemşireler önemli rol oynamaktadırlar. Yapılan pek çok çalışmada anne sütü ile beslenmede hemşire ve ebe danışmanlığının önemli olduğu vurgulanmış ve hemşirenin eğitici rolünün ön planda olması gerektiği savunulmuştur (Avcı, 2013; Cangöl ve Şahin, 2017; Çalık ve Çetin, 2017; Kepekçi, Yalçınoğlu, Eren, 2012; Onbaşı, 2009; Özkara, Fidancı, Yıldız, 2016; Sousa, Cirino, Oliveira, 2017; Toyama, Muranaka, Kurihara, 2017).

Hemşire ve ebeler tarafından doğum sonrasında verilecek emzirme, anne sütünün önemi, bebek bakımı konularında verilecek eğitimin, emzirmenin sürdürülmesinde, meme komplikasyonlarının önlenmesinde ve etkin emzirmenin sağlanmasında önemli olduğu belirlenmiştir (Cangöl ve Şahin, 2014; Duran, 2008; Kepekçi,

Yalçınoğlu, Eren, 2012; Özkara, Fidancı, Yıldız, 2016; Tetik, 2016; Uçan, 2016; Yılmaz ve Taşpınar, 2017).

### **Anne Sütü ile Beslenmeye İlişkin Kanıtı Dayalı Uygulama Örnekleri**

Anne sütü ile beslenmenin öneminin incelenmesi amacıyla yapılan kanıtı dayalı çalışmaların çoğunda, anne sütü ile beslenmenin gerekliliği ve yararlarının önemi üzerinde durulmuştur.

Anne sütü ile beslenmenin önemini ve gerekliliğini vurgulayan bazı Uluslararası ve Ulusal düzeydeki politika örnekleri aşağıdaki gibidir;

- Uluslararası İnsan Hakları Belgelerinde (1924) emzirme bir insan hakkı olarak bildirilmiştir.
- Alma-Ata'da (1978) gerçekleştirilen temel sağlık hizmetleri konulu konferansta öncelikli karşılanması gereken temel gereksinimlerden biri "güvenli annelik ve çocuk sağlığı" olarak belirtilmiştir.
- Birleşmiş Milletler Genel Kurulu'nda (1989) kabul edilen çocuk haklarına dair sözleşmede "anne sütünün bebek için en iyi besin olduğu; toplumun bütün kesimlerinin emzirme konusunda bilgilendirilmesi, desteklenmesi ve bu alandaki eğitim olanaklarına kavuşturulması" gerektiği vurgulanmıştır.<sup>[17]</sup>
- Dünya Sağlık Örgütü (1985) çeşitli nedenlerle anne sütü alamayan bebeklerin formül mamalar yerine süt bankaları aracılığı ile sağlanan, başka bir annenin sütü ile beslenmesinin önemini vurgulamıştır.
- Emzirme danışmanlığı konusunda Türkiye'de İstanbul Üniversitesi tarafından, Dünya Sağlık Örgütü ve Sağlık Bakanlığı ile birlikte (1990) günümüzde de halen sürdürülen emzirme danışmanlığı eğitim programları başlatılmıştır.
- "Bebek dostu hastaneler girişi" projesi 2014 yılından bu yana ülkemizde devam ettirilmekte olup, bebek dostu yoğun bakımlar ve anne dostu sağlık kuruluşları projelerine de başlanmıştır.
- Türkiye Halk Sağlığı Kurumu tarafından 2014-2017 stratejik planında "emzirmenin özendirilmesi, desteklenmesi ve sürdürülmesini yürütmek" bir hedef olarak belirlenmiştir.

Gerçekleştirilen politikaları destekleyen nitelikteki kanıtı dayalı uygulamalar da emzirmenin başlatılması ve devamlılığının sağlanmasında hemşireler tarafından verilecek eğitim ile anne bebek bağlanmasının daha etkin olduğu görülmüştür (Cangöl ve Şahin, 2014; Duran, 2008; Kepekçi, Yalçınoğlu, Eren, 2012; Özkara, Fidancı, Yıldız, 2016; Tetik, 2016; Uçan, 2016; Yılmaz ve Taşpınar, 2017).

Hemşireler tarafından gebelik dönemindeki annelere güvenli anne bebek bağlanmasına ilişkin verilen eğitimlerin doğum sonrası anne bebek bağlanmasını anlamlı derecede olumlu etkilediği görülmüştür (Avcı, 2013; Onbaşı, 2009).

Hemşireler tarafından verilecek emzirme eğitimlerine ilişkin çalışmalarda ise doğum öncesi ve doğum sonrası hemşireler tarafından verilen emzirme eğitim ve danışmanlığı ile anne sütü ile

beslenme oranlarının arttığı bulunmuştur (Avcı, 2013; Onbaşı, 2009). Ayrıca yapılan bazı çalışmalarda ise eğitimler sonrasında annelerde öz güven oranının arttığı görülmüştür (Elkin ve Önal, 2015).

Emzirme teşviğinin sağlanması amacıyla yürütülen çalışmalarda kamuya açık alanlarda emzirmeyi teşvik eden emzirme dostu bir çevre yaratılması ve hemşirelerin görev alması gerektiğini savunan çalışmaların yanı sıra (Toyama, Muranaka, Kurihara, 2017) emzirme faaliyetlerini güçlendirmek için sağlık eğitimlerinin geliştirilen materyaller ile verilmesi gerektiğini savunanlar olmuştur (Sousa, Cirino ve Oliveira, 2017).

### Sonuç

Anne sütü ile beslenme; toplumun sağlığının korunması ve geliştirilmesi için büyük önem teşkil etmektedir. Anne sütü ile beslenmeye ilişkin yapılan pek çok kanıt dayalı çalışmada doğum öncesi ve sonrasında ebe ve hemşireler tarafından verilecek emzirme, anne sütünün önemi, yararları ve bebek bakımı konularında ki eğitimler sonrasında anne sütü ile beslenme oranlarının arttığı ve güvenli bağlanmanın sağlandığı görülmüştür. Anne sütü ile beslenmeye ilişkin yapılan çalışmalar anne sütünün pek çok yararının olduğunu vurgulamaktadır. Anne sütü ile beslenmeye ilişkin gerçekleştirilen politikalar ve kanıt dayalı çalışmalar birinci basamak sağlık hizmetleri kapsamında ebe ve hemşireler tarafından bu hizmetlerin etkin ve sürekli verilmesi gerekliliğini ortaya koymaktadır.

### Kaynaklar

1. Avcı, E. (2013) Annelerin Anne Sütü İle İlgili Sağlık Okuryazarlık Düzeylerini Değerlendirme Aracı Geliştirme, Sağlık Okuryazarlık Düzeylerini ve Etkileyen Faktörleri Saptama, Gazi Üniversitesi Halk Sağlığı ABD, Doktora Tezi.
2. Cangöl, E., Şahin, N. (2014) Emzirmeyi Etkileyen Faktörler ve Emzirme Danışmanlığı, Zeynep Kamil Tıp Bülteni 2014; 45:100-5.
3. Cangöl, E., Şahin, N. (2017) Emzirmenin Desteklenmesinde Bir Model: Pender'in Sağlığı Geliştirme Modeline Dayalı Motivasyonel Görüşmeler, Hemşirelikte Eğitim ve Araştırma Dergisi 2017; 14: 98-103.
4. Çalık, K., Çetin, F. (2017) Annelerin Emzirme Konusunda Uygulamaları ve Etkileyen Faktörler, GÜSB D 2017; 6(3): 80-91.
5. Dinç, A., Dombaz, İ., Dinç, (2015) 6-18 Ay Arası Bebeği Olan Annelerin Emzirme ve Anne Sütüne İlişkin Geleneksel Uygulamaları, Balıkesir Sağlık Bilimleri Dergisi Cilt:4, Sayı:3 Aralık, Sayfa:125-130.
6. Duran, S. (2008) Ebe ve Hemşirelerin Anne Sütü ve Emzirme Konusundaki Bilgi ve Tutumlarının, Danışmanlık Verdikleri Annelerin Bebekleri Anne Sütü İle Besleme Davranışlarına Etkisi, Trakya Tıp Fakültesi, Aile Hekimliği, ABD, Uzmanlık Tezi.
7. Elkin, N., Önal, E. (2015) Bir Aile Sağlığı Merkezine Başvuran Gebelerin Anne Sütü ve Emzirmeye İlişkin Bilgi ve Tutumları, Sted, 2015, 24(2): 41-45.
8. Kepekçi, M., Yalçınoğlu, N., Eren T. (2012) Emzirme Danışmanlığı Birimine Başvuran Annelerin ve Bebeklerin İncelenmesi, Çocuk Dergisi 1284): 164-168.
9. Nadem, A., Nadem, J. (2017) Making the Decision to Breastfeeding the Baby and Its Advantages for the Woman's Health, American Journal Of Food science and Health, 3(5): 88-94.
10. Perez, A. And S. Petersen. (2009), Meeting the needs of the youngest infants in child care. Zero to Three, 29: 13-17.
11. Philipp, B. L., A. Merewood E. J. GerendasandH. Bauchner,. (2004), Breastfeeding information in pediatric textbooks needs improvement. J. Hum. Lact., 20: 206-210.

12. Onbaşı, Ş. (2009) Doğum Öncesinde Anne Adaylarına Verilen Anne Sütü ve Emzirme Eğitiminin Emzirme Oranına ve Süresine Etkisi, Trakya Üniversitesi Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları ABD, Doktora Tezi.
13. Özkara, H., Fidancı, B., Yıldız, D. (2016) Emzirme Danışmanlığı, TAF Preventive Medicine Bulletin, Vol: 15, Issue: 6, Page: 551-555.
14. Scott. J. A., M. C. Landers, R. M. Hughes and C. W. Binns. (2001), Psychosocial factors associated with the abandonment of breastfeeding prior to hospital discharge. J. Hum. Lact., 17: 24-30.
15. Schanler, R. J., R. J. Shulman and C. Lau. (1999), Feeding strategies for premature infants: beneficial outcomes of feeding fortified human milk versus preterm formula. Pediatrics, 103: 1150-1157.[26].
16. Sousa, R., Cirino, I., Oliveria, E. (2017) Health Education to Strengthen Breastfeeding Action, International Archives of Medicine, ISSN: 1755-7682.
17. Tetik, B. (2016) Anne Sütü ve Emzirme Danışmanlığında Güncel Bilgiler, Ankara Med J, (16): 115-8 8.
18. Topal, S., Çınar, N. (2017) Emzirmenin Anne Sağlığına Yararları, ISSN: 2149-455 X.
19. Toyama. N., Muranaka, M., Kurihara, K. (2017) Qualitative Study of Breastfeeding Support by Public Health Nurses in Japan, Scientific Research Publishing, Health, 9: 451-458.
20. Uçan, S. (2016) Ebeveynlere Verilen Emzirme Eğitiminin emzirme Sürecine, Kültürel Davranışlara ve Ebeveyn-Bebek Bağlanmasına Etkisi, Selçuk Üniversitesi, Halk Sağlığı ABD. Doktora Tezi.
21. Yılmaz, C., Taşpınar. A. (2017) Doğum Sonrası Erken Dönemde Ebeveynlere Verilen Emzirme Eğitiminin Bebeklerin İlk Altı Ay Anne Sütü Alma Durumuna Etkisi, GÜSB D 2017; 6(3): 25-34.
22. Zimmerman, D. R. And Guttman N. (2001), Breast is best: knowledge among low-income mothers is not enough. J. Hum. Lact 17: 14-19.