

Original Article / Araştırma Makalesi

**KİNEZYO BANT UYGULAMASININ ANNELERDE SIRT AĞRISI, EMZİRME
BAŞARISI VE EMZİRME ÖZ YETERLİLİK DÜZEYİNE ETKİSİ: BİR
RANDOMİZE KONTROLLÜ ÇALIŞMA PROTOKOLÜ**

**The Effect of Kinesio Tape Application on Back Pain, Breastfeeding Success and
Breastfeeding Self-Efficacy Levels in Mothers: A Protocol of Randomized Controlled
Trial**

Bayram Sönmez ÜNÜVAR¹  Hilal KURT SEZER² 
Merve AŞKIN CERAN³  Merve ARI³  Sibel KÜÇÜKOĞLU⁴ 

¹KTO Karatay Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Konya

²Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, Zübeyde Hanım Sağlık Bilimleri Fakültesi, Niğde

³KTO Karatay Üniversitesi, Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu, Konya

⁴Selçuk Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Konya

Geliş Tarihi / Received: 03.11.2023

Kabul Tarihi / Accepted: 26.12.2023

ÖZ

Bu protokol çalışmasının amacı Kinezyo Bant (KB) uygulamasının emziren annelerde sırt ağrısına emzirme başarısına ve emzirme öz yeterliğe etkisini inceleyecek bir çalışma tasarımı sunmaktır. Araştırma tek merkezli, tek kör, paralel grup randomize kontrollü deneysel tasarımda planlanmış olup, araştırma SPIRIT'e uyumlu şekilde yürütülecektir. Çalışmanın örneklemini 0-6 aylık bebeği olan, aktif emzirmeyi sürdüren anneler oluşturacaktır. Çalışmanın örneklem büyüklüğü güç analizine göre belirlenmiş olup (n=60), anneler KB uygulanacak deney grubu (n=30) ve plasebo KB girişimi uygulanacak kontrol grubu (n=30) olmak üzere 2 gruba randomize şekilde atanacaktır. Deney grubundaki annelere gerilim ve açı verilen KB, kontrol grubunda yer alan annelere deney grubuyla aynı tür KB ile açısız ve gerilimsiz düz bantlama iki hafta boyunca haftada 2 kez uygulanacaktır. Bantlama yapılmadan önce, 7. ve 14. günlerde Visual Analog Ağrı Ölçeği, LATCH Emzirme Tanılama ve Değerlendirme Ölçeği ve Emzirme Öz Yeterlilik Ölçeği ile annelerden 3 ölçüm alınacaktır.

Anahtar kelimeler: Ağrı, Anne sütü, Atletik bantlama, Emzirme.

ABSTRACT

The purpose of this protocol study is to present a study design that will examine the effect of Kinesio Tape (KT) application on back pain, breastfeeding success and breastfeeding self-efficacy in breastfeeding mothers. The research was planned in a single-center, single-blind, parallel group randomized controlled experimental design, and the research will be carried out in accordance with SPIRIT. The sample of the study will consist of mothers who have babies aged 0-6 months and continue active breastfeeding. The sample size of the study was determined according to power analysis (n=60), and the mothers will be randomly assigned to two groups: the experimental group (n=30), to which KT will be applied, and the control group (n=30), to which placebo KT will be applied. KT with tension and angle will be applied to the mothers in the experimental group, and plain taping without angle and tension will be applied to the mothers in the control group, with the same type of KT as the experimental group, twice a week for two weeks. Three measurements will be taken from the mothers Before taping, on the 7th and 14th days with the Visual Analog Pain Scale, LATCH Breastfeeding Diagnosis and Evaluation Scale and Breastfeeding Self-Efficacy Scale.

Keywords: Athletic tape, Breast feeding, Breast milk, Pain.

GİRİŞ

Günümüzde deneysel birçok çalışma hem bebek hem de anne için emzirmenin kısa ve uzun vadeli olumlu sonuçları olduğunu ortaya koymaktadır (Admasu, Egata, Bassore ve Feleke, 2022; Hay ve Bærug, 2019; Schafer vd., 2017). Anne sütüyle beslenme, gelişmekte olan ve gelişmiş ülkelerde anne-bebek sağlığını artırarak ve ölüm oranlarını önemli ölçüde azaltarak önemli bir rol oynamaktadır. Anne sütü eşsiz özellikleri sayesinde bebeğe maksimum faydayı sağlar özellikle yaşamın ilk altı ayında sadece anne sütüyle beslenmenin, düşük doğum ağırlıklı bebeklerde gastrointestinal enfeksiyonlar, solunum yolu hastalıkları, kronik hastalıklar, otitis media, tip 1 ve tip 2 diyabet, ani bebek ölümü sendromu, nekrotizan enterokolit ve obezite riskini önemli ölçüde azalttığı bildirilmektedir (Hauck, Bradfield ve Kuliukas, 2021; Kucukoglu, Sezer ve Dennis 2023; Lambrinou, Karaglani ve Manios, 2019; McGowan ve Bland, 2023). Anne sütünün hem term hem de preterm bebeklerde nörogelişimi ve büyümeyi desteklemede yararlı etkilerinin olduğu gösterilmiştir (Lockyer, McCann ve Moore, 2021).

Çeşitli araştırmalar, Dünya Sağlık Örgütü ve UNICEF gibi uluslararası kuruluşların, emzirmenin teşvik edilmesini küresel bir sağlık stratejisi olarak duyurduğunu gösteriyor (World Health Organization [WHO], 2023). Bu küresel tavsiyeler, evrenseldir ancak emzirme oranları ülkeden ülkeye ve hatta bazı ülkelerin farklı bölgeleri arasında bile önemli ölçüde değişkenlik gösterir (Hauck vd., 2021; Milinco vd., 2020). Emzirme oranları, postpartum dönemde yaşanan sırt ağrıları, yorgunluk, bebeğe uygun pozisyon verme zorlukları gibi fiziksel etkilerin yanı sıra annelerin süt yetersizliği endişesi, erken veya hazırlıksız doğumlar, emzirme hakkındaki yanlış inanışlar, annelerin bilgi seviyeleri, kişisel özsayıları ve eş desteği gibi psikososyal etmenlerden de etkilenir (Anderson, Kynoch, Kildea ve Lee, 2019; Hay ve Bærug, 2019; Lambrinou, Karaglani ve Manios, 2019; Topaloğlu Ören, Ünsal Atan ve Kavlak, 2023). Bu faktörler hem ülkemizde hem de dünyada emzirme oranlarının düşmesine neden olmaktadır. Anne sütünün teşviki için yapılan müdahaleler, olumlu ve olumsuz etkenleri kontrol altına alarak emzirme başarısını ve süresini etkileyebilir (Topaloğlu Ören vd., 2023).

Emzirmeyle ilgili fiziksel sorunları hafifletmek amacıyla, laktasyonun artışına bağlı dolgun memeler, yanlış emzirme pozisyonları, sırt ağrıları ve çatlak meme başlarına yönelik mevcut tedavi yöntemleri arasında farmakolojik ve non farmakolojik tedaviler bulunmaktadır. Kinezyo bantlama bu tedavilerden biridir ve emzirme ile ilişkili yan etkilere sahip olmadığı için tercih edilen bir yöntemdir. Kinezyo bantlama teknikleri son dönemlerde birçok çalışmada kullanılmış non farmakolojik bir yöntemdir (Anderson vd., 2019; Brown ve Langdon, 2014; de Sousa, Gomes-Sponholz ve Nakano, 2014; Wong vd., 2017). Son zamanlarda yapılan birçok

çalışmada kullanılan bu teknik, ağrılı bölgelerdeki doku ve sinir basıncını azaltarak önemli ölçüde rahatlama sağlar (Tran vd., 2023). Ayrıca, deriyi kaldırarak lenfatik ödemi azaltır, kan dolaşımını iyileştirir, tendon ve fasyaların hareketini kolaylaştırır, doğru postürü destekler ve ağrıyı hafifletir (Nelson, 2016).

Emzirme sırasında oluşan postür değişiklikleri ve meme ağırlığındaki artış, sırt ağrısına neden olarak emzirme başarısını ve annenin kendine olan güvenini olumsuz etkileyebilir. Bu durumu kontrol altına almak için etkili ve maliyet açısından uygun bir yöntem olan kinezyo bant uygulamasının, sırt ağrısını azaltarak daha konforlu bir emzirme deneyimi sağlayabileceği düşünülmektedir. Bu çalışmanın yapılmasının ardındaki mantık, emziren annelerde kinezyo bantlamanın sırt ağrısı, emzirme başarısı ve emzirme öz yeterliliği üzerindeki etkisinin kapsamlı bir şekilde anlaşılması ihtiyacından kaynaklanmaktadır. Bu araştırma, bu etkileri açıklayarak hem annelerin hem de bebeklerin refahı için potansiyel olarak yararlı müdahaleler sunarak doğum sonrası bakım stratejilerinin geliştirilmesine katkıda bulunmayı amaçlamaktadır.

Araştırmanın Hipotezleri

H1: Kinezyo bant uygulaması yapılan annelerin emzirmeye bağlı sırt ağrı düzeyleri, olumlu etkilenir.

H2: Kinezyo bant uygulaması yapılan annelerin emzirme başarısı, olumlu etkilenir.

H3: Kinezyo bant uygulaması yapılan annelerin emzirme öz yeterlilik düzeyleri, olumlu etkilenir.

GEREÇ VE YÖNTEM

Araştırmanın Türü

Araştırma tek merkezli, tek kör, paralel grup randomize kontrollü deneysel tasarımda planlanmıştır, Çalışmada Consolidated Standards of Reporting Trials standartları (CONSORT) aşamaları takip edilecektir (Moher vd., 2010). Çalışmanın ClinicalTrials kaydı yapılmıştır (NCT06151899).

Araştırmanın Yeri ve Özellikleri

Araştırma, İl Sağlık Müdürlüğüne bağlı Aile Sağlığı Merkezleri'nde (ASM) gerçekleştirilecektir. Konya merkezinde toplam 115 Aile Sağlığı Merkezi bulunmaktadır ve bu merkezlerde 441 aile hekimi görev yapmaktadır. Veri toplama işlemi, İl Sağlık Müdürlüğü tarafından onaylanan ASM'lerde gerçekleştirilecektir. Bantlama işlemi, mahremiyet kurallarına

uygun bir ortamda, aile sağlığı merkezi içinde bebek bakım ve emzirme odasında uygulanacaktır. Çalışmanın örneklemini Uzunkaya-Öztoprak vd., (2023) yapmış olduğu çalışmanın LATCH emzirme başarısı puan ortalamaları referans alınarak yapılan güç analizi sonucunda (%95 güç, 0,05 alfa hata payı ve 1,07 etki büyüklüğü kinezyo bant grubu için 25, Plasebolu kontrol grubu için 25 olmak üzere toplam 50 anne alınması gerektiği tespit edilmiştir. Bu oran olabilecek kayıplar düşünülerek %20 arttırılmış, gruplara 30'ar anne almak hedeflenmiştir.

Çalışma Grubu Dâhil Etme Kriterleri

- 0-6 ay arasında bebeği olan ve aktif emziren anneler
- Primipar anneler
- Emzirme kaynaklı sırt ağrısı şikayeti olan anneler (Annelerin kendi değerlendirmesinde Visula Analog Skalası (VAS) üzerinden 6 puan ve üzeri alma).

Çalışma Grubu Dışlama Kriterleri

- Prematüre veya konjenital anomalili bebeği olan anneler
- Ağrı kesici ilaç tedavisi alan anneler
- Postür bozukluğu, iskelet sistemi rahatsızlığı tanısı alan anneler
- Emzirmesi kontrendike olan anneler
- Sütü kesilen anneler
- Sırt ağrısına ek olarak başka ağrı şikâyeti olan anneler (meme çatlağı, mastit ağrısı gibi...).

Çalışmadan Çıkarılma Kriterleri

- Bant alerjisi gelişen anneler
- Çalışma sürecinde bebeğini emzirmeyen anneler.

Randomizasyon ve Körleme

Çalışmada dahil edilme kriterlerine uygun ve araştırmaya katılmayı kabul eden annelere çalışma anlatıldıktan sonra bilgilendirilmiş gönüllü onamları alınacaktır. Randomizasyon, annelerin bilgilendirilmiş onamı aldıktan sonra rastgele oluşturulmuş sayıları içeren sıralı olarak numaralandırılmış, mühürlenmiş, opak zarflarla bir kontrol grubuna veya müdahale grubuna (1:1) rastgele atama yapılacaktır. Randomizasyon, rasgele sayılar tablosu kullanılarak www.random.org aracılığı ile gerçekleştirilecektir. Çalışmada anneler körlenecektir.

Veri Toplama Araçları

Verilerin Toplanması “Tanıtıcı Bilgi Formu”, “Visual Analog Skalası”, “LATCH Emzirme Başarısı Ölçeği” ve “Emzirme Öz Yeterlilik Ölçeği” kullanılacaktır.

Tanıtıcı bilgi formu: Literatür taraması (Aluş Tokat ve Okumuş, 2013; İnce, Aktaş, Aktepe ve Aydın, 2017; Kucukoglu, Sezer ve Dennis, 2023; Yenal, Aluş Tokat, Çeçe ve Bakılan Abalın, 2013) sonucu araştırmacılar tarafından hazırlanmıştır. Formda doğum öyküsü, emzirme deneyimine yönelik toplam 9 soru yer almaktadır (yaş, emzirme tecrübesi, emzirme eğitimi alma durumu, gebeliğin planlanmış olma durumu, annede ek hastalık varlığı, annede kronik ilaç kullanımı, anne eğitim düzeyi, anne çalışma durumu, aile gelir seviyesi).

Visual Analog Skalası: Ağrı şiddetini ölçmek için kullanılan bir ölçektir. Bu ölçek, "ağrısızlık" ve "en şiddetli ağrı" arasında olabilecek noktaları gösteren 100 mm boyundaki bir cetveli içerir. Sol ucunda "Ağrı yok" veya "Ağrı tümüyle geçti" ifadeleri yer alırken, sağ ucunda "Dayanılmaz ağrı" veya "Ağrıda hiç azalma yok" ifadeleri bulunur. Emziren annelere, kendi ağrılarını doğru şekilde yansıtacak bir noktayı işaretlemeleri söylenir. İşaretlenen noktanın sol ucuna olan uzaklık santimetre olarak ölçülür ve bir "puan" olarak belirlenir (Ali vd., 2014).

LATCH Emzirmeyi Tanılama ve Değerlendirme Ölçeği: emzirme sürecini değerlendirmek için kullanılan bir araçtır. LATCH kısaltması, memeyi tutma (Latch on the breast), bebeğin yutma hareketinin görülmesi/duyulması (Audible swallowing), meme ucunun tipi (Type of the nipple), annenin meme ve meme ucuna ilişkin rahatlığı (Comfort breast/nipple) ve bebeği tutuş pozisyonu (Hold/Help) kelimelerinden oluşur. Bu ölçekte, her madde 0-2 puan arasında değerlendirilir ve toplam puan en fazla 10 puandır. Daha düşük puan, emzirmede destek gerektiğini gösterebilir (Altuntas vd., 2014; Riordan, Bibb, Miller ve Rawlins, 2001; Yenal vd., 2013).

Emzirme Öz Yeterlilik Ölçeği: Emzirme becerilerini değerlendirmek için kullanılır. Bu ölçekte alınabilecek minimum puan 14, maksimum puan ise 70'tir. Puan yükseldikçe, yüksek emzirme öz-yeterliliğini gösterir. Bu ölçeğin Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları Tokat ve Okumuş tarafından yapılmıştır (Aluş Tokat ve Okumuş, 2013; Dennis 2003).

Çalışmanın Birincil Sonuç Çıktısı

Çalışmanın ilk sonuç ölçütü kinezyo bant uygulamasının deney grubundaki annelerde sırt ağrısına etkisini incelemektir. Bunun için VAS kullanılacaktır.

Çalışmanın İkincil Sonuç Çıktısı

Çalışmanın ikinci sonuç ölçütü girişimlerin kinezyo bant uygulanan deney grubundaki annelerin kontrol grubuna kıyasla emzirme başarı algısı ve emzirme öz yeterliği üzerine etkilediğini tespit etmektir. Bunun için LATCH Emzirme Tanılama ve Değerlendirme Ölçeği ve Emzirme Öz Yeterlik Ölçeği kullanılacaktır.

Verilerin Toplanması

Kinezyo Bant Grubu (n=30) ve Kontrol Grubu (n=30)

Çalışma öncesinde annelerin sırt ağrısını belirlemek için Visual Analog Skala (VAS) kullanılarak ağrı düzeyleri ölçülecek ve ağrı düzeyi 6 ve üzerinde olan anneler çalışmaya dahil edilecektir. Gönüllü Bilgilendirme Onam Formu alınan annelere, tanıtıcı bilgi formu araştırmacı tarafından yüz yüze görüşme yöntemiyle doldurulacaktır.

Daha sonra, randomizasyon sırasına göre deney grubuna kinezyo bantlama, kontrol grubuna ise benzer bir bantlama yapılacaktır. Deney grubundaki annelere kinezyo bant uygulaması, deneyimli iki fizyoterapist tarafından gerçekleştirilecektir. Toplamda 4 kinezyo bant uygulaması, iki hafta boyunca haftada 2 kez yapılacaktır. İlk hafta, 1. ve 4. günlerde; ikinci haftanın başında, 8. ve 11. günlerde bantlama yenilenecektir. Bu işlemler, araştırmanın yapıldığı Aile Sağlığı Merkezi'nin uygun bir odasında gerçekleştirilecektir.

Kinezyo bantlama süresi boyunca, başlangıçta, 7. gün ve 14. günlerde olmak üzere toplam 3 kez annelerin sırt ağrısı, emzirme başarısı ve emzirme öz yeterliliği değerlendirilecektir. Bu değerlendirmelerden ilki bantlama yapılmadan önce alınacak ve diğer iki ölçüm birebir görüşme ile annenin değerlendirmesi şeklinde gerçekleştirilecektir (Haryadi, Subadi ve Husna, 2014; Kaya, Zinnuroglu ve Tugcu 2011; Uzunkaya-Öztoprak, Koç ve Özyüncü 2023).

Araştırmanın Etik Boyutu

Çalışma, SPIRIT kontrol listesine göre raporlandırılmıştır (Chan vd., 2013) (Tablo 1 ve 2). KTO Karatay Üniversitesi İlaç ve Tıbbi Cihaz Dışı Araştırmalar Etik Kurulundan 30.10.2023 tarih ve 2023/037 sayı ile etik kurul onayı alınmıştır. Çalışmanın yürütüleceği kurumdan resmi izin alınacaktır. Bu araştırmada çalışmaya alınması planlanan annelerden de "Bilgilendirilmiş Onam Formu" ile yazılı ve sözlü olurları alınacaktır.

Tablo 1. Araştırmanın SPIRIT Tasarımı

	Kayıt	Temel Veri	Deney Grubu Girişimi	Kontrol Grubu Girişimi	Takip		
ZAMAN	Tanımlama Sonrası (T ₁)	İlk Girişim Öncesi (T ₀)	Kinezyo Bantlama	Plasebo Kinezyo Bantlama	Girişimlerin Başlangıcı (T ₁)	Girişimleri n 7. Günü (T ₂)	Son Ölçüm (T ₃)
KAYIT							
Uygunluk Durumu	*						
Bilgilendirilmiş Onam	*						
Randomizasyon		*					
GİRİŞİMLER							
Girişim			*				
Kontrol				*			
DEĞERLENDİRMELER							
Tanımcı Bilgiler Formu		*			*	*	*
VAS		*			*	*	*
LATCH Emzirmeyi Tanılama ve Değerlendirme Ölçeği		*			*	*	*
Emzirme Öz Yeterlilik Ölçeği		*			*	*	*

VAS: Visual Analog Skalası

Tablo 2. Araştırma Verilerinin İşlenmesi

Ölçüm	Kinezyo Bantlama ve Plasebo Kinezyo Bantlama Öncesi Ölçüm (T ₀)	Girişimler Öncesi İlk Ölçüm (T ₁)	Girişimlerin 7. Günü (T ₂)	Girişimler Sonrası Son Ölçüm (T ₃)
Tanımcı Bilgi Formu	*			
VAS	*	*	*	*
LATCH Emzirmeyi Tanılama ve Değerlendirme Ölçeği	*	*	*	*
Emzirme Öz Yeterlilik Ölçeği	*	*	*	*

VAS: Visual Analog Skalası

Verilerin Değerlendirilmesi

Veriler, bilgisayar ortamında IBM SPSS Statistics 22 (Statistical Package for the Social Sciences for Windows) istatistik paket programı kullanılarak değerlendirilecektir. Veriler değerlendirirken; uygun istatistiksel yöntemler kullanılacak olup, sonuçlar %95 güven aralığında değerlendirilecektir.

Helsinki Deklarasyonu

Helsinki Bildirgesi'ne göre randomize kontrollü planlanan araştırmalarda çalışmaya dâhil olanların aydınlatılmış onamı gerekmektedir. Bu gereklilikten hareketle araştırmaya dâhil

edilen annelerden onam alınacaktır. Ayrıca araştırmaya başlamadan önce **** Üniversitesi'nin etik kurulundan onay alınmıştır.

Deneme Organizasyonu Koordinasyon Grubu

Deneme organizasyonu bir koordinasyon grubu tarafından yönetilmektedir. Bu grup, araştırmanın planlanması ve gerçekleştirilmesi sürecinden sorumlu araştırmacılardan oluşmaktadır. Aynı zamanda, araştırmanın etik yönlerinden sorumlu olan bir etik kurul da bulunmaktadır. Etik kurul, araştırmanın izlenmesi ve etik standartlara uygunluğun sağlanmasından sorumludur. Koordinasyon grubu, araştırma raporlarının hazırlanmasından da sorumludur.

Veri İzleme Komitesi

Mevcut müdahale, ilaç ve farmakolojik ajan içermeyen bir müdahaledir. Bu uygulama yöntemlerinde olumsuz etkilerin görülmesi beklenmemektedir. Ancak bu çalışma, ilerlemeyi denetlemek için bir komite içerecektir.

Çalışmanın Durumu

Bu belgenin sunulduğu tarihte, veri toplama süreci başlamamış, verilerin analizi ve raporlaması aşaması veriler toplandıktan sonra yapılacaktır.

Çalışma Sonuçlarının Yaygınlaştırılması

Araştırmanın sonuçları bilimsel literatüre katkı sağlayacak şekilde bir dergide yayınlanacak, uygun toplantılarda katılımcılarla paylaşılacaktır.

TARTIŞMA

Literatür incelendiğinde, emziren annelerde kinezyo bant uygulamasının sırt ağrısı, emzirme başarısı ve emzirme özyeterliliği düzeyine etkileri ile ilgili herhangi bir çalışmaya bilginiz dahilinde ulaşamadık. Çalışmanın bulguları, emziren annelerde kinezyo bantlamanın sırt ağrısı, emzirme başarısı ve emzirme öz yeterliliği üzerindeki etkilerini değerlendirecektir. Bu bağlamda, elde edilen sonuçlar literatürdeki benzer çalışmalarla karşılaştırılarak tartışılacaktır.

Literatürde yapılan önceki çalışmalar, kinezyo bantlamanın ağrılı bölgelerdeki doku ve sinir basıncını azaltarak sırt ağrısını hafifletmeye yardımcı olduğunu göstermiştir (Tran vd.,

2023; Nelson, 2016). Bu noktada, kinezyo bant uygulamasının emziren annelerde sırt ağrısını azaltarak daha konforlu bir emzirme deneyimi sağlayabileceği sonucuna varılabilir.

Literatürde emzirme öz yeterliliğinin ve emzirme başarısının üzerindeki etkileri inceleyen birçok çalışma bulunmasına rağmen (de Souza vd., 2019; Küçükoğlu ve Çelebioğlu, 2014), mevcut bilgilerimize göre kinezyo bantlamanın annelerin emzirme öz yeterliliği ve emzirme başarısı üzerindeki spesifik etkilerini değerlendiren herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu bağlamda, bu çalışma literatürdeki bu boşluğu doldurarak kinezyo bantlamanın emzirme öz yeterliliği ve başarısı üzerindeki potansiyel katkısını ortaya koymayı amaçlamaktadır. Bu çalışmada, emzirme başarısı ve emzirme öz yeterliliği üzerindeki etkiler değerlendirilecektir. Araştırmamızdan elde edilecek bulgulara göre, kinezyo bantlama teknikleri kullanılarak gerçekleştirilen müdahalelerin, emzirme başarısı ve annelerin emzirme öz yeterliliği üzerinde olumlu bir etki yaratabileceği öngörülmektedir. Bu sonuçlar neticesinde, kinezyo bantlamanın fiziksel rahatlama sağlayarak emzirme deneyimini olumlu yönde etkileyebileceğini düşündürmektedir.

SONUÇ

Bu çalışma, emziren annelerde kinezyo bantlamanın sırt ağrısı, emzirme başarısı ve emzirme öz yeterliliği üzerindeki etkilerini değerlendirmeyi amaçlamıştır. Bulgularımız, kinezyo bantlamanın sırt ağrısını azaltma konusunda etkili olabileceğini ve bu sayede emzirme deneyimini iyileştirebileceğini düşündürmektedir. Ayrıca, emzirme başarısı ve emzirme öz yeterliliği üzerinde olumlu etkilerin olabileceğini düşünmekteyiz.

Hipotezlerimize göre elde edilecek sonuçlar, doğum sonrası dönemde sırt ağrısı yaşayan emziren anneler için kinezyo bantlamanın etkili bir müdahale olabileceğini gösterebilir. Bu bulgular, sağlık profesyonellerine ve doğum sonrası bakım ekiplerine, annelerin emzirme deneyimini desteklemek ve sırt ağrısını hafifletmek için non-farmakolojik bir yöntem olarak kinezyo bantlamayı düşünmeleri konusunda rehberlik edebilir.

KAYNAKLAR

Admasu, J., Egata, G., Bassore, D. G., & Feleke, F. W. (2022). Effect of maternal nutrition education on early initiation and exclusive breast-feeding practices in south Ethiopia: a cluster randomised control trial. *Journal of Nutritional Science*, 11, e37. doi:10.1017/jns.2022.36

Ali, S., Chambers, A., Johnson, D. W., Newton, A. S., Vandermeer, B., Williamson, J., & Curtis, S. J. (2014). Reported practice variation in pediatric pain management: a survey of Canadian pediatric emergency physicians. *CJEM*, 16(05), 352–360. doi:10.2310/8000.2013.131261

- Altuntas, N., Turkyilmaz, C., Yıldız, H., Kulali, F., Hirfanoglu, I., Onal, E., ... Atalay, Y. (2014). Validity and Reliability of the Infant Breastfeeding Assessment Tool, the Mother Baby Assessment Tool, and the LATCH Scoring System. *Breastfeeding Medicine*, 9(4), 191–195. doi:10.1089/bfm.2014.0018
- Aluş Tokat M., & Okumuş H. (2013). Emzirme Öz-Yeterlilik Algısını Güçlendirmeye Temelli Antenatal Eğitimin Emzirme Öz-Yeterlilik Algısına ve Emzirme Başarısına Etkisi. *Hemşirelikte Eğitim ve Araştırma Dergisi*, 10(1), 21–29.
- Anderson, L., Kynoch, K., Kildea, S., & Lee, N. (2019). Effectiveness of breast massage for the treatment of women with breastfeeding problems: a systematic review. *JBIR Database of Systematic Reviews and Implementation Reports*, 17(8), 1668–1694. doi:10.11124/JBISRIR-2017-003932
- Brown, D., & Langdon, C. (2014). Does Kinesio Elastic Therapeutic Taping Decrease Breast Engorgement in Postpartum Women? *Clinical Lactation*, 5(2), 67–74. doi:10.1891/2158-0782.5.2.67
- Chan, A.-W., Tetzlaff, J. M., Altman, D. G., Laupacis, A., Gøtzsche, P. C., Krleža-Jerić, K., ... Moher, D. (2013). SPIRIT 2013 Statement: Defining Standard Protocol Items for Clinical Trials. *Annals of Internal Medicine*, 158(3), 200. doi:10.7326/0003-4819-158-3-201302050-00583
- De Roza, J. G., Fong, M. K., Ang, B. L., Sadon, R. B., Koh, E. Y. L., & Teo, S. S. H. (2019). Exclusive breastfeeding, breastfeeding self-efficacy and perception of milk supply among mothers in Singapore: A longitudinal study. *Midwifery*, 79, 102532. doi: 10.1016/j.midw.2019.102532
- de Sousa, L., Gomes-Sponholz, F. A., & Nakano, A. M. S. (2014). Transcutaneous electrical nerve stimulation for the relief of post-partum uterine contraction pain during breast-feeding: A randomized clinical trial. *Journal of Obstetrics and Gynaecology Research*, 40(5), 1317–1323. doi:10.1111/jog.12345
- Dennis, C. (2003). The Breastfeeding Self-Efficacy Scale: Psychometric Assessment of the Short Form. *Journal of Obstetric, Gynecologic & Neonatal Nursing*, 32(6), 734–744. <http://doi.org/10.1177/0884217503258459>. *Journal of Obstetric, Gynecologic & Neonatal Nursing*, 32(6), 734–744.
- Haryadi, R. D., Subadi, I., & Husna, N. (2014). Effectiveness of Kinesio Taping Compared With Short Wave Diathermy on Pain Perception and Functional Status in Knee Osteoarthritis Patients. *Folia Medica Indonesiana* Vol., 50(4), 239–244.
- Hauck, Y. L., Bradfield, Z., & Kuliukas, L. (2021). Women's experiences with breastfeeding in public: An integrative review. *Women and Birth*, 34(3), e217–e227. doi:10.1016/j.wombi.2020.04.008
- Hay, G., & Bærug, A. B. (2019). Fordel med fullamning til seks måneder. *Tidsskrift for Den Norske Laegeforening*, 139(9). doi:10.4045/tidsskr.19.0105
- İnce, T., Aktaş, G., Aktepe, N., & Aydın, A. (2017). Annelerin Emzirme Özyeterlilikleri ve Emzirme Başarılarını Etkileyen Özelliklerin Değerlendirilmesi. *İzmir Dr. Behçet Uz Çocuk Hast. Dergisi*, 7(3), 183–190.
- Kaya, E., Zinnuroglu, M., & Tugcu, I. (2011). Kinesio taping compared to physical therapy modalities for the treatment of shoulder impingement syndrome. *Clinical Rheumatology*, 30(2), 201–207. doi:10.1007/s10067-010-1475-6
- Küçüköğlü, S., & Çelebioğlu, A. (2014). Effect of natural-feeding education on successful exclusive breastfeeding and breastfeeding self-efficacy of low-birth-weight infants. *Iranian Journal of Pediatrics*, 24(1), 49.
- Kucukoglu, S., Sezer, H. K., & Dennis, C. L. (2023). Validity and reliability of the Turkish version of the paternal breastfeeding self-efficacy scale - Short form for fathers. *Midwifery*, 116, 103513. doi:10.1016/j.midw.2022.103513
- Lambrinou, C.-P., Karaglani, E., & Manios, Y. (2019). Breastfeeding and postpartum weight loss. *Current Opinion in Clinical Nutrition & Metabolic Care*, 22(6), 413–417. doi:10.1097/MCO.0000000000000597

- Lockyer, F., McCann, S., & Moore, S. E. (2021). Breast Milk Micronutrients and Infant Neurodevelopmental Outcomes: A Systematic Review. *Nutrients*, 13(11), 3848. doi:10.3390/nu13113848
- McGowan, C., & Bland, R. (2023). The Benefits of Breastfeeding on Child Intelligence, Behavior, and Executive Function: A Review of Recent Evidence. *Breastfeeding Medicine*, 18(3), 172–187. doi:10.1089/bfm.2022.0192
- Milincó, M., Travan, L., Cattaneo, A., Knowles, A., Sola, M. V., Causin, E., ... Ronfani, L. (2020). Effectiveness of biological nurturing on early breastfeeding problems: a randomized controlled trial. *International Breastfeeding Journal*, 15(1), 21. doi:10.1186/s13006-020-00261-4
- Moher, D., Hopewell, S., Schulz, K. F., Montori, V., Gotzsche, P. C., Devereaux, P. J., ... Altman, D. G. (2010). CONSORT 2010 Explanation and Elaboration: updated guidelines for reporting parallel group randomised trials. *BMJ*, 340(mar23 1), c869–c869. doi:10.1136/bmj.c869
- Nelson, N. L. (2016). Kinesio taping for chronic low back pain: A systematic review. *Journal of Bodywork and Movement Therapies*, 20(3), 672–681. doi:10.1016/j.jbmt.2016.04.018
- Riordan, J., Bibb, D., Miller, M., & Rawlins, T. (2001). Predicting Breastfeeding Duration Using the LATCH Breastfeeding Assessment Tool. *Journal of Human Lactation*, 17(1), 20–23. doi:10.1177/089033440101700105
- Schafer, E. J., Campo, S., Colaizy, T. T., Mulder, P. J., Breheny, P., & Ashida, S. (2017). First-time mothers' breast-feeding maintenance: role of experiences and changes in maternal perceptions. *Public Health Nutrition*, 20(17), 3099–3108. doi:10.1017/S136898001700221X
- Topaloğlu Ören, E. D., Ünsal Atan, Ş., & Kavlak, O. (2023). Doğum Sonu Dönemdeki Kadınların Emzirme Tutumları ve Etkileyen Faktörler. *İzmir Katip Çelebi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 8(1), 27–35.
- Tran, L., Makram, A. M., Makram, O. M., Elfaituri, M. K., Morsy, S., Ghozy, S., ... Huy, N. T. (2023). Efficacy of Kinesio Taping Compared to Other Treatment Modalities in Musculoskeletal Disorders: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Research in Sports Medicine*, 31(4), 416–439. doi:10.1080/15438627.2021.1989432
- Uzunkaya-Öztoprak, P., Koç, G., & Özyüncü, O. (2023). The Effect of Kinesio Taping on Acute Pain, Breastfeeding behavior and Comfort Level in Women with Cesarean Section: A Randomized Controlled Trial. *Nigerian Journal of Clinical Practice*, 26(8). doi:10.4103/njcp.njcp_459_22
- WHO. (2023). World health statistics 2023: monitoring health for the SDGs, sustainable development goals. 2 Kasım 2023 tarihinde <https://www.who.int/publications/i/item/9789240074323> Web adresinden erişildi.
- Wong, B. B., Chan, Y. H., Leow, M. Q. H., Lu, Y., Chong, Y. S., Koh, S. S. L., & He, H.-G. (2017). Application of cabbage leaves compared to gel packs for mothers with breast engorgement: Randomised controlled trial. *International Journal of Nursing Studies*, 76, 92–99. doi:10.1016/j.ijnurstu.2017.08.014
- Yenal, K., Aluş Tokat, M., Çeçe, Ö., & Bakılan Abalın, F. (2013). Annelerin Emzirme Öz-Yeterlilik Algıları ile Emzirme Başarıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Hemşirelikte Araştırma Geliştirme Dergisi*, 10(2), 14–19.