



Emzirme ile ilgili yanlışlar

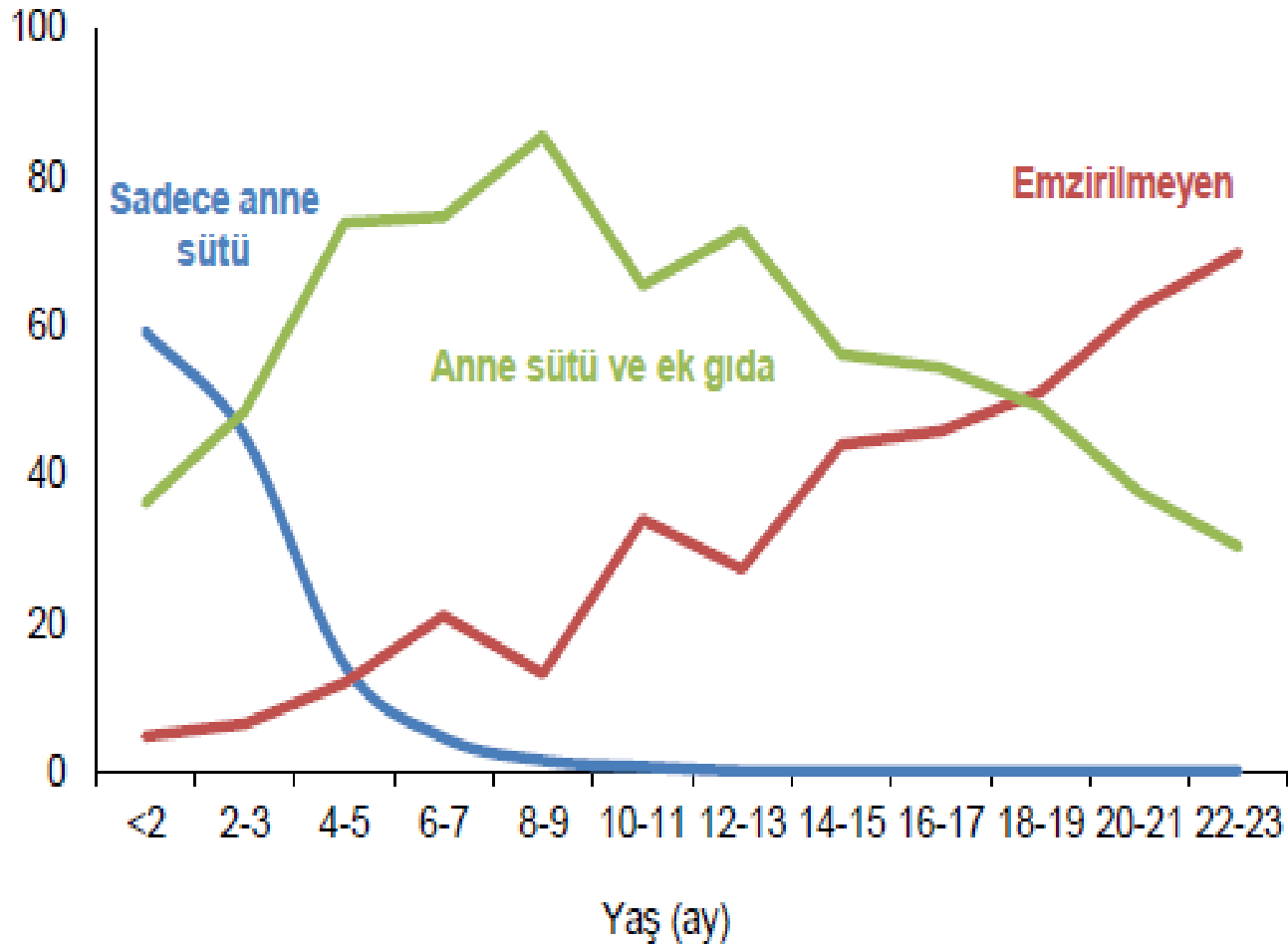
ÖZLEM BEKEM

SBÜ Dr. Behçet Uz Çocuk Hastalıkları ve Cerrahisi
Eğitim ve Araştırma Hastanesi

Emzirme bebeğin doğal beslenme yoludur



Şekil 11.3 Yaşa göre emzirilme pratikleri
2 yaş altı çocukların yüzde dağılımı



Emzirme şekli	Mortalite için rölative risk (%95 CI)
0-5 ayda sadece anne sütü ile karşılaştırma	
Sadece anne sütü ile beslenme	1.0
Anne sütü ağırlıklı beslenme	1.48 (1.13-1.92)
Kısmi anne sütü ile beslenme	2.84 (1.63-4.97)
Anne sütü almayanlar	14.4 (6.13-33.9)

Emzirme şekli	Enfeksiyona bağı mortalite için rölative risk (%95 CI)
0-5 ayda sadece anne sütü ile karşılaştırma	
Sadece anne sütü ile beslenme	1.0
Anne sütü ağırlıklı beslenme	1.7 (1.18-2.45)
Kısmi anne sütü ile beslenme	4.56 (2.93-7.11)
Anne sütü almayanlar	8.66 (3.19-23.5)

Emzirmenin bırakılmasına neden olan en önemli yanlışlar

Doğum sonrası hastaneyle ilgili etkenler	İzlem ile ilgili etkenler
<p>Doğumdan sonraki ilk saatte emzirmeye başlatılmaması</p> <p>Anneyle bebeğin ayrı odalarda kalması</p> <p>Anneye nasıl emzireceğinin gösterilmemesi</p> <p>İsteğe bağlı emzirilmemesi</p> <p>Anne sütü dışında besin verilmesi</p> <p>Emzik kullanımı</p> <p>Hastanede mama içeren hediye paketleri verilmesi</p> <p>Taburculukta annelerin emzirme desteği alabilecekleri yerlere yönlendirilmemesi</p>	<p>Emzirme tekniğinin hatalı olması nedeniyle bebeğin yeterli emmemesi</p> <p>Meme sorunları</p> <p>Annenin sütünün yetersiz olduğuna inanması</p> <p>Annenin emzirmeye hevesli olmaması</p> <p>Annenin emzirme konusunda bilgi yetersizliği veya kendine güveninin az olması</p> <p>Anneye karışık mesajlar verilmesi</p> <p>Doğumdan kısa süre sonra annenin karşılaştığı zorluklara yetersiz çözüm getirilmesi</p> <p>Bebeğin geceleri anne dışında biri tarafından beslenmesi</p>

Dyson L, McCormick FM, Renfrew MJ. Public Health Nutr 2006; 10: 726–732.
Karaçam Z. J ClinNurs 2008; 17: 341–349.
Pollard D. J Nurs Res 2010;9.
Pounds L. Breastfeed Med 2018; 13: 1-6.

Başarılı emzirme için on adım

- Temel Yönetim Uygulamaları
 - 2 ana 3 alt madde
- Temel Klinik Uygulamalar
 - 8 ana madde








World Health Organization. Division of Child Health and Development. (1998).
Evidence for the ten steps to successful breastfeeding

Evidence for the
ten steps to successful
breastfeeding



Başarılı emzirme için on adım

- Bebek dostu hastane uygulaması emzirmeyi artırmakta
 - Sadece anne sütü  %49 artış
 - Anne sütü  %66 artış
- Bazı basamaklara veya basamak gruplarına uymamak emzirme süresini azaltmakta
 - 6 basamak  emzirme süresi 48,8 hafta
 - 4-5 basamak  emzirme süresi 9 hafta az
 - 2-3 basamak  emzirme süresi 12 hafta az

*Nickel NC. J Hum Lact 2013; 29: 59-70
Rollins NC. Lancet 2016; 387: 491-504
Zhang Y. Int Breastfeed J 2020; 15: 92*

Emzirmede önemli dönemler

- ilk 1 ay
- 5-7 ay
- 12-15 ay

Sağlık alışanları eğitim almalı mı?

Sağlık alışanları eğitim almalı mı?

- Emzirme eğitimi almış sağlık çalışanları ile
 - Daha uzun emzirme suresi
- Bilgi noksanlığı durumunda
 - Daha az sayıda emziren anne
 - Daha kısa emzirme suresi



Ward KN. *J Human Lact* 2011; 27: 381–393
Navarro I. *Int Breastfeed J* 2021; 16: 31

Gebelere eğitim verilmeli mi?

Gebelere eğitim verilmeli mi?

- Olumlu etkiler

- Emzirmeye başlama (%98)
- Erken emzirme (%71)
- Sadece emzirme oranı daha fazla
- İsteğe bağlı emzirme daha fazla
- Meme başı çatlağı daha az
- Annenin bilgisi ve emzirmeden memnuniyeti daha fazla



Türkiye Nüfus Sağlık Araştırması 2018
Colombo L. Nutrients 2018; 10: 48
Huang P. Medicine 2019; 98: 47

Gebelik sırasında emzirme kesilmeli mi?

Gebelik sırasında emzirme kesilmeli mi?

- Gebelik sırasında emzirmeyi kesmek gerekmez
 - Emen bebek için sorun yok
 - Gebelik yönünden sorun yok
 - Bebeğin doğum kilosu etkilenmiyor
- Annenin beslenmesi desteklenmeli



Lopez-Fernandez G. Women Birth 2017; 30: e292-300
Cetin I. J Hum Lact 2014; 30: 20-27
Ayrim A. Breastfeed Med 2014; 9: 157-60

**Emziren anne tekrar doğum yaparsa büyük
bebeği emzirmeyi kesmeli mi?**

Emziren anne tekrar doğum yaparsa büyük bebeği emzirmeyi kesmeli mi?

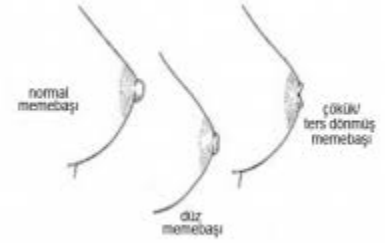
- Tandem emzirmede amaç;
 - Yenidoğanın tüm beslenme gereksinimini karşılamak
 - Büyük bebeğin beslenmesinde eksiklik oluşturmamak
 - Her ikisini de karşılamakta
- Doğru emzirme ile süt yetersizliği söz konusu değil



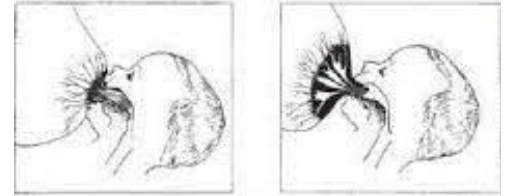
Çökük meme başı emzirmeye engel mi?

Çökük meme başı emzirmeye engel mi?

- Emzirmeye olumsuz etkisi yok
- Kaygı nedeni olabilir
 - Aile, sağlık çalışanı
- Olumsuz/işe yaramayan uygulamalar
 - Hoffman manevraları
 - Silikon başlık
 - Biberon kullanımı



Good (left) and poor (right) attachment of infant to the mother's breast



Sezaryen doğum yapanlar emziremez mi?

Sezaryen doğum yapanlar emziremez mi?

- Sezaryen doğum zorlaştırabilir
 - Erken emzirme
 - Ten tene temas
- Uygun destekle emzirme süreleri spontan vajinal doğumla aynı



Colombo L. *Nutrients* 2018; 10: 48
Lau Y. *Matern Child Nutr* 2018; 14: e12492



Doğumdan sonra bebek hemen emzirtilmeli mi?

Doğumdan sonra bebek hemen emzirtilmeli mi?

- Erken emzirme, doğum sonrası ilk 30-60 dakika içinde
- İlk 1 saatte erken emzirme önemli
 - Bebek uyanık, cevap vermeye hazır, aktif
 - Erken meme başı uyarısı prolaktin-oksitosin salgısını artırır
- Emzirmeyi artırmakta
- Sağlık personeli desteği önemli



World Health Organization & United Nations Children's Fund. (2009). http://www.who.int/nutrition/publications/infantfeeding/bfhi_trainingcourse/en/
Lau Y. *Matern Child Nutr* 2018; 14: e12492
Colombo L. *Nutrients* 2018; 10: 48
Ragusa R. *Int J Environ Res Public Health* 2021; 18: 4783

Ten tene temas

- Emzirmenin başlatılmasında etkili
- Emzirme süresi daha fazla bulunanlar
 - Vaginal doğum > sezaryen doğum
 - Ten tene temas yapılan > yapılmayan



Cinquetti M. *Pediatr Med Chir* 2019; 41.

Colombo L. *Nutrients* 2018; 10: 48

Moore ER. *Cochrane Database Syst Rev* 2016; 11: CD003519

Anne ile bebek ayrı odalarda mı kalmalı?

Anne ile bebek ayrı odalarda mı kalmalı?

- Bebeğin bakımını kolaylaştırır
- Bebeğin acıkma belirtileri daha kolay belirlenir
- Daha az ağlama – daha az mama
- Taburculukta sadece anne sütü ile beslenme daha fazla
 - %83,5 vs. %66 ($p<0,001$)
 - Halsizlik ve c/s doğum en sık engel
 - Bebek varken daha iyi uyku
 - Anneye destek gerekliliği



Formüla bebeği hipoglisemiden korur mu?

Formüla bebeği hipoglisemiden korur mu?

- Sağlıklı, term yenidoğanda kan şekeri bakılması
 - Uygunsuz
 - Gereksiz
 - Potansiyel olarak zararlı
- Diyabetik anne bebeği, LGA, SGA, perinatal stres
- Gereksiz kan şekeri bakıldığında
 - Gereksiz tedaviler
 - Anne-bebek ayrılması
 - Formül mama başlanması



*American Academy of Pediatrics Committee on Fetus and Newborn. Pediatrics 1993; 92: 474–6.
Adamkin DH. Pediatrics 2011; 127: 575-579
Kuriniş N. Pediatrics 1991; 88: 745–50.
Thornton PS. J Pediatr 2015; 167: 238-245*

Dehidratasyonu önlemek için su veya başka besin verilmeli mi?

Dehidratasyonu önlemek için su veya başka besin verilmeli mi?

- Emzirmeyle ilişki
 - Sezaryen doğum
 - İlk emzirme deneyimi
 - Erken emzirmenin sağlanamaması
- Çözüm
 - Günlük ağırlık ölçümü
 - Nitelikli emzirme danışmanlığı ve desteği



Lavagno C. J Hum Lact 2016; 32: 67-74

Bebekte sarılık varsa anne sütü kesilmeli mi?

Bebekte sarılık varsa anne sütü kesilmeli mi?

- Anne sütüyle ilintili sarılık
 - Emzirme kesilmez
- Sarılık endişesi
 - Sarılık olmasın
 - Sarılık artmasın
- Emzirmenin oturtulmaması nedeniyle sıvı ve kalori alımı azlığı sarılığa neden olur
- Çözüm daha çok anne sütü



Seagraves K. Nurs Womens Health 2013; 17: 500-507
Soldi A. J Biol Regul Homeost Agents 2012; 26: 25-29

**Tıkalı meme veya mastit varlığında meme
dinlendirilmeli mi?**

Tıkalı meme veya mastit varlığında meme dinlendirilmeli mi?

- Meme başı zedelenmesi
 - Yanlış emme tekniği
- Dolu ve şiş meme
 - Yetersiz emme
- Tıkalı meme
 - Yetersiz emme



© MFO FOUNDATION FOR MEDICAL EDUCATION AND RESEARCH. ALL RIGHTS RESERVED.

Erken emzirme desteği önemli



Spencer JP. *Am Fam Physician* 2008; 78: 727-731
Pustotina O. *J Matern Fetal Neonatal Med* 2016; 29: 3121-5

Anne sütü gerçekten yetersiz olabilir mi?

Anne sütü gerçekten yetersiz olabilir mi?

- Olası belirtiler
- Kesin belirtiler
- Gerçek yetersizlik



Kent JC. J Obstet Gynecol Neonatal Nurs 2012; 41: 114-121
Gatti L. J Nurs Scholarsh 2008; 40: 355-63
Emzirme Danışmanlığı Eğitimci Kitabı 2018

Anne sütü gerçekten yetersiz olabilir mi?

- Olası belirtiler
 - Emzirmeden sonra tatmin olmuyorsa
 - Bebek sk sık ağlıyorsa
 - Çok sık meme emiyorsa
 - Çok uzun süre emiyorsa
 - Bebek emmeyi reddediyorsa
- Kesin bulgular
- Gerçek yetersizlik



Kent JC. J Obstet Gynecol Neonatal Nurs 2012; 41: 114-121
Gatti L. J Nurs Scholarsh 2008; 40: 355-63
Emzirme Danışmanlığı Eğitimci Kitabı 2018

Anne sütü gerçekten yetersiz olabilir mi?

- Olası belirtiler
- Kesin belirtiler
 - Yetersiz tartı alımı
 - Ayda 500 gramdan az
 - İkinci haftanın sonunda doğum tartısından az
 - Çok az miktarda, konsantre idrar çıkarması
 - Günde altıdan az
 - Sarı ve keskin kokulu
- Gerçek yetersizlik



Kent JC. J Obstet Gynecol Neonatal Nurs 2012; 41: 114-121
Gatti L. J Nurs Scholarsh 2008; 40: 355-63
Emzirme Danışmanlığı Eğitimci Kitabı 2018

Anne sütü gerçekten yetersiz olabilir mi?

- Olası belirtiler
- Kesin belirtiler
- Gerçek yetersizlik
 - Çoğunlukla bebek yeterli süt alamaz
 - Bazen anne yeteri kadar süt üretemeyebilir (1/10000)



Kent JC. J Obstet Gynecol Neonatal Nurs 2012; 41: 114-121
Gatti L. J Nurs Scholarsh 2008; 40: 355-63
Emzirme Danışmanlığı Eğitimci Kitabı 2018

Biberon emzik kullanılabilir mi?

Biberon emzik kullanılabilir mi?

- Meme başı karışıklığına yol açar
- Anne/bebek pozisyonu, bebeğin memeye reaksiyonu, emme olumsuz etkilenir
- Emzirme süresini kısaltır
- Emzirme sorunları daha fazla
- Emzik/biberon kullanmama emzirmeyi destekler



Gasparin VA. Rev Gaucha Enferm 2020; 41: e20190060
Zimmerman E. J Perinatol 2015; 35: 895-9
Batista CL. J Pediatr (Rio J) 2018; 94: 596-601

ÇÖZÜM??

- Kapla besleme
 - Kilo alımı benzer
 - Emzirme daha fazla



Flint A. *Cochrane Database Syst Rev* 2016; 2016: CD005092
McKinney CM. *Matern Child Health J* 2016; 20: 1620-33
Rana R. *Nutrients* 2020; 12: 2044

Emzirme saati ve süresi programlı mı olmalı?

Emzirme saati ve süresi programlı mı olmalı?

“Bebek;
her istediğinde,
istediği kadar süreyle,
gece ve gündüz”



Colombo L. *Nutrients* 2018; 10: 48
Zhang Y. *Int Breastfeed J* 2020; 15: 92

Taburculuk sonrası izlem gerekir mi?

Taburculuk sonrası izlem gerekir mi?

- Anne destek grupları
- Birinci basamak sağlık hizmeti
- Taburculuk sonrası profesyonel yardım alma emzirme oranını artırıyor



**Tamamlayıcı besinlere alıştıırken
anne sütü kesilmeli mi?**

Tamamlayıcı besinlere alıştırırken anne sütü kesilmeli mi?

Anne sütünün tek başına,
süt çocuğunun besin ihtiyacını karşılamaya daha uzun
süre yeterli olamayacağı zamanda başlatılan ve
diğer yiyecek ve içeceklerin
anne sütü ile birlikte sunulduğu süreç

- İştahsızlık???



<http://who.int/health-topics/complementary-feeding>

Tamamlayıcı besinlere alıştıırken anne sütü kesilmeli mi?

6. aydan 12. aya
kadar



*Bebeğinizi her istediğinde
emzirmeye devam edin.*

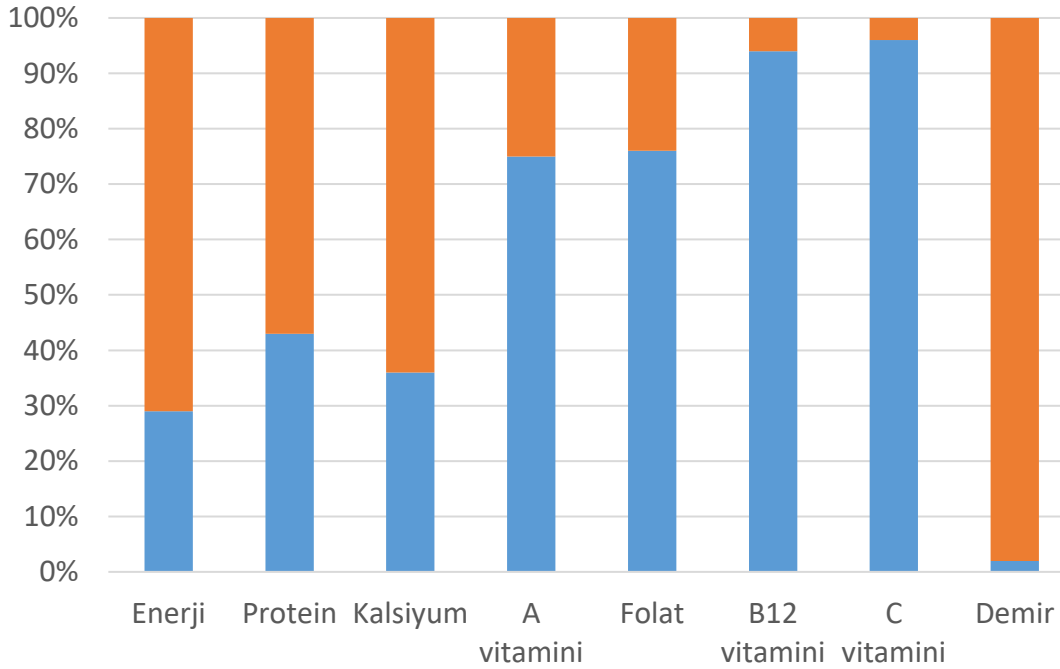
* Emzirmenin yanında aşağıdaki besleyici ek besinleri yeterli miktarda (her bir öğünde en az 1 çay bardağı kadar) verin:

- Eğer bebek anne sütü alıyorsa, günde 3 kez
 - Eğer bebek anne sütü almıyorsa ise günde 6 kez
- aşağıdaki besinlerden verin.

* Sıvı yağ ile hazırlanan sebze ve tahıl çorbaları (patates, pirinç, mercimek, bulgur vb) ya da

Bir yaşımdan sonra emzirme kesilmeli mi?

Bir yaşımdan sonra emzirme kesilmeli mi?



Dewey KG. *Pediatr Clin North Am* 2001; 48: 87-104

Bir yaşımdan sonra emzirme kesilmeli mi?

- AAP: Anne ve bebek istediği sürece
- DSÖ: İki yaş ve ötesinde beslenme gereksinimleri karşılandığı sürece



Sonuç;

- Emzirme ile ilgili yapılan en büyük yanlış emzirmenin kolay gözden çıkarılmasıdır
- Başarılı emzirmede 10 adımın uygulanması emzirme başarısını artırmaktadır
- İyi bir emzirme danışmanlığı emzirmenin desteklenmesinde büyük rol oynar
- Anne sütü yetersizliği \neq formüla kullanımı

Emzirmenin desteklenmesi



Daha sağlıklı
Daha iyi eğitimi
Daha adil
Daha sŸrdŸrŸlebilir evreli





TEŞEKKÜRLER