





Araştırma Makalesi / Research Article

Annelerin Emzirmeye Yönelik Sosyal Medya Kullanım Durumları

 Tuğba DÜNDAR¹

 Sevgi ÖZSOY¹

Social Media Usage of Mothers for Breastfeeding

Özet

Amaç: Bu çalışmanın amacı; emzirme ile ilgili sosyal medyadan alınan desteğin kullanım nedenlerini ve emzirme üzerindeki sonuçlarını belirlemektir. **Yöntem:** Tanımlayıcı türdeki araştırmanın evrenini, Emzirme Sanatı/Emzirme Sorun ve Çözümleri Facebook sayfasına üye, 0-30 ay arasında bebeği olan anneler oluşturmuştur. Örnekleme 281 anne yer almıştır. Veriler, literatüre göre hazırlanan bir soru formu kullanılarak Şubat-Mart 2018 tarihleri arasında online anket yöntemiyle toplanmıştır. Araştırmadan elde edilen verilerin analizinde tanımlayıcı istatistikler (sayı, yüzde, aritmetik ortalama) kullanılmıştır. **Bulgular:** Katılımcıların ortalama 30.6±3.7 yaşında ve %70,1'inin üniversite mezunu olduğu, %54,8'inin çalıştığı saptanmıştır. Annelerin emzirme/anne sütü ile ilgili bilgi kaynağı olarak doğum öncesi ve doğum sonrası dönemde en çok sosyal medyayı (sırasıyla %60,5; %85,1) kullandığı tespit edilmiştir. Katılımcıların %86,5'inin emzirme sırasında sorun yaşadığı ve %63,3'ünün emzirme sorunlarının çözümlerini sosyal medyada aradığı saptanmıştır. Ayrıca annelerin %96,1'i emzirme gruplarının emzirmelerini olumlu etkilediğini, %91,1'i emzirme konusunda bilgilerinin arttığını ifade etmiştir. Araştırmaya katılan annelerin %58,7'sinin sosyal medyadaki gruplarda paylaşılan bilgilere tamamen güvendiği ve %87,5'inin gruplarda önerilen bilgiler deneyimleri yansıttığı için bu bilgilere güvendikleri belirlenmiştir. **Sonuç:** Bu çalışmada annelerin emzirme konusunda bilgi kaynağı olarak en çok sosyal medyayı kullandıkları ve sosyal medyada paylaşılan bilgilerin deneyimleri yansıtmaması nedeni ile kadınlar için güvenilir bir kaynak olduğu belirlenmiştir. Emzirme danışmanı hemşirelerin ve hastanelerin sosyal medya üzerinden on-line emzirme destek hizmeti sunmaları önerilebilir.

Anahtar Kelimeler: sosyal medya, emzirme, anne sütü, anne

Abstract

Objective: The aim of this study is to determine the reasons of use of social media support on breastfeeding and its results on breastfeeding. **Method:** Research is a descriptive study. The universe of the study consisted of mothers who had babies between 0-30 months and members of Art of Breastfeeding/Breastfeeding Problems and Solutions Facebook page. Two hundred and eighty one mothers were included in the sample. Data has been collected by questionnaire prepared according to literature between February-March 2018 with online survey method. Descriptive statistics (number, percentage, arithmetic mean) were used in the analysis of the data obtained from the study. **Results:** The mean age of the participants was 30.6 ± 3.7 years and 70.1% were university graduates and 54.8% were employed. It was found that mothers used social media as the source of information about breastfeeding/breastmilk both prenatal and postnatal period (respectively 60.5%; 85.1%). Of all the participants, 29,6% had difficulty in breastfeeding and 63.3% of them searched for solutions of breastfeeding problems on social media. Additionally, 96.1% of the mothers had expressed positive effects on the breastfeeding of the breastfeeding groups and 91.1% of them increased their knowledge about breastfeeding. Information shared in social media group in 58.7% of the mothers participating in the study was determined to trust completely. The most important reason for trusting this information (%87,5) had the information in the groups reflect the experiences. **Conclusion:** It was determined that mothers used social media mostly as a source of information about breastfeeding and that the information shared on social media is a reliable source for women by reason of experiences reflect. Breastfeeding counseling nurses/hospitals can be recommended to provide on-line breastfeeding support through social media.

Keywords: social media, breastfeeding, breastmilk, mother

Alındığı tarih/Received

Date:

29.09.2019

Kabul tarihi/Accepted

Date:

13.02.2020

Sorumlu yazar: Tuğba

DÜNDAR

e-mail:

tugbadndr@gmail.com

¹Aydın Adnan
Menderes Üniversitesi,
Hemşirelik Fakültesi,
Doğum-Kadın Sağlığı
ve Hastalıkları
Hemşireliği Anabilim
Dalı, Aydın, Türkiye

GİRİŞ

Anne sütü, tüm bebekler için uygun olan tek besindir. Anne sütü ile beslenme büyüme sağlar, alerjik hastalıklara yakalanma riskini azaltır, enfeksiyonlardan korur ve anne-bebek bağına güçlendirir. Bu nedenlerle her bebek ilk altı ay sadece anne sütü ile beslenmeli ve en az iki yaşına kadar da emzirmeye devam etmelidir (Seery, 2019; Newton, 2017; WHO ve Unicef, 2017). Emzirmenin uzun bir süre devam etmesi gerektiği bilinmesine rağmen, çoğu ülkede emzirme oranları ve süreleri yeterli düzeyde olmadığı bilinmektedir (UNICEF ve WHO, 2018). Yetersiz emzirmenin nedenlerinden biri annelerin yaşadıkları sorunlar karşısında emzirmeyi sürdürmede yeterince destek alamamalarıdır. Emzirmeye destek sağlanması konusunda aile, arkadaşlar, sağlık kuruluşları (Seery, 2019) ve profesyonelleri önemli kaynaklardır. Emzirmenin başarılı bir şekilde sürdürülebilmesi, annenin, sağlık profesyonellerinin ve destek gruplarının işbirliğini gerektirir (Newton, 2017). Son yıllarda teknolojinin giderek gelişmesi ve internetin her an herkesin ulaşabileceği bir konumda olması, web sitelerinin ve sosyal medya olarak tanımlanan facebook, instagram, bloglar gibi sanal platformların da emzirme konusunda bir destek grubu olmasına yol açmıştır. Sosyal medya sağlıkla ilgili konularda birçok bilgiyi barındırması nedeni ile bireyler tarafından bilgi almada kullanılan önemli bir kaynaktır. Sosyal medya platformları içerisinde yer alan gruplarda, bireyler birbirleri ile fikir, karar ve davranış düzeyinde etkileşimde bulunabilmektedir (Tosyalı ve Sütçü, 2016). Kadınların sosyal medya ve grupları kullanma nedenleri arasında ilk sırada bilgilerini paylaşabilmeleri ve başkalarının paylaşımlarına yorum yapabilmeleri yer almaktadır (Tağ Kalafatoğlu, 2015; Aktan ve Kayış, 2012).

Zaman içerisinde değişen iletişim araçlarının arasına internetin ve sosyal medya gruplarının girmesi kadınların annelikle ilgili düşüncelerini de değiştirmiştir. Değişen düşünceler yeni nesil annelik temasının ortaya çıkmasına ve yaşanan sorunların modern bir iletişim aracı olarak kabul edilen bloglar üzerinden çözümlenmesine yol açmıştır. Bloglar, yeni nesil annelere çocuk yetiştirme, emzirme gibi konularda daha çok üyeler tarafından benimsenen ve uygulanan paylaşımları sunar. Geleneksel annelikte herhangi bir sorun sırasında aile

büyüklerine danışılırken, yeni nesil annelikte sosyal medya grupları kurucuları ve üyelerinin fikirleri daha ön plandadır (Aktan ve Kayış, 2012).

Sosyal medya ve internet üzerine yapılan çalışmalara göre, anneler, emzirme, bebek bakımı, ebeveynlik, yenidoğan ve postpartum iyileşme gibi birçok konuda internet kaynaklarına başvurmaktadır (Baker ve Yang, 2018; Tomfohrde ve Reinke, 2016). Hatta kadınlar, bebeklerini emzirirken bile sosyal medyada gezinebilmekte ya da elektronik postalarını kontrol edebilmektedir (Tomfohrde ve Reinke, 2016). Bu durum internete istenilen her yerden her an ulaşılabilirliğini ve bilgiye erişimin kolaylığını göstermektedir. Çalışmalara göre, anneler interneti hem bilgi hem de sosyal destek kaynağı olarak görmektedir. Çünkü sosyal medyada yer alan gruplardan hem kendilerine destek sağlamakta hem de yaptıkları yorumlarla başkalarına destek olabilmektedirler (Baker ve Yang, 2018; Tağ Kalafatoğlu, 2015).

Ülkemizde yapılan bazı araştırmalar kadınların sağlıkla ilgili pek çok konuda bilgi edinmek için web sayfalarına ya da sosyal medyaya başvurduğunu göstermektedir (Görkemli, 2017; Tuna Oran vd., 2017; Fener ve Çimen, 2016). Ancak annelerin emzirme konusunda sosyal medya kullanımına ilişkin araştırmalar sınırlıdır (Gazali Demirtaş ve Çelik, 2017). Bu çalışmanın amacı; emzirme ile ilgili sosyal medyadan alınan desteğin kullanım nedenlerini ve emzirme üzerindeki sonuçlarını belirlemektir.

MATERYAL VE YÖNTEM

Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

Araştırma, tanımlayıcı türdedir. Araştırmanın evrenini, Emzirme Sanatı/Emzirme Sorun ve Çözümleri Facebook sayfasına üye, 0-30 ay arasında bebeği olan anneler oluşturdu. Literatürde (Gazali Demirtaş & Çelik, 2017) yer alan emziren annelerin sosyal medyayı kullanma prevalansından (%61,4) yararlanılarak, evreni bilinmeyen örnekleme yöntemi ile örnekleme en az 258 annenin yer alması planlandı ($p=0,614$, $q=0,386$, $t=1,96$, $d=0,90$). Çalışmaya toplam 331 anne katılım sağladı. Ancak bunlardan 50 tanesinin çocuğu 30 aydan büyük olduğu için örneklemden çıkarıldı. Araştırma 281 anne ile tamamlandı.

Veri Toplama Aracı ve Verilerin Toplanması

Araştırmacılar tarafından oluşturulan, annelerin demografik bilgilerinin ve emzirme sorunları/bilgisine yönelik düşünce/paylaşımların sorgulandığı soru formu Google anket olarak sanal ortamda düzenlendi. Oluşturulan anket formu, araştırmacının yürütüldüğü grup yöneticilerinden internet ortamında izin alındıktan sonra grupta paylaşıldı. Veriler, Şubat-Mart 2018 tarihleri arasında on-line anket yöntemiyle toplandı.

Verilerin Değerlendirilmesi

Araştırmadan elde edilen veriler bilgisayar ortamında Statistical Package for Social Science (SPSS) 22.0 paket programı ile analiz edildi. Analizlerde tanımlayıcı istatistikler (sayı, yüzde, aritmetik ortalama) kullanıldı.

Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırma, sadece Facebook'ta yer alan bir gruba üye olan annelerle yapılmıştır. Bu nedenle araştırmadan elde edilen sonuçlar sadece bu örneklem grubundaki bireylerle sınırlıdır ve topluma genellenemez. Çalışmanın bir sosyal medya grubuna üye annelerle yapılmış olması katılımcıların sorulara verdikleri yanıtlarda yanlılığa neden olmuş olabilir. Araştırmadan elde edilen veriler katılımcıların beyanlarına göre

değerlendirildiği için analizler kişilerin beyanları ile sınırlıdır.

BULGULAR

Araştırmaya katılan annelerin sosyo-demografik özellikleri incelendiğinde, ortalama 30,6±3,7 yaşında (min:22, max:42) ve %70,1'inin üniversite mezunu olduğu, %54,8'inin çalıştığı saptandı. Annelerin %73,7'sinin ilk çocuğu ve çocukların %40,9'unun altı aydan küçük yaşta olduğu (n=115), verilerin toplandığı tarihte bebeklerin %76,5'nin sadece anne sütü ile beslendiği belirlendi (Tablo 1).

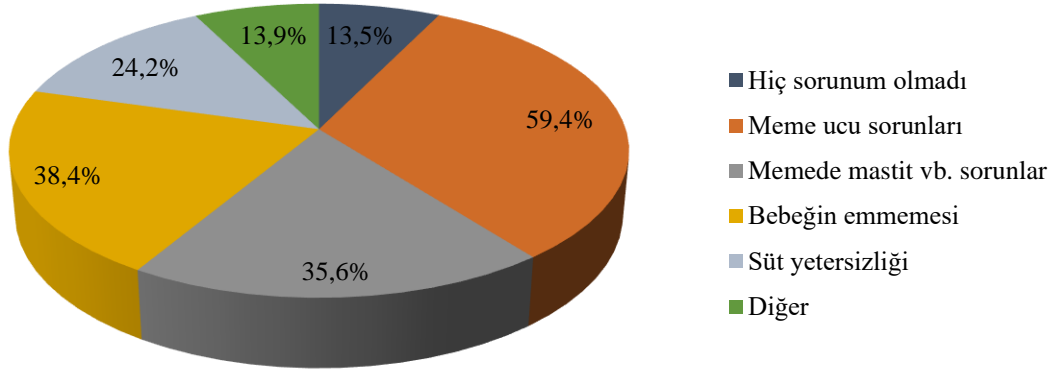
Annelerin gebelikleri sırasında emzirme/anne sütü ile ilgili bilgi kaynaklarının neler olduğu irdelendiğinde; %19,6'sının herhangi bir bilgi almadığı saptandı. Bilgi alan kadınların sırasıyla en çok (%60,5) sosyal medya, web siteleri (%27,4) ve ailelerini (%23,1) bilgi kaynağı olarak kullandığı belirlendi. Doğum sonrası dönemde ise annelerin %97,2'sinin emzirme konusunda bilgi aldığı, en çok kullandıkları bilgi kaynaklarının sırasıyla sosyal medya (%85,1), hemşire veya ebe (%49,5) ve web siteleri (%33,5) olduğu belirlendi (Tablo 1).

Tablo 1. Katılımcıların gebelik ve doğum sonrası dönemdeki bilgi kaynakları (N=281)

	n	%
Gebelikte emzirme/anne sütü ile ilgili bilgi alınan yer*		
Sosyal medya	170	60,5
Web sitesi	77	27,4
Aile	65	23,1
Hemşire veya ebe	60	21,4
Bilgi almadım	55	19,6
Kitap	55	19,6
Arkadaş	44	15,7
Doğum öncesi eğitim sınıfı	26	9,2
Hekim	20	7,1
Doğum sonrası emzirme/anne sütü ile ilgili bilgi alınan yer*		
Sosyal medya	239	85,1
Hemşire veya ebe	139	49,5
Web sitesi	94	33,5
Aile	89	31,7
Emzirme danışmanı	60	21,4
Hekim	51	18,1
Arkadaş	47	16,7
Bilgi almadım	8	2,8

*Birden fazla seçenek işaretlenmiştir. Yüzdeler "n" üzerinden hesaplanmıştır.

Emzirme sorunları*



*Birden fazla seçenek işaretlenmiştir. Yüzdeler “n” üzerinden hesaplanmıştır.

Grafik 1: Katılımcıların emzirme sırasında karşılaştıkları sorunlar

Araştırmaya katılan annelerin %86,5’inin emzirme sırasında sorun yaşadıkları ve en çok (%59,4) meme ucu sorunları ile karşılaştıkları saptandı (Grafik 1). Annelerin, emzirme sorunlarının çözümleri için birden fazla kaynağa başvurduğu, %63,3’ünün emzirme sorunlarına

yönelik çözümleri sosyal medyada aradığı, %33,1’inin hekime, %26’sının arkadaşlarına, %26’sının da hemşire veya ebeye danıştığı belirlendi. Emzirme sorunları ile ilgili en çok güvendikleri kaynak sorulduğunda anneler sosyal medya (%59,5) olduğunu ifade etti. Sosyal medyayı sırasıyla hekim (%19,4) ve hemşire veya ebelerin (%9,5) takip ettiği belirlendi (Tablo 2).

Tablo 2. Katılımcıların emzirme sorunlarına yönelik çözüm yaklaşımları (N=281)

	n	%
Emzirme sorununun çözümü için başvuru kaynakları*		
Sosyal medya	178	63,3
Hekim	93	33,1
Arkadaş	73	26,0
Hemşire veya ebe	73	26,0
Web sitesi	64	22,8
Aile	62	22,1
Hiçbir yere başvurmadım	13	4,6
Emzirme danışmanı	4	3,6
Emzirme sorununun çözümü için en çok başvuru kaynağı † (n=241)		
Sosyal medya	175	72,6
Hekim	23	9,5
Web sitesi	13	5,4
Hemşire veya ebe	12	5
Aile	10	4,1
Arkadaş	6	2,5
Diğer	2	0,8
Emzirme sorunu çözümü için önerilerine en çok güvenilen kaynak † (n=242)		
Sosyal medya	144	59,5
Hekim	47	19,4
Hemşire veya ebe	23	9,5
Aile	12	5
Web sitesi	9	3,8
Diğer	5	2,0
Arkadaş	2	0,8

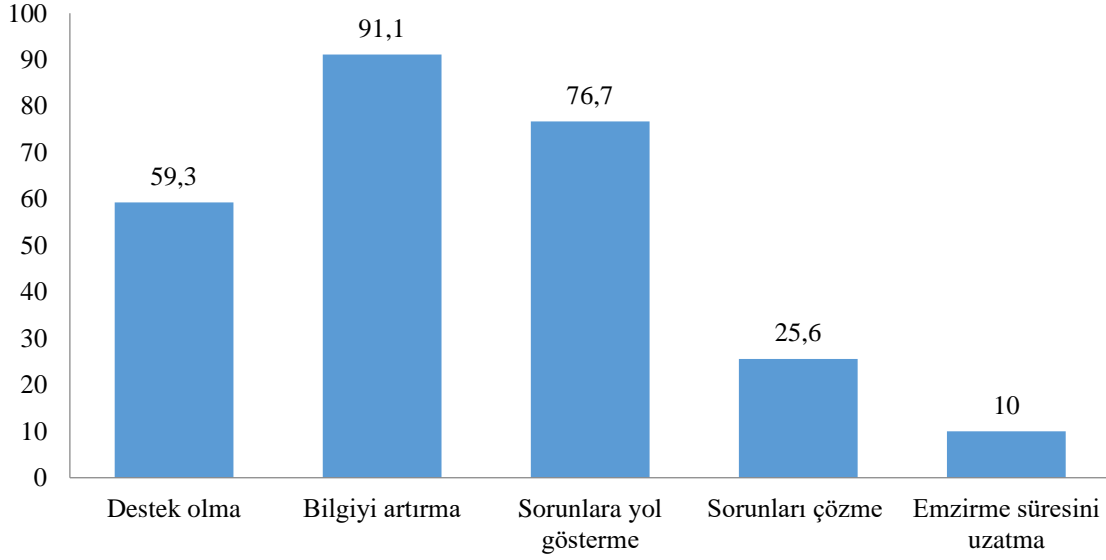
*Birden fazla seçenek işaretlenmiştir. Yüzdeler "n" üzerinden hesaplanmıştır.

† 40 kişi bu soruya yanıt vermemiştir.

Araştırmada yer alan annelerin sosyal medya kullanım durumları sorgulandığında, %80,8'inin sosyal medyayı her gün ziyaret ettiği (%16 haftada birkaç kez, %2,5 ayda birkaç kez, %0,7 daha seyrek) belirlendi. Ayrıca katılımcıların %70,5'i üye oldukları grupta paylaşım yaptığını ve %70,8'i de paylaşımlara yorum yaptığını ifade etti. Sosyal medyada yer alan emzirme gruplarının emzirmelerini olumlu etkilediğini söyleyen annelerin oranı %96,1 iken, emzirmelerinin etkilenmediğini söyleyenler %3,6, olumsuz etkilendiğini belirtenler ise %0,4 idi.

Annelere sosyal medya gruplarının emzirmelerine sağladığı yararlar sorulduğunda; en çok verdikleri yanıt emzirme konusunda bilgilerinin arttığı (%91,1) ve emzirme sorunlarının çözümü için yol gösterdiği %76,7 oldu (Grafik 2). Annelerin çok azı (n=12) grupların emzirmelerine zararı olduğunu belirterek, en çok emzirme ve sorunların çözümü konusunda yanlış yönlendirildiklerini (%66,7) ifade ettiler.

Sosyal medya gruplarının emzirmeye yararları*



*Birden fazla seçenek işaretlenmiştir. Yüzdeler "n" üzerinden hesaplanmıştır.

Grafik 2: Sosyal medyanın emzirmeye sağladığı yararlar

Araştırmaya katılan annelerin %58,7'sinin sosyal medyadaki gruplarda paylaşılan bilgilere tamamen, %40,6'sının ise kısmen güvendiği saptandı. Gruplarda önerilen bilgilerin deneyimleri yansıtması (%87,5) paylaşılan bilgilere en sık güvenme nedeni olarak

belirtili. Bilgilere güvenme nedenleri arasında ikinci sırada %17,9 ile gruplara üye sayısının fazla olması yer almaktaydı. Annelerin sosyal medya gruplarından sırasıyla en çok emzirme sorunlarına yaklaşım (%81,1), anne sütünün yararları (%50,2) ve emzirmenin oluşumu (%42,3) ile ilgili bilgi aldıkları saptandı (Tablo 3).

Tablo 3. Katılımcıların sosyal medya grupları ile ilgili görüşleri (N=281)

	n	%
Gruplarda paylaşılan bilgilere güvenme		
Evet	165	58,7
Kısmen	114	40,6
Hayır	2	0,7
Gruplarda paylaşılan bilgilere güvenme nedenleri* (n=279)		
Önerilen bilgilerin deneyimleri yansıtması	244	87,5
Gruplara üye sayısının fazla olması	50	17,9
Grup yöneticilerinin emzirme danışmanı/bilgisi olması	23	8,2
Arkadaşlarının grubu tavsiye etmesi	16	5,7
Grup üyeleri arasında emzirme danışmanlarının olması	15	5,4
Bilgilerin bilimsel olması	10	3,6
Gruplarda en çok bilgi alınan konular†		
Emzirme sorunlarına yaklaşım	228	81,1
Anne sütünün yararları	141	50,2
Emzirmenin oluşumu	119	42,3
Sütün yettiğini anlama yolları	79	28,1
İşe başlama/süt sağma/saklama	64	22,8
Süt artırmak için yapılabilecekler	55	19,6
Bebegi memeden kesme	3	1,1

*Birden fazla seçenek işaretlenmiştir. Yüzdeler "n" üzerinden hesaplanmıştır.

TARTIŞMA

Bu araştırma, emzirme ile ilgili sosyal medyadan alınan desteğin kullanım nedenlerini ve emzirme üzerindeki sonuçlarını belirlemek amacı ile tanımlayıcı tipte yürütüldü. Araştırmanın sonunda, annelerin büyük bir kısmının hem doğum öncesi hem de doğum sonrası dönemde emzirme ile ilgili bilgi aldıkları, bu bilgiyi daha çok sosyal medyadan edindikleri, her beş anneden dördünün emzirme sırasında sorun yaşadığı, emzirme sorunlarının çözümünde en çok sosyal medya ve hekimleri tercih ettikleri saptandı. Annelerin neredeyse tamamı sosyal medyada yer alan emzirme gruplarının emzirmelerini olumlu yönde etkilediğini, bilgilerini artırdığını ve emzirme sorunlarının çözümünde yardımcı olduğunu düşünmekteydi. Ayrıca her iki anneden birinin sosyal medyada paylaşılan bilgilere tamamen güvendiği, en sık güven duyma nedeninin önerilen bilgilerin deneyimleri yansıtması olduğu belirlendi.

Annelerin doğum öncesi ve sonrası dönemdeki bilgi kaynaklarına bakıldığında; annelerin ilk sıradaki bilgi kaynağının hemşire ya da ebe olması beklenen bir durumdur. Çünkü hemşire ya da ebelerin hem antenatal hem de postnatal dönemde gebelere/annelere vermesi gereken zorunlu eğitimlerden biri de emzirme eğitimidir. Ancak araştırmamızda, sosyal medya her iki dönemde de ilk sıradaki bilgi kaynağı idi. Ayrıca doğum sonrası dönemde sosyal medyanın doğum öncesi döneme göre daha fazla kullanıldığı görüldü. Hemşire ya da ebeler ise, doğum öncesi dönemde annelerin yaklaşık beşte birinin bilgi kaynağı olurken, doğum sonrası dönemde daha fazla tercih edildiği saptandı. Literatürde yer alan çalışmalara bakıldığında sosyal medyanın doğum öncesi ve doğum sonrası dönemde sık tercih edilen bilgi kaynakları arasında yer aldığı görülmektedir (Alianmoghaddam, Phibbs ve Benn, 2019; Gazali Demirtaş ve Çelik, 2017; Asiodu et al., 2015; Ünsür Kabakoğlu vd., 2014). Bulgumuz son yıllarda yapılan diğer araştırma sonuçlarına benzerdir. Araştırmalar, yakın geçmişte kadınların, gebeliklerinde ya da doğumdan sonra öncelikle sağlık personeli ya da aile gibi başka kaynakları bilgilendirme için başvururken (Pirdal vd., 2016; Yenil vd., 2010), günümüzde pek çok konuda olduğu gibi sosyal medya ve web sayfalarının annelerin en önemli bilgi kaynaklarından biri haline geldiğini göstermektedir.

Araştırmaya katılan her on anneden dokuzunun emzirme sırasında sorun yaşadığı ve yarıdan fazlasının meme ucu sorunları ile karşılaştıkları saptandı. Gerek ülkemizde gerekse yurt dışında yapılan çalışmalarda meme ucu sorunları emziren annelerin en sık karşılaştığı ilk üç sorun arasında yer almaktadır (Karaçam ve Sağlık, 2018; Zangmo et al., 2018; Şahin vd., 2013; Vatsa ve Agarwal, 2011). Bulgumuz literatüre benzerdir. Gebelik sırasında emzirme ile ilgili bilgilendirme yapılsa da bebeğin memeye doğru yerleştirilmesi ve doğru emzirmenin sağlanabilmesi için doğum sonrası dönem önemlidir. Meme ucu sorunları sıklıkla bebeğin memeye hatalı yerleşmesi sonucu görülür. Memeye yerleşme ve doğru emzirme konusunda destek alınması gereken en önemli kaynak ebe ve hemşirelerdir. Araştırmamızda emzirme sorunları için ilk sırada başvuru kaynakları arasında ebe veya hemşirelerin yer almaması meme ucu sorunlarının daha fazla görülmesine neden olmuş olabilir.

Katılımcıların yarıdan fazlasının emzirme sorunlarına yönelik çözümleri sosyal medyada aradığı, yaklaşık her 10 anneden ancak üçünün hekime, arkadaşına, hemşire veya ebeye danıştığı belirlendi. Sosyal medya sadece emzirme sorunlarının çözümü için başvuru bir kaynak olmaktan daha ötedir. Bireyler bu platformda hastalıklar, tedaviler, beslenme ve obezite gibi konularda da bilgi alış-verişi yapmaktadır (Tosyalı ve Sütçü, 2016; Şener ve Samur, 2013). Bu nedenle emzirme ile ilgili sorunlarda da sosyal medyanın sık kullanılması normal karşılanabilecek bir durumdur. Emzirme sırasında karşılaşılan sorunlarda en sık sosyal medyaya başvurulmasının nedenleri, her hastanede emzirme konusunda uzman ve deneyimli bir hemşirenin bulunmaması ya da emzirme hemşirelerine her istendiğinde ulaşılamaması, antenatalden başlayarak hemşire ya da ebelerin annelere emzirme konusunda yeterince bilgi aktarmaması ve sosyal medya gruplarında yazılan sorunlara kısa sürede çözüm yolları bulunması olabilir.

Emzirmeye ait sorunlar için birden fazla kaynağa başvurabilen anneler en çok güvendikleri kaynak sorulduğunda sosyal medya olduğunu ifade etti. Sosyal medyayı sırasıyla hekim ve hemşire veya ebelerin takip ettiği belirlendi. Adölesan annelerle yapılan bir çalışmada annelerin en güvendikleri kaynakları arasında ilk sırayı internet almıştır (Logsdon et al., 2014). Kadınlar sadece emzirme konusunda değil,

antenatal testler konusunda da medyadan aldıkları bilgilere güvenebilmektedir (Desdicioğlu vd., 2017). Ayrıca internetten elde ettikleri bilgileri sağlık profesyonelleri ile paylaşmamakta ve hatta sağlık profesyoneli tarafından söylenenlerle ilgili internette tekrar daha fazla bilgi aramaktadır (Gao et al., 2013). Sosyal medya, anneler deneyimlerini paylaştığı için güven oluşturan ve emzirme sorunlarını çözmeleri için destekleyici bir sistemdir (Marcon, Bieber ve Azad, 2019). Bu nedenle kadınların birçok konuda olduğu gibi emzirme konusunda da sosyal medyaya güvenmeleri normal bir bulgudur. Katılımcıların sosyal medyayı güvenilir bir kaynak olarak bulmasının nedeni paylaşımlara veya sorunlarına yapılan yorumların deneyimleri yansıttığı olması olabilir.

Araştırmadaki her dört kadından birinin sosyal medyayı her gün ziyaret ettiği, dörtte üçünün gruplarda paylaşım yaptığı ve başkalarının paylaşımlarına yorum yaptığı belirlendi. literatüre bakıldığında annelerin sosyal medyayı günlük ya da haftalık ziyaret ettiği görülmektedir (Asiodu et al., 2015; Bartholomew et al., 2013; McDaniel, Coyne ve Holmes, 2012). Sosyal medya günümüzde yaşı kaç olursa olsun herkes tarafından gerek kişisel paylaşımlar gerekse sorunlarına çözüm bulabilmek için sık kullanılan bir kaynaktır. Ayrıca neredeyse her evde internet ve cep telefonunun olması kişilerin sosyal medyaya ulaşmalarını oldukça kolay hale getirmektedir. Annelerin emzirme ile ilgili gruplarda sorunlarını paylaşmak istemeleri ve diğer annelerin yaşadıkları sorunlara kendi deneyimlerini yansıtarak çözüm konusunda destek olmak istemeleri sosyal medyanın kullanım sıklığını artırmış olabilir.

Katılımcıların neredeyse tamamının, sosyal medya gruplarının emzirmelerini olumlu etkilediği belirlenmiştir. Annelerin yine neredeyse tamamının, sosyal medya grupları sayesinde emzirme konusunda bilgilerinin arttığı saptanmıştır. Bunun yanı sıra katılımcıların yaklaşık dörtte üçü emzirme sorunlarına yol gösterdiğini belirtmiştir. Ülkemizde emziren annelerin yaklaşık %95'inin sosyal medyanın emzirmelerini olumlu etkilediği saptanmıştır (Gazali Demirtaş ve Çelik, 2017). Benzer sorunları yaşamış kişilerin deneyimlerinin bir başka kişinin sorunlarının çözümünde önemli yeri vardır. Bu nedenle bir annenin, diğer annelerin deneyimlerine başvurması beklenen bir durumdur. Ancak unutulmamalıdır ki annelerin kendi deneyimleri tek örnektir. Oysa sağlık personeli

birçok anneyi gördüğü için çok daha fazla deneyime sahiptir. Bu durumun annelere hem gebelikte hem de doğumdan sonra fark ettirilmesi, sorun yaşaması durumunda doğru kaynağa ulaşmasını sağlayacaktır. Sosyal medya gruplarında bireysel deneyimlerin paylaşılması ve emziren annelerin birbirlerine destek olabilmesi kolay gibi görünmektedir. Emzirme sorunlarına annelerin gruplar üzerinden birden farklı çözüm yollarına ulaşmaları da emzirmelerini olumlu yönde etkilemiş olabilir.

Araştırmaya katılan annelerin neredeyse tamamının sosyal medyadaki gruplarda paylaşılan bilgilere tamamen veya kısmen güvendiği saptanmıştır. Ülkemizde emziren annelerin sosyal medyaya güvenme oranları yapılan bir çalışmada benzer olarak saptanmıştır (Gazali Demirtaş ve Çelik, 2017). Katılımcıların dörtte üçünden fazlası gruplarda önerilen bilgilerin deneyimleri yansıttığı nedeni ile paylaşılan bilgilere güvendiklerini belirtmiştir. Gebe kadınlarla yapılan bir çalışmada bebekleri için ürün satın alırken sosyal medyadaki bilgilere güvendikleri ve üründen memnun kalırlarsa diğer annelere tavsiye ettikleri belirtilmiştir (Kadioğlu Tor ve Şahin, 2017). Bir diğer çalışmada da gebe kadınların internetteki ve bloglardaki bilgilere büyük bir oranda inandıklarını, herkesin başına geleni aktarması nedeni ile bu bilgilere inandıkları belirtilmiştir. Blogları ve interneti sık kullanma nedenlerinden biri olarak istedikleri bilgiye hemen ulaşabilmeleri ve sağlık çalışanlarına ulaşmanın zor olduğunu dile getirmişler (Hadımlı, Demirelöz Akyüz ve Tuna Oran, 2018). Sağlıkla ilgili konularda verilen tavsiyeler bireyler için önemlidir (Tosyalı ve Sütçü, 2016). Sosyal medya gruplarında paylaşılan tavsiyeler başka anneler tarafından daha önce deneyimlenmiş ya da emzirme ile ilgili güvenilir kaynakların bilgileridir. Bu nedenle anneler buralarda yapılan yorumlara ve paylaşılan bilgilere daha fazla güveniyor olabilir.

Araştırmaya dahil edilen annelerin ortalama yaşının 30 olduğu düşünüldüğünde büyük bir kısmı “Y” kuşağı annesi olarak görünmektedir. İnternetle birlikte büyümüş olmaları bu kuşağın özellikleri arasında yer alır. Bu nesil, sosyal medyayı uzun süreli ve fazla kullanmakta, internette ve sosyal platformlarda araştırma yapmakta, yaptıkları alışverişlerde yorumlara dikkat etmekte ve deneyimleri önemsemektedirler (Sarıtış ve Barutçu, 2016; Kuyucu, 2014). Araştırma sonuçlarımız bu neslin

özelliklerine uygun davranış gösterdiklerini göstermektedir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Çalışmada annelerin büyük bir kısmının prenatal ve postnatal dönemde emzirme ile ilgili bilgi aldıkları, bilgi kaynağı olarak en çok sosyal medyayı kullandıkları, annelerin yarısından fazlasının emzirme sırasında sorun yaşadığı, bu sorunların çözümünde en çok sosyal medya ve hekimleri tercih ettikleri saptandı. Annelerin neredeyse tamamı sosyal medyada yer alan emzirme gruplarının emzirmelerini olumlu yönde etkilediğini, bilgilerini artırdığını ve emzirme sorunlarının çözümünde yardımcı olduğunu belirtti. Ayrıca annelerin yaklaşık yarısının sosyal medyada paylaşılan bilgilere tamamen güvendiği, en sık güven duyma nedeninin önerilen bilgilerin deneyimleri yansıtması olduğu belirlendi.

Sosyal medya, sağlıkla ilgili birçok konuda olduğu gibi emzirmede de lider bir bilgi ve

destek kaynağıdır (Mccann ve Mcculloch, 2012). Teknoloji ve internet çağı olarak düşünebileceğimiz yirmi birinci yüzyılda sosyal medya emzirme ile ilgili bilgi gereksiniminin giderilebileceği ve emzirme sorunlarının farklı çözüm yollarının sunulabileceği bir platformdur. Bu nedenle hastanelerin internet sitelerinde emzirme ile ilgili konulara yer vermeleri, sadece internet siteleri değil sosyal medyada da yerlerini almaları gerekmektedir. Bu teknolojiye ayak uydurarak emzirme danışmanlarının doğrudan annelere ulaşabilmek gibi bir fırsatları vardır (Mccann ve Mcculloch, 2012). Emzirme danışmanlığı yapan hemşirelerin de sosyal medya hesaplarından annelere destek olmaları ve doğru bilgiye ulaşmalarına yardımcı olmaları, emzirme danışmanlarının sayılarının artırılarak, hastanelerin emzirme ile ilgili hazırlayacağı aktif sayfaların sürekli olarak güncellenmesi, on-line emzirme destek hizmetinin sunulması, soruların yanıtlanması önerilebilir.

KAYNAKLAR

- Aktan, E., Kayış, H. 2012. Sosyal medya ve değişim: bloglar aracılığıyla anneliğin evrimi üzerine netnografik bir analiz. *AJITE*;9(32): 39–54.
- Alianmoghaddam, N., Phibbs, S., Benn, C. 2019. “ I did a lot of Googling ” : A qualitative study of exclusive breastfeeding support through social media. *Women and Birth*; 32(2): 147–156.
- Asiodu, I., Waters, C. M., Dailey, D. E., Lee, K. A., Lyndon, A. 2015. Breastfeeding and use of social media among first-time African American mothers. *JOGNN*; 44(2): 268–278.
- Baker, B., Yang, I. 2018. Social media as social support in pregnancy and the postpartum. *Sexual & Reproductive Healthcare*; 17(May): 31–34.
- Bartholomew, M. K., Schoppe-sullivan, S. J., Glassman, M., Kamp, C. M., Sullivan, J. M. 2013. New parents’ Facebook use at the transition to parenthood. *Family Relations*; 61(3): 455–469.
- Desdicioğlu, R., Yıldırım, M., Süleymanova, İ., Atalay, İ., Özcan, M., Yavuz, A. F. 2017. Gebe kadınların antenatal testlere yaklaşımını etkileyen faktörler. *Ankara Med J*;17(1): 57–64.
- Fener, E., Çimen, M. 2016. Hastane ve hekim tercihinde sosyal medyanın etkisine yönelik bir araştırma. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*; 9(47): 836–846.
- Gao, L., Associate, R. N., Larsson, M., Associate, R. N. M., Luo, S., Senior, R. M. 2013. Internet use by Chinese women seeking pregnancy-related information. *Midwifery*; 29(7): 730–735.
- Gazali Demirtaş, Z., Çelik, R. 2017. Emziren annelerin emzirme bilgilerinin kaynaklarının incelenmesi: Instagram örneği. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*; 22: (389–403).
- Görkemli, N. 2017. Sağlık iletişimde internet kullanımı üzerine bir araştırma. *The Turkish Online Journal of Design*; 7(1): 122–138.
- Hadımlı, A., Demirelöz Akyüz, M., Tuna Oran, N. 2018. Gebelerin interneti kullanma sıklıkları ve nedenleri. *E-Journal of New World Sciences Academy*; 13(3): 32–43.
- Kadıoğlu Tor, C., Şahin, A. 2017. Hamile kadınların sosyal medya kullanımı ve satın alma kararları ilişkisi:Mersin’de bir araştırma. *Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*; 22(4): 981–991.
- Karaçam, Z., Sağlık, M. 2018. Emzirme sorunları ve sorunlara ilişkin yapılan girişimler: Türkiye’de yapılan çalışmalara dayalı bir sistematik derleme. *Türk Pediatri Ars*; 53(3): 134–148.
- Kuyucu, M. 2014. Y kuşağı ve Facebook : Y kuşağının Facebook kullanımı. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*; 13(49): 55–83.
- Marcon, A. R., Bieber, M., Azad, M. B. 2019. Protecting, promoting, and supporting breastfeeding on Instagram. *Maternal and Child Nutrition*; 15(1): 1–12.
- Mccann, A. D., Mcculloch, J. E. 2012. Establishing an online and social media presence for your IBCLC practice. *Journal of Human Lactation*; 28(4): 450–454.
- McDaniel, B. T., Coyne, S. M., Holmes, E. K. 2012. New mothers and media use: Associations between blogging, social networking, and maternal well-being. *Maternal and Child Health Journal*; 16(7): 1509–1517.
- Newton, E. 2017. Lactation and Breastfeeding. *Obstetrics: Normal and Problem Pregnancies*, Eds.S. G. Gabbe, J. R. Niebyl, J. L. Simpson, M. B. Landon, H. L. Galan, E. R. M. Jauniaux, W. A. Grobman. Seventh Edition, pp. 517–548, Elsevier Inc.
- Pirdal, H., Yalçın, B. M., Ünal, M. 2016. Gebelerin gebelik izlemleri, gebelikleri ile ilgili bilgi düzeyleri ve etkileyen faktörler. *Türkiye Aile Hekimliği Dergisi*; 20(1): 7–15.
- Sarıtaş, E., Barutçu, S. 2016. Tüketici davranışlarının analizinde kuşaklar: sosyal medya kullanımı üzerinde bir araştırma. *PJESS*; 3(2): 1–15.
- Seery, A. 2019. Normal Infant Feeding. *Current Therapy 2019*, Eds R. D. Kellerman & D. P. Rakel, pp. 1213–1220, Philadelphia: Elsevier Inc.

- Şahin, H., Yılmaz, M., Aykut, M., Balcı, E., Sağıroğlu, M., Öztürk, A. 2013. Kayseri’ de iki toplum sağlığı merkezine başvuran annelerde emzirme sorunları ve risk etmenleri. *Türk Ped Arş*; 48: 145–151.
- Şener, E., Samur, M. 2013. Sağlığı geliştirici bir unsur olarak sosyal medya: Facebookta sağlık. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*; 2(4):508–523.
- Tağ Kalafatoğlu, Ş. 2015. Kadın Katılımcıların Sanal Topluluklardaki Deneyimleri:Çevrim İçi Bir Hamilelik Topluluğu. *Global Media Journal*; 6(11): 385–414.
- Tomfohrde, O. J., Reinke, J. S. 2016. Breastfeeding mothers’ use of technology while breastfeeding. *Computers in Human Behavior*; 64: 556–561.
- Tosyalı, H., Sütçü, C. 2016. Sağlık iletişimde sosyal medya kullanımının bireyler üzerindeki etkisi. *Maltepe Üniversitesi İletişim Fakültesi Dergisi*; 3(2): 3–22.
- Tuna Oran, N., Toz, H., Küçük, T., Uçar, V. 2017. Medyanın kadınların beslenme alışkanlıkları, besin seçimi ve tüketimi üzerindeki etkileri. *Life Sciences (NWSALS)*; 12(1): 1–13.
- UNICEF, WHO. 2018. Global breastfeeding collective. global breastfeeding scorecard, 2018: enabling women to breastfeed through better policies and call to action priorities;(3):1–4.
- Ünsür Kabakoğlu, E., Gündoğan Demir, B., Ünsür, M. T., Okan, F. F. 2014. Emziren annelerin emzirme ile ilgili bilgi ve tutumlarının değerlendirilmesi. *Euras J Fam Med*; 3(1): 33–40.
- Vatsa, M., Agarwal, R. 2011. Breastfeeding problems during first three postnatal days. *Pediatric Research*; 70: 824.
- WHO, UNICEF. 2017. [Online] Tracking Progress for Breastfeeding Policies and Programmes.
Available at:
<http://www.who.int/nutrition/publications/infantfeeding/global-bf-scorecard-2017.pdf?ua=1> (05.04.2019)
- Yenal, K., Okumuş, H., Sevil, Ü. 2010. Web ortamında interaktif-antenatal danışmanlık ile gebeliğe ilişkin bilgi gereksinimlerinin incelenmesi. *DEUHYO ED*; 3(1): 9–14.
- Zangmo, K., Wangmo, D., Tobgay, T., Gurung, M. S. 2018. Breastfeeding problems : an analysis of secondary data from lactation management unit at the national referral hospital in Bhutan from 2014 to 2016. *Bhutan Health Journal*; 4(1): 8–12.