

Emziren Annelerin Emzirmenin Önemi Ve Anne Sütü Hakkındaki Bilgilerinin Değerlendirilmesi

Evaluation Of The Mothers Information About The Importance Of Breastfeeding And Their Information About Breast Milk

Öz

Giriş: Yenidoğanın ilk aylarda gereksinim duyduğu sıvı, enerji, besin öğeleri gereksinimini tek başına karşılayan, enfeksiyonlara karşı bağışıklık sistemini güçlendiren, bedensel ve zihinsel gelişimine katkıda bulunan yegane süt anne sütüdür. Emzirmenin hem anne hem de bebek için sayısız yararları vardır. Dünya Sağlık Örgütü (WHO) tüm bebeklerin ilk altı ay sadece anne sütü ile beslenmesini 6. aydan itibaren ise iki yaşına kadar anne ek gıdayla birlikte anne sütüne devam edilmesini önermiştir.

Yöntem: Bu çalışmada İstanbul ilinde oturan sıfır-bir yaş bebeği olan emziren annelere anne sütü ve emzirme ile ilgili bilgileri içeren 30 sorudan oluşan bir anket formu hazırlandı. Çalışmamızın amacı emziren annelerin anne sütü ve emzirmenin önemi ile ilgili bilgilerinin değerlendirilmesi, anne sütünün öneminin vurgulanması ve emzirme ile ilgili yapılan yanlışların fark edilmesi ve sonucunda yapılacak önlemlerin alınmasını hedeflemektir.

Bulgular: Çalışmamızda bebeklerin sadece anne sütü ile beslenme oranları 1-6 ay arası %30, 6 aydan fazla %15, 1 aydan daha az %2 olarak belirlendi. Bebeklerin %98'ine doğumdan sonra ilk besin olarak anne sütü verildiği tespit edildi. Annelerin sosyodemografik özellikleri bebeklerin anne sütü ile beslenme süresini etkilemediği gözlemlendi. Ancak eğitim durumu daha düşük olan annelerin planlanan emzirme süreleri daha kısa bulundu. Annelerin %46'sının emzirme ile ilgili bilgiyi sağlık personelinin aldığı tespit edildi. Çalışmaya katılan annelerin %26'sının emzirme konusunda yanlış ve yetersiz uygulama ve bilgilere sahip olduğu, %11'inin ise emzirme bakımından kendini yetersiz hissetmekte olduğu gözlemlendi.

Yrd. Doç. Dr. Banu YAZICI¹

Emine ŞAFAK²

¹ İstanbul Bilim Üniversitesi Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı

² İstanbul Bilim Üniversitesi, Diyet ve Beslenme Bölümü, 4. Sınıf öğrencisi

Yazışma Adresleri /Address for Correspondence:

İstanbul Bilim Üniversitesi Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı
Şişli, İstanbul

Tel/phone: +90 212 224 49 50

mail: banu_ozvar80@hotmail.com

Anahtar Kelimeler:

Anne sütü, emzirme.

Keywords:

Human milk, breastfeeding.

Geliş Tarihi - Received

15/09/2017

Kabul Tarihi - Accepted

25/10/2017

Sonuç: Annelerin emzirme ile ilgili eksik bilgilerinin giderilmesi, yanlış uygulamalarının düzeltilmesi ve bebeklerinin ilk altı ay sadece anne sütüyle beslenmeleri gerekliliğinin vurgulanması için sağlık kuruluşlarına ve personellerine de büyük görevler düşmektedir.

Abstract

Aim: Breast-milk is the only milk that meets the fluid, energy and nutrient needs of the infant in the first months of life, which strengthens the immune system and contributes to the physical and mental development. Breastfeeding has numerous benefits both for the mother and the baby. The World Health Organization (WHO) has recommended that all infants should be breastfed for the first six months of life, and that the mother should continue breastfeeding with supplemental food from the age of 6 months to the age of two years.

Methods: In this study, a questionnaire consisting of 30 questions including breast milk and breastfeeding information was prepared for suckling mothers who are a zero-one age baby sitting in İstanbul province. The aim of the study is to evaluate mother's knowledge about breastfeeding and breastfeeding, to emphasize the importance of mother's breastfeeding, to recognize the mistakes made about breastfeeding and to take measures to be done as a result.

Results: In our study, solely breastfeeding rates of infants were 30% between 1-6 months, 15% for longer than 6 months, and 2% in 1 less than a month. 98% of babies were found to have breastmilk as their first food after birth. It was observed that the socio-demographic characteristics of the mothers did not affect the duration of breastfeeding. Mothers with lower education status, however, had shorter planned breastfeeding times. It was observed that 26% of the mothers who participated in the study had wrong and inadequate practices and knowledge about breastfeeding and 11% felt themselves insufficient in terms of breastfeeding.

Conclusion: There is a great deal of responsibility for healthcare organizations and their staff to address missing information about antenatal breastfeeding, correcting their misconduct, and emphasizing the need for infants to be fed only with mother's milk in the first six months.

Giriş

Anne sütü yenidoğanın optimum büyüme ve gelişmesi için gerekli olan tüm sıvı, enerji ve besin öğelerini içeren, biyoyararlılığı yüksek, sindirimi kolay, doğal, ilk altı

ay tek başına bebeğin yeterli olan, yenidoğan için en uygun besindir (1). Anne sütü bebeğin ihtiyacı olan besin maddelerini uygun miktar ve kalitede içerir. Bebeği enfeksiyonlara karşı korur. Bebeğin fizyolojik ve psikososyal gereksinimlerini tek başına karşılar (2). Anne sütünün daima taze, hazır, steril, ekonomik olması, anneyi ve bebeğini birçok hastalıktan koruması anne sütünü ideal kılar. Aynı zamanda emzirme annede annelik duygusunun oluşumunu sağladığı ve anne ile bebek arasında bağ oluşturması nedeniyle de çok önemlidir (3). İlk altı ay bebeğin sadece anne sütü ile beslenmesi, su bile verilmemesi, ek besinlere altı aydan sonra başlanması önerilmektedir (4). Emzirme bebeğin sağlıklı büyümesi ve gelişmesi için en doğal, en uygun ve en kolay beslenme yöntemidir. Anne ile bebek arasında fiziksel, hormonal, psikolojik paylaşım sağlayan, anne ve bebeğe yararları kanıtlanmıştır (2). Etkili bir emzirmenin gerçekleşmesi için annenin bebeği tutuşu ve bebeğin memeye yerleşmesinin doğru bir şekilde olması çok önemlidir. Başarılı emzirme için bebeğin başı ve vücudu aynı doğrultu üzerinde olmalıdır. Annenin başparmağı memenin üstünde olmalı, işaret parmağı alttan desteklenmelidir (5,6). Köksal ve Gökmen (1) 2015 yılında yaptıkları çalışmada emzirmede döneminde annenin güvenin kolayca kırılabileceğini, bebeğine zarar verme hata yapma korkusunun anneyi endişelendirip kendini yetersiz hissetmesine neden olabileceğini ve sonuçta annenin yanlış emzirme bilgilerinin düzeltilmesi gerektiğini savunmuşlardır.

Dünya Sağlık Örgütü, Birleşmiş Milletler Çocuklara Yardım Fonu (UNICEF) ve Amerikan Pediatri Akademisi (AAP) yenidoğanların ilk altı ay sadece anne sütü ile beslenmesini, altı aydan itibaren ise ek besinlerle birlikte en az iki yaşına kadar anne sütüne devam edilmesini ayrıca sağlık çalışanlarına emzirme ve anne sütü hakkında eğitilmeleri, basın yayın organlarında bu konuyla ilgili eğitici ve öğretici yayınlar yapılmasını, okullarda anne sütünün müfredata eklenmesini ve annelerin doğum öncesi anne sütü ve emzirme hakkında hem teorik hem de pratik olarak eğitilmeleri ve bilgilendirilmeleri gerekliliğini vurgulamıştır (7,8). Ayrıca "Çocuk Hakları Sözleşmesi"nde de çocukların en temel haklarından birini "beslenme hakkı" ve "anne sütü ile beslenme hakkı" önemle vurgulanmıştır (2,5,9). Son zamanlarda yapılan çalışmalarda annenin emzirmeye doğumdan önce karar vermesi, kendisine olan güveni, anne sütü ve emzirme hakkında bilgi düzeyi gibi psikososyal faktörlerin de emzirme süresini etkilediği düşünülmektedir (10,11). Sağlık Bakanlığı anneleri anne sütü ve emzirme hakkında bilgilendir-

dirmek ve emzirmeye teşvik etmek amacıyla doğum yapılan hastanelerde emzirmenin devamlı ve başarılı bir uygulama haline gelmesi amacıyla 1991 yılında “Anne Sütünün Teşviki ve Bebek Dostu Hastaneler Programı” uygulamaya başlamıştır (12). Bu çalışma daha sonra birinci basamak sağlık kuruluşlarını da kapsayacak şekilde genişletilmiştir.

Bu çalışmanın amacı emziren annelerin anne sütü ve emzirmenin önemi ile ilgili bilgilerinin değerlendirilmesi, anne sütünün öneminin vurgulanması ve emzirme ile ilgili yanlış tutumların tespit edilmesi ve yapılabilecek önlemlerin vurgulanmasıdır.

Gereç ve Yöntem

Bu çalışma İstanbul ilinde oturan 0-1 yaş zamanında doğmuş (term), herhangi kronik bir hastalığı olmayan, yoğun bakım ihtiyacı olmayan bebeği olan annelere araştırmacı tarafından 30 sorudan oluşan anket formu kullanılarak yapıldı. Annelere anket yapılmadan önce gerekli bilgiler verilerek hem sözlü hem yazılı onayları alınmıştır. Çalışmaya gönüllü 100 anne dahil edilmiştir.

Anket soruları arasında; Annelerin sosyodemografik özellikleri, çocuk sayısı, daha önceki çocuklarını emzirmemiş emzirmedikleri, bebeklerini ne kadar süre sadece anne sütüyle besledikleri, emzirme deneyimi olan annelerin daha önceki çocuklarında emzirmeyi bırakma nedenleri, doğum şekli, doğumdan önce emzirme eğitimi alıp almadıkları, doğum öncesi anne sütü ve bilgiyi nereden aldıkları, kolostrom hakkındaki bilgileri, doğumdan sonra bebeğe verilen ilk gıdanın ne olduğu, sütlerinin tam olarak ne zaman geldiği, doğumdan sonra bebeklerini ilk ne zaman emzirdikleri, emzirme sıklığı ve süresi, ek gıda verip vermedikleri, bebeklerini ne kadar süre emzirmeyi düşündükleri, emzirme öncesi yapılan hazırlıkları, annelerin emzirme dönemindeki beslenme tutumları, emzirme pozisyonları, emzirmeye başlanan meme seçimleri ve emzirme dönemindeki sigara alışkanlıkları yer almıştır.

Alınan cevaplar doğrultusunda annelerin sosyodemografik özellikleri ile bebeklerini sadece anne sütü ile besleme süreleri, emzirme süreleri, ne kadar süre emzirmeyi düşündükleri ile arasında bir ilişki olup olmadığı, Daha önceki çocuklarını emziren annelerde emzirme deneyimleri ile emzirme süreleri arasında ilişki olup olmadığı; emzirme deneyimleri ile emzirme konusundaki yeterli hissetme arasındaki ilişki olup olmadığı, emzirme eğitimi alınması ile kolostrom bilgileri ve bebeğe anne sütü dışında ek gıda verilmesi arasındaki ilişki olup olmadığı; emzir-

me döneminde sigara kullanımı ilişkisi olup olmadığı, doğum öncesi emzirme ve anne sütüyle ilgili bilgi alma durumları ile planlanan emzirme süresi ve sadece anne sütüyle besleme arasında ilişki olup olmadığı; annelerin kendilerini emzirme konusunda yeterli hissetmeleri ile planlanan emzirme süreleri arasındaki ilişki olup olmadığı; emzirmeye başlanan meme seçimi ile emzirme süresi arasındaki ilişkinin olup olmaması; annelerin emzirme pozisyonları ile emzirme süreleri arasındaki ilişki olup olmadığı araştırıldı.

Çalışmadan elde edilen bulgular değerlendirilirken, istatistiksel analizler için SAS (Statistical Analysis Software) programı kullanıldı. Çalışmalar değerlendirilirken istatistiksel yöntem olarak t testi ve x testi kullanıldı. Sonuçlar %95 güven aralığında, anlamlılık $p < 0,05$ düzeyinde değerlendirildi.

Bulgular

Bebeklerin %70'i kız %30'u erkekti. Çalışmaya katılan annelerin yaş grupları, eğitim düzeyleri, çalışma durumları dağılımları Tablo 1'de gösterilmiştir.

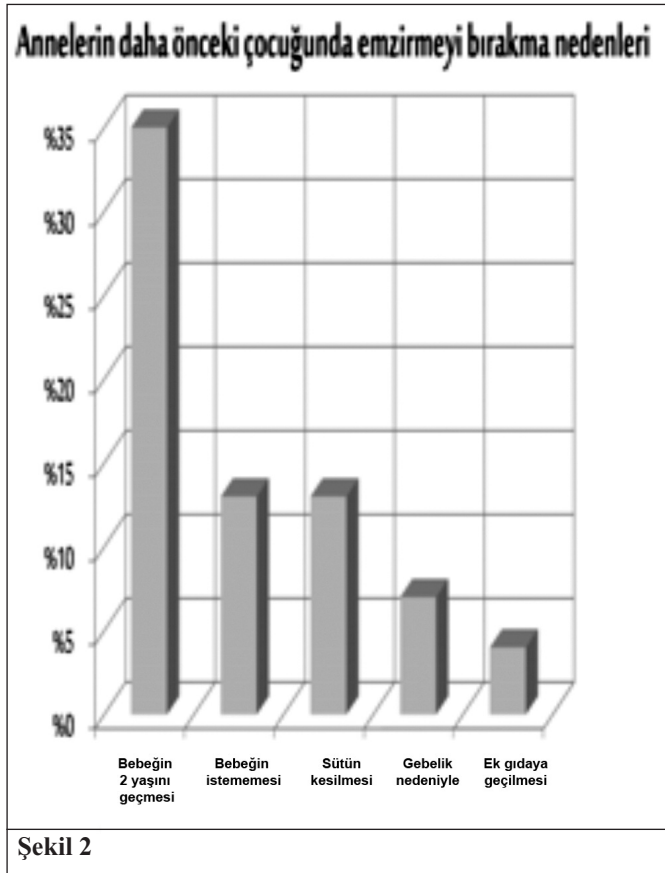
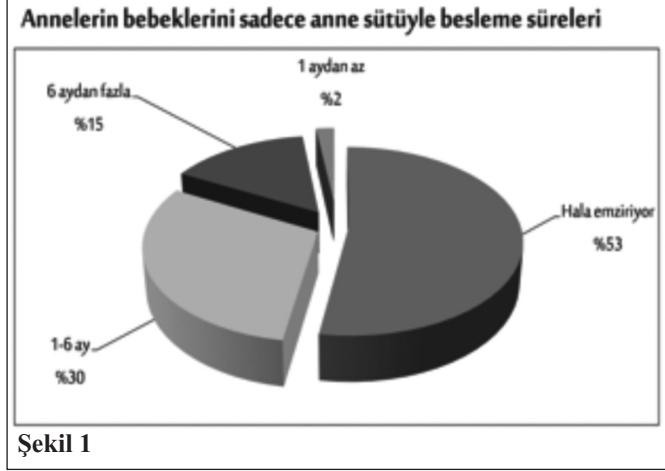
Tablo 1. Annelerin sosyodemografik özellikleri.

Annelerin sosyodemografik özellikleri		%
Yaş grupları	Sosyodemografik özellikler	
	20 yaş altı	0
	21-25	7
	26-30	48
	31-35	28
Eğitim düzeyleri	36-40	17
	Okur yazar	0
	İlkokul	15
	Ortaokul	11
Çalışma durumları	Lise	46
	Üniversite	28
	Ev hanımı	67
	İşçi	0
	Memur	7
	Serbest meslek	2
	Diğer	24

Çalışmaya katılan annelerin %7'si 25 yaş altı, %48'si 26-30 yaş arasında, %28'si 31-35 yaş, %17'si 36-40 yaş arasındaydı. Annelerin %67'i ev hanımı, %34'ü çalışmaktaydı. Çalışmaya katılan annelerimizin %61'i doğumunu sezaryenle, %39'u ise normal yolla yapmıştı. Annelerin %30'unun 1 çocuğu, %43'ünün 2 çocuğu, %22'sinin 3 çocuğu, %4'ünün de 4 çocuğu vardı. Başka çocuğu olan annelerin %65'i daha önceki çocuklarını emzirmiş, %35'i ise daha önceki çocuklarını emzirmemişti. Annelerin %67'i ev hanımı, %34'ü çalışmaktaydı.

Annelerin bebeklerini sadece anne sütüyle besleme sürelerine bakıldığında %53 halen emzirmekte, %30'u 6 ay,

%15'i 6 aydan fazla, %2'si 1 aydan daha az emzirmişti (Şekil 1). Emzirmeyi bırakma nedenleri sorulduğunda ise %35'i bebeğin 2 yaşını geçmesi, %13'ü bebeğin istemediğini, %13'ü sütünün kesildiğini, %7'si gebelik nedeniyle, %4'ü ek gıdaya başladığı için emzirmeyi bıraktığını ifade etmiştir (Şekil 2).



Katılımcılarımızın %37'si emzirme eğitimi aldığını, %63'ü ise emzirme eğitimi almadığını belirtti. Annelerin doğum öncesi emzirme ve anne sütü ile ilgili bilgiyi nereden aldıkları sorgulandığında %30'u hemşireden, %24'ü aileden, %17'si yazılı/görsel basından, %15'i doktordan bilgi edindiğini, %13'ü ise bilgi edinmediğini ifade etti.

Annelere anne sütünün önemini biliyor musunuz diye sorulduğunda %89'u anne sütünün önemini kesinlikle bildiğini, %11'i ise kısmen bildiğini söyledi. Annelerin %57'si kolostrumu daha önce duyduğunu, %43'ü ise kolostrumu daha önce hiç duymadığını belirtmişti. Annelerin %98'i bebek doğduktan sonra ilk olarak anne sütü, %2'si ise mama verdiğini ifade etti. Annelere sütünün tam olarak ne zaman geldiği sorulduğunda %59'unun ilk gün, %20'sinin 2.gün, %20'sinin 3.gün, %2'sinin 1 haftadan sonra geldiği cevaplarını verdiler. Annelerin bebek doğduktan sonra ilk ne zaman emzirdiklerine bakıldığında %46'sı ilk yarım saatte, %28'i yarım saat-1 saat arasında, %9'u 1-2 saatte, %9'u 2 saatten sonra, %8'i ise 6 saatten sonra emzirmiştir. Annelerin emzirme sıklık ve süreleri Tablo 2'de özetlenmiştir.

Tablo 2. Annelerin bebeklerini emzirme sıklığı ve süreleri.

		% (n: 100)
Emzirme sıklığı	1-2 saat ara ile	57
	3-4 saat ara ile	26
	5 saat ve üzeri ara ile	4
	Bebek her istediğinde	13
Emzirme süresi	5 dakikadan az	3
	5 dakika	15
	6-10 dakika	43
	11-15 dakika	22
	15 dakikadan fazla	17

Çalışmaya katılan annelerin %67'si bebeklerine anne sütü dışında ek gıda vermekte, %33'ü ise ek gıda vermemekteydi. Annelerin %52'si bebeklerini 18-24 ay, %24'ü 24 aydan fazla, %13'ü 12-18 ay, %11'i 6-12 ay emzirmeyi düşünüyordu. Annelere emzirme öncesi nasıl hazırlık yaptıkları sorulduğunda %54'ü ellerini yıkadıklarını, %33'ü herhangi bir hazırlık yapmadıklarını, %13'ü ise meme başlarını kaynatılıp soğutulmuş suyla temizlediklerini söylediler.

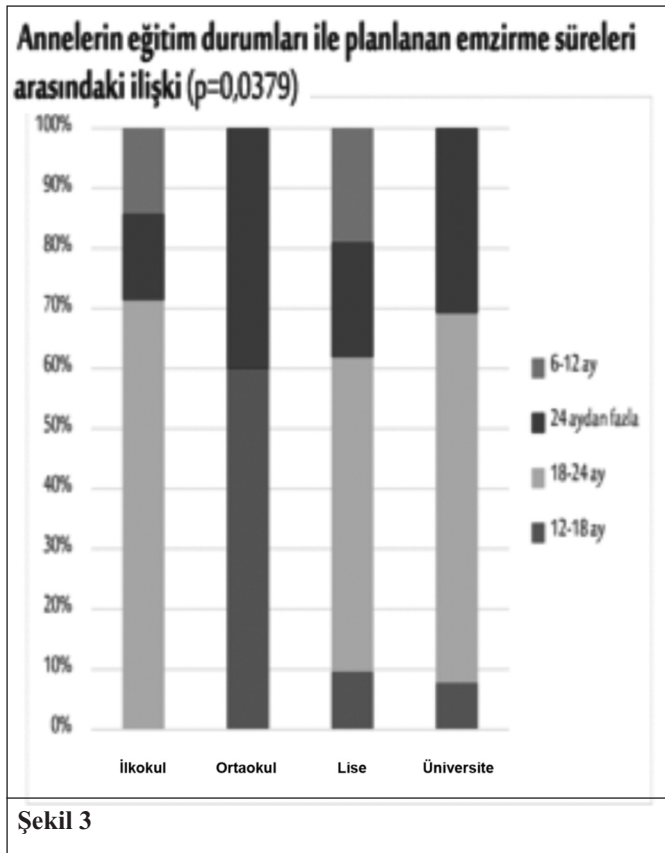
Annelerin sütünü artırmak için nasıl beslendikleri sorulduklarında %37'si sadece su ve sıvı gıdalar tükettiğini, %26'sı süt artırıcı çaylardan içtiğini, %20'si protein ağırlıklı beslendiğini, %17'si ise beslenmelerinde değişiklik yapmadığını söyledi.

Annelere emzirirken memenin neresini verdikleri sorulduğunda %74'ü meme halesini, %26'sı meme ucunu verdiklerini söyledi. Çalışmaya katılan annelerin %63'ü kucaklama, %28'i yan yatış, %9'u koltuk altı pozisyonunda emziriyordu. Annelere emzirmeye hangi memeden başladıkları sorulduğunda %72'si bir öncekiyle aynı memeden başladığı, %28'i ise bunun fark etme-

diği cevaplarını verdiler. Annelerin %89'u kendilerini emzirme konusunda yeterli hissettiklerini, %11'i ise kendilerini yeterli görmediklerini belirttiler. Annelerin %15'i süt sağmaları gerektiğini ve bu sütü saklama poşetlerine koyup daha sonra bebeğe verdiklerini, %15'i ise süt sağmalarına gerek olmadığını söylediler.

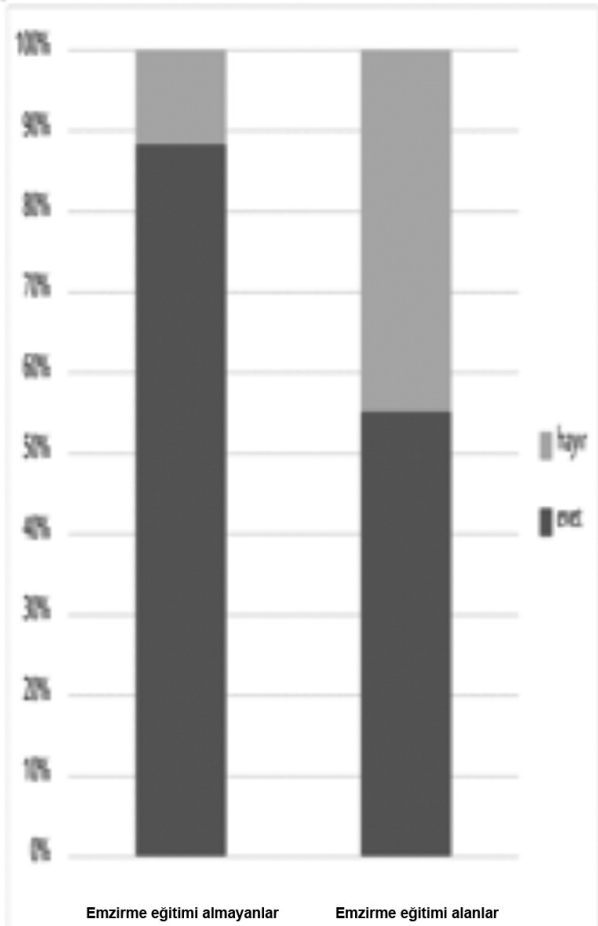
Annelerin emzirme döneminde sigara kullanım oranı %11 olarak belirlendi.

Annelerin sosyodemografik özellikleri ile bebeklerini sadece anne sütü ile beslenme süresi ve emzirme süreleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki gözlemlenmedi ($p>0.05$). Annelerin sosyodemografik özellikleri ile planlanan toplam emzirme süresi arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki görüldü. Eğitim durumu daha iyi olan annelerde planlanan emzirme süreleri daha yüksek olarak gözlemlendi ($p=0.0379$) (Şekil 3). Eğitim durumu daha düşük olan annelerde ise planlanan emzirme süresi daha kısa bulundu.



Emzirme deneyimi ile emzirme süreleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki gözlemlendi. Daha önceki çocuklarını emziren annelerin emzirme sürelerinin daha uzun olduğu gözlemlendi ($p=0.0305$). Daha önceki çocuklarını emziren annelerin kendini emzirme konusunda yeterli görmesi arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulundu. Emzirme deneyimi olmayan anneler deneyimi olan annelere göre emzirme konusunda kendi-

Annelerin emzirme eğitimi alma durumları ile anne sütü dışında ek gıda vermesi arasındaki ilişki ($0,0209$)



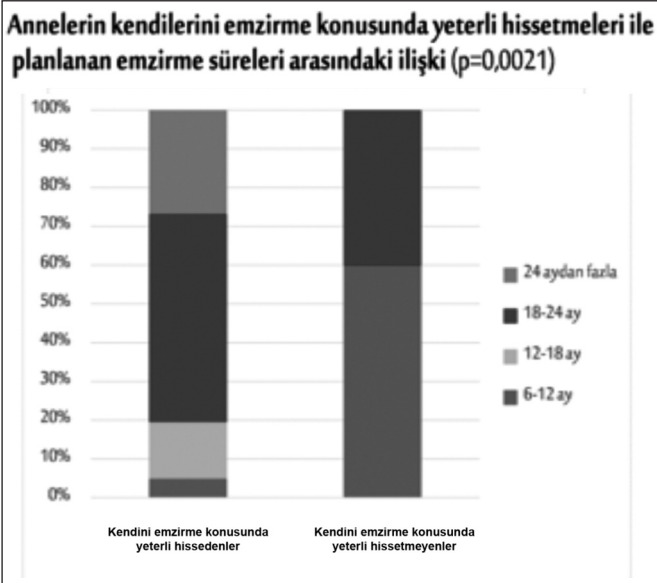
Şekil 4

ni daha yetersiz görmekteydi ($p=0.0001$) (Şekil 5). Doğum öncesi emzirme eğitimi alma ile kolostrum bilgi durumları arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulundu. Emzirme eğitimi alan annelerin eğitim almayan annelere göre kolostrum bilgisinin daha fazla olduğu tespit edildi ($p=0.0068$).

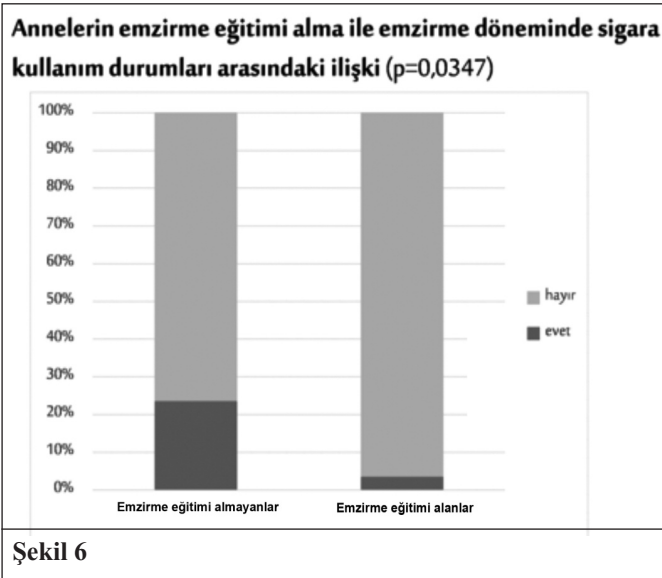
Annelerin daha önce emzirme eğitimi alma durumları ile anne sütü dışında ek gıda vermesi arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulundu. Emzirme eğitimi alan annelerin almayanlara göre bebeklerine anne sütü dışında ek gıda verme oranları daha düşük bulundu ($p=0.0209$) (Şekil 4).

Emzirme eğitimi alma durumu ile emzirme döneminde sigara kullanımı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulundu. Emzirme eğitimi almayan annelerin alanlara göre daha fazla sigara tükettiği gözlemlendi ($p=0.0347$) (Şekil 6).

Doğum öncesi anne sütü ve emzirme ile ilgili bilgi alma durumu ile sadece anne sütüyle beslenme süresi arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki görülmedi ($p>0.05$). Plan-



Şekil 5



Şekil 6

lanen emzirme süresi ile doğum öncesi bilgi edinme durumları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki gözlemlendi (p=0,024). Emzirme ile ilgili bilgi alan annelerin bilgi almayanlara göre daha uzun süre emzirmeyi düşündükleri tespit edildi. Annelerin kendilerini emzirme konusunda yeterli hissetmeleri ile planlanan emzirme süreleri arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulundu. Kendilerini emzirme konusunda yeterli hissedenen annelerin bebeklerini daha uzun süre emzirmeyi planladıkları tespit edildi (p=0,0021) (Şekil 5).

Tartışma

Çalışmamıza katılan annelerin bebeklerini sadece anne sütüyle besleme sürelerine baktığımızda %2'si 1 aydan az, %30'u 1-6 ay arası, %15'i 6 aydan fazla emzirmektedir. Ünsal ve ark.'larının (24) 2005 yılında yaptıkları çalışmada anne sütü ile beslenme oranları birinci, dör-

düncü ve altıncı ayda sırasıyla %97, %91,5, %46 ve %8,7 olarak belirlenmiştir. Türkiye Nüfus Sağlık Araştırması 2013 verilerine göre bebeklerin %58'i yaşamının ilk iki ayında sadece anne sütü ile beslenmektedir. Ancak bu oran çocuğun yaşı ile birlikte hızla azalmakta ve 4-5 aylık bebeklerde %10'a kadar gerilemektedir (16). Annenin eğitim düzeyinin düşük olması, çalışıyor olması, yaşının küçük olması, anneye emzirme ile ilgili verilen desteğin yetersizliği ve bebeğin doğum ağırlığının düşük olması gibi faktörler bu oranın düşük olması ile ilişkilidir.

Çalışmamıza katılan annelere daha önceki çocuğunda emzirmeyi bırakmak isteme nedeni sorulduğunda %35'i bebeğin 2 yaşını geçmesi, %13'ü bebeğin istemediği, %13'ü sütünün kesildiği, %7'si gebelikten dolayı, %4'ü ise ek gıdaya başlama sebebiyle emzirmeyi bıraktığını ifade etti (Şekil 3). Tunçel ve ark.'larının (4) yaptığı çalışmada annelerin emzirmeyi bırakmak isteme nedenleri arasında %28,7'si sütün yetmemesi, %24,4'ü çalışıyor olma, %19,4'ünün yeterince anne sütü verdiğini düşünmesi, %17,6'sı bebeğin emmek istememesi gösterilmiştir. Bebeğin emmek istememesi, annenin sütünün yetmemesi gibi nedenler annenin bilgi eksikliğinden kaynaklanıyor olmasıdır. Bu sebeple annelere gerekli bir eğitim verilmesi ve bu sayede emzirme süresinin artırılması hedeflenmelidir. Ayrıca annelerin bir kısmının gebelik nedeniyle emzirmeyi bırakması annelerin doğum sonrası gebelikten korunma konusunda daha fazla bilgi ve desteğe ihtiyaç duyduğunun göstergesidir.

Parmar ve ark.'larının (17) 2000 yılında yaptıkları çalışmada annelerin %61,6'sı doğumdan sonra bebeklerine doğduktan sonra ilk anne sütü vermiştir. Dinç ve ark.'larının (19) 2015 yılında yaptıkları çalışmada annelerin %83,5'i ilk besin olarak anne sütü, %9'u şekerli su, %7,5'i mama vermiştir. Bizim çalışmamızda ise annelerin %98'i doğumdan sonra ilk olarak anne sütü vermiştir. Bebeğe doğduktan sonra şekerli su vermek gibi geleneksel inanışların yıllar içinde azalması ve anne sütü verilme oranının artması sevindirici olsa da anneler bu konuda daha fazla bilgilendirilmelidir.

TNSA 2013 (16) verilerine göre çocukların %26'sı anne sütünden önce başka gıdalarla beslendiği gösterilmektedir. Ancak %43'ünün kolostrumu daha önce hiç duymadığı tespit edildi. Ayrıca annelerin emzirme eğitimi almaları ile kolostrum bilgileri arasında da anlamlı ilişki bulunmuştur. Emzirme eğitimi alan annelerin eğitim almayanlara göre kolostrum bilgisinin daha fazla olduğu tespit edildi. Kolostrumun yenidoğan için ne kadar önemli olduğu ve annelerin yaklaşık yarısının kolostrumu daha

önce hiç duymadığını dikkate alırsak annelere hem doğum öncesi hem doğum sonrası emzirme eğitimi verilmesinin ne kadar önemli olduğu görülmektedir.

Çalışmamızdaki anneler doğum öncesi anne sütü ve emzirme ile ilgili bilgilerini %30'u hemşireden, %24'ü ailesinden, %17'si basından, %15'i ise doktordan edinmiştir. %13'ü ise herhangi bir bilgi edinmemiştir. 2006 yılında Bağ ve ark.'larının (10) Ege Doğumevi'nde yaptıkları çalışmada ise anneler doğum öncesi emzirme ile ilgili bilgilerinin %41.1'ini sağlık personellerinden, %36.5'ini aileden, %20'sini yazılı/görsel basından edinmiştir. Annelerin çoğunun anne sütü ve emzirme ile ilgili bilgiyi sağlık personelinden edindiği ve annelerin doğum öncesinde gerekli eğitim almadıkları saptanmıştır. Bu yüzden annelere doğum öncesi ve doğum sonrası dönemde emzirme eğitimi verilmesi gereklidir.

Annelerin %89'u anne sütünün önemini kesinlikle bildiğini ifade ederken %11'i ise kısmen bildiğini söyledi. Büyük çoğunluğun emzirmenin önemini bilmesine rağmen uygulama konusunda eksikliklerinin olduğu gözlemlendi.

Türkiye Nüfus Sağlık Araştırması 2013 (16) raporlarına göre annelerin %50 si bebeklerini doğumdan sonraki ilk bir saat içinde emzirmeye başlamıştır. Emzirmeye erken başlamak hem anne hem de bebek için yararlıdır. Emzirme anne rahminin doğumdan sonra kasılmasını sağlayan oksitosin hormonunun yapımını uyar ve rahmin kısa sürede normal ölçü ve fonksiyonuna dönmesini sağlar. Bizim çalışmamızdaki annelerin de %46'sı bebeklerini doğumdan sonra ilk yarım saat içinde, %28'i ise ikinci yarım saat içinde emzirmiştir. 6 saatten sonra emziren anneler ise bunun nedenini bebeğinin kuvözde olması olarak göstermiştir. Çalışmamızdaki annelerin yaklaşık yarısının bebek için gerekli emzirme süresi ile ilgili yeterli bilgi sahibi oldukları gözlemlendi. Annelerin %52'sinin 18-24 ay, %24'ünün 24 aydan fazla, %13'ünün 12-18 ay, %11'inin ise 6-12 ay emzirmeyi düşündüğü öğrenildi. Annelerin eğitim durumları ile planlanan emzirme süresi arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki gözlemlendi. Eğitim durumu yüksek olan annelerin düşük olanlara göre daha uzun süre emzirmeyi planladıkları tespit edildi. Annelerin emzirme sürelerini değerlendirdiğimizde %3'ü 5 dakikadan az, %15'i 5 dakika, %43'ü 6-10 dakika, %22'si 11-15 dakika, %17'si 15 dakikadan fazla emzirmektedir. Annelerin emzirme deneyimi ile bebeklerini emzirme süreleri arasında pozitif bir ilişki saptanmıştır. Daha önceki çocuklarını emziren anneler bebeklerini daha uzun süre emzirmekte ve kendilerini emzirme konusunda daha yeterli hissetmektedirler. Bu da annelerin ilk çocuklarında daha tecrübesiz olduklarını ve emzirme eğitiminin özellik-

le ilk defa emzirecek olan anneler için ne derece önemli olduğunu gösterir. Annelere emzirmeyi bırakmak isteme nedenleri sorulduğunda bebeğinin 2 yaşını doldurmuş olması ve sütünün yeterli olduğu cevapları alındı. Annelerin %67'si bebeklerine anne sütü dışında ek gıda vermekte, %33'ü ise ek gıda vermemektedir. Akyüz ve ark.'larının (20) annelerin ek gıdalara geçiş sürelerini inceledikleri çalışmalarında annelerin %39.6'sının 4. ayda, %36.5'inin 4-6 ay arasında ek gıdalara geçtiklerini, %23.9'unun ise ek gıdaya erken ya da geç başladıkları gösterilmiştir. Katılımcı annelerin emzirme öncesi yaptıkları hazırlıkları sorguladığımızda %54'ü ellerini yıkadığını, %33'ü hazırlık yapmadığını, söyledi. Annelerin %13'ünün ise meme başlarını kaynatılıp soğutulmuş suyla yıkamak gibi yanlış uygulamalarda bulunduğu tespit edildi. Annelerin bir kısmının yaptığı bu yanlış uygulama nedenleri ise emzirme konusunda gerekli eğitimin yetersizliği ve çevresinden edindiği yanlış bilgi ve uygulamalardır.

Dinç ve ark.'larının (19) 6-18 ay arası bebeği olan annelerin emzirme ve anne sütüne ilişkin geleneksel uygulamalarını inceldiği çalışmalarında sütü artırdığına inanılan içecekler arasında %57.5 bitkisel çaylar, %38.2 süt, %37.7 meyve suyu, %22.2 lohusa şerbeti olduğu saptanmıştır. Bizim çalışmamızda ise sütlerini artırmak için annelerin %37'si sadece su ve sıvı gıdalar tüketmekte, %26'sı süt artırıcı çaylardan içmekte, %20'si protein ağırlıklı beslenmekte, %17'si ise beslenmelerinde herhangi bir değişiklik yapmamaktadırlar. Rezene çayı gibi bazı bitki çaylarının anne sütünü arttırdığı yönünde bilgiler olsa da bitki çayların anne sütüne ve bebek beslenmesine etkisi konusunda yeterli kanıt yoktur.

Çalışmamızda annelere emzirmeye hangi memeden başladıkları sorulduğunda %78'i hep aynı memeden başladıklarını, %28'i ise fark etmediği cevaplarını vermişlerdir. Şahin'in (15) yaptığı çalışmada ise annelerin %39.9'u emzirmeye hangi memeden başladığına dikkat etmediğini belirtmiştir. Annelerin hangi pozisyonda emzirdiğini araştırdığımızda %63'ü kucaklama, %28'i yan yatış, %9'u koltuk altı pozisyonda emzirdiği sonucuna ulaştık. Şahin'in (15) çalışmasında ise annelerin genel olarak yanlış pozisyonda emzirdiği saptanmıştır. Toplumumuzdaki yanlış emzirme tutumları düzeltilmeli ve anne gerekli eğitim verilerek bilinçlendirilmelidir.

Çalışmamızdaki annelerin %11'inin emzirme döneminde sigara alışkanlıkları devam etmektedir. Annelerin emzirme eğitimi almaları ile emzirme döneminde sigara kullanmaları arasında da istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmuştur. Emzirme eğitimi almayan anneler emzirme

eğitimi alan annelere göre emzirme döneminde daha fazla sigara tüketmektedirler.

Koçak ve ark.'larının (18) 2015 yılında Gebe Polikliniğine başvuran kadınların sigara içme konusunda bilgi, tutum ve davranışlarını değerlendirdiği çalışmada gebelerin sigara kullanma sıklığı %20.5 olarak tespit edilmiştir. Emziren annenin sigara kullanması sigaradan anneye geçen zararlı maddelerin süt yoluyla bebeğe de geçebilmekte, ayrıca sadece annenin içtiği sigara değil ortamdaki sigara dumanı da bebek için ciddi riskler oluşturmaktadır (33,34).

Annelerin emzirme pozisyonları ile emzirme süreleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki görülmedi ($p>0.05$). Emzirmeye başlanan meme seçimi ile emzirme süreleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki görülmedi.

Sonuç

Sonuç olarak, anne sütü ve emzirmenin öneminin kavranması, emzirme bilgisinin artırılması ve bu sayede bebeklerin sadece anne sütü ile beslenme süresinin artırılması için emzirmeye teşvik programlarının geliştirilmesi ve bu programların sadece anneye yönelik değil ailenin tüm fertlerini ve toplumu kapsayacak şekilde uygulanması gereklidir. Bu konuda sağlık kurumlarına da büyük görevler düşmektedir. Emzirme sürelerinin istenilen düzeyde olabilmesi için tüm sağlık kuruluşlarının "Bebek Dostu Hastaneler" uygulamasına göre hareket etmesi gerekir.

Kaynaklar

1. Köksal G, Gökmen H. Çocuk Hastalıklarında Beslenme Tedavisi. Ankara: Hatipoğlu, 2015: 31-59.
2. Coşkun T. Anne sütü ile beslenme. *Katki Pediatri Dergisi* 2003; 25: 2.
3. Gür E. Anne sütü ile beslenme. *Klinik Çocuk Forumu* 2006; 5: 35-37.
4. Tunçel E ve ark., Bir üniversite hastanesine başvuran 0-24 aylık çocukların anne sütü ile beslenme durumlarının saptanması. *C.Ü. Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi* 2006; 10: 1.
5. Neyzi O, Ertuğrul T. *Pediatri. Nobel Tıp Kitabevi: İstanbul* 2004: 183-98.
6. Yurdakök M. İnsan ve anne sütü: Doğa, kültür ve tarihi. *Katki Pediatri Dergisi* 1991; 12 (5-): 495-509.
7. WHO/UNICEF, Anne Sütü ile Beslenmede Danışmanlık Katalımcı Rehberi, Cenevre, 1994.
8. American Academy of Pediatrics. "Breastfeeding: A commentary in celebration of the international year of the child. *Pediatrics* 1978; 4: 591-601.
9. Devecioğlu Ö, Öneş SÜ, Ünivær E. *Pediatric Rutinler. İstanbul Medikal Yayıncılık*, 2006, 2: 101.
10. Bağ Ö, Yaprak I, Halicioğlu O, Parlak Ö, Harputluoğlu N. Annelerin anne sütü hakkındaki Bilgi düzeyi ve emzirmeyi etki-

leyen psikososyal faktörler: *Tepecik Eğitim ve Araştırma Hastanesi Dergisi*, 2004.

11. American Academy of Pediatrics. Work group on breastfeeding, breastfeeding and the use of human milk. *Pediatrics* 1997; 100: 1035-39.
12. Çiçek MN, Akyürek C, Çelik Ç, Haberal A, Kadın Hastalıkları ve Doğum Bilgisi. *Güneş Kitabevi*, 2006: 307.
13. Baysal A. *Beslenme*, Ankara, 2012: 478-82.
14. İ.Ü. İstanbul Tıp Fakültesi Temel ve Klinik Bilimler Ders Kitapları Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları. *Nobel Tıp Kitabevi: İstanbul*, 2003: 137.
15. Şahin G, Emziren Annelerin Emzirme İle İlgili Bilgi Uygulama Ve Davranışlarının Değerlendirilmesi, T.C. Sağlık Bakanlığı İstanbul Göztepe Eğitim ve Araştırma Hastanesi Aile Hekimliği Koordinatörlüğü, Yüksek Lisans Tezi, 2008, İstanbul (Danışman: Uzman Dr. Müferet Ergüven).
16. Sağlık Bakanlığı Hacettepe Üniversitesi Nüfus Etütleri Enstitüsü, Türkiye Nüfus Sağlık Araştırması, Ankara, 2013.
17. Parmar VR, Salaria M, Poddar B, Singh K, Ghotra H, Sucharu K. Knowledge, attitudes and practices (KAP) regarding breast feeding at Chandigarh. *Indian J Public Health* 2000; 44: 131-33.
18. Koçak ve ark., Bülent Ecevit Üniversitesi Hastanesi Gebe Polikliniğine Başvuran Kadınların Sigara İçme Konusunda Bilgi, Tutum ve Davranışları, Bülent Ecevit Üniversitesi Tıp Fakültesi, Halk Sağlığı Anabilim Dalı, Zonguldak, 2015.
19. Dinç A, Dombaz İ, Dinç D. 6-18 ay arası bebeği olan annelerin emzirme ve anne sütüne ilişkin geleneksel uygulamaları. *Balıkesir Sağlık Bilimleri Dergisi* 2015; 3: 129.
20. Akyüz A, Kaya T, Şenel N. Annenin emzirme davranışının ve Emzirmeyi etkileyen durumların belirlenmesi. *TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni* 2007; 6: 5.
21. Özalp İ. Anne sütü ve anne sütü ile beslenme. *Katki Pediatri Dergisi* 1992; 1: 37-52.
22. Curran JS, Barness LA. Nutrition. In: Behrman RE, Robert M. Kliegman RM, Jenson HB, eds. *Nelson Textbook of Pediatrics*, 16th ed. Philadelphia: WB Saunders Company, 2000: 138-88.
23. Lawrence RA, Breastfeeding. *Pediatrics in Review* 1989; 11: 163.
24. Ünsal H, Atlıhan F, Özkan H, Targan S, Hassoy H. Toplumda Anne sütü verme ve buna etki eden faktörler. *Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Dergisi* 2005; 48: 226-33.
25. Onan O, Yurdakök M. *Yenidoğan Bebeklerin Beslenmesi. Ankara: Güneş Kitabevi*, 1996.
26. American Academy of Pediatrics Committee on Pediatric AIDS. Human milk, breastfeeding and transmission of human immunodeficiency virus in the United States. *Pediatrics* 1995; 96: 977-79.
27. Kleinman RE, American Academy of Pediatrics. Formula feeding of preterm infants. *Pediatric Nutrition Handbook*, 4th ed. American Academy of Pediatrics: Elk Grove Village, III: 29.
28. Gibson RA, Makrides M, Neumann MA, et al, Ratios of linoleic acid to alpha-linolenic acid in formulas for term infants. *J Pediatr* 1994; 125: 48-55.
29. Brown KH, Perez F, Peerson JM, et al, Effect of dietary fiber on the severity, duration and nutritional outcome of acute, watery diarrhea in children. *Pediatrics* 1993; 92: 241-47.
30. World Health Organisation, *Global Strategy For Infant and Young Child Feeding*. Geneva, 2003.