

T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
KOCAELİ
İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ

ANNE SÜTÜ VE EMZİRME

ANNE SÜTÜNÜN TEŞVİKİ



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
KOCAELİ
İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ

Hedefimiz;

Her kadına şartları ne olursa olsun,
emzirme için gerekli profesyonel ve
toplumsal desteğin sağlanması, annelerin
emzirme ile ilgili tecrübe kazanabilmesini
sağlayacak tüm bilgi, eğitim ve öz
güvenin verilmesidir.



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
KOCAELİ
İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ

Anne Sütü; Annenin Bebeğine Vereceği İlk ve En Güzel Hediyedir...





UNICEF, WHO, SAĞLIK BAKANLIĞI ÖNERİLERİ

- Emzirmeye **ilk yarım-bir saat içerisinde başlanması**
- **İlk 6 ay sadece anne sütü**
- 6 aydan sonra **en az 2 yaşına kadar** tamamlayıcı besinlerle birlikte emzirmenin sürdürülmesi





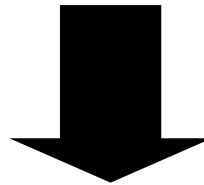
NEDEN ANNE SÜTÜ?

Çocuk ölümlerinin **%45'i** yetersiz beslenmeden kaynaklanmaktadır,

Bu ölümlerin **% 12'si** yani 800.000 ölüm, anne sütünün yetersiz kalmasına bağlanmaktadır (1)

Malnutrisyonu azaltmada en büyük katkı

Sağlıklı beslenmede ilk adım



ANNE SÜTÜ

BAŞARI DURUMU



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
KOCAELİ
İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ

İlk 6 ay sadece anne sütü alma oranı :

- 2003 TNSA % 21
- 2008 TNSA % 42
- 2013 TNSA % 30

BAŞARISIZLIĞA NEDEN OLAN FAKTÖRLER



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
KOCAELİ
İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ



Mama Sektörü



Annelerin Bilgi ve
Bilinç Eksiklikleri



Geleneksel
Uygulamalar

BİZİM ROLÜMÜZ ?



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
KOCAELİ
İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ

ANNE SÜTÜ NEDEN BEBEKLER İÇİN İDEALDIR?





Anne sütü;

- ilk 6 ayda bebeğin ihtiyacının %100' ünü,
- 6-12 ayda bebeğin ihtiyacının %50' sini
- 12.aydan itibaren de %30'unu karşılar.

Emzirmenin Yararları



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
KOCAELİ
İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ

BEBEK İÇİN

- Her zaman sterildir, ısı derecesi idealdir.
- Besin ögesi bileşimi
- Koruyucu etmenler
- Ig'ler içerir
- Sindirime yardımcı aktif enzimler
- Hormonlar ve büyüme faktörleri
- Antioksidanlar

Emzirmenin Yararları



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
KOCAELİ
İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ



- Ortakulak iltihabı riski azalır
- Gastrointestinal enfeksiyonları daha az görülür
- Allerjiye karşı koruyucudur ve bebeği pişikten korur.
- Kronik hastalıklar daha az görülür.



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
KOCAELİ
İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ

Her bebek için kendi annesinin sütü
idealdir. Her bebeğe özel bileşimde
salgılanır.





T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
KOCAELİ
İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ

Anne sütü bileşimi bebeğin erken doğumuna, gelişimine, gün içindeki oğnlerine göre en uygun olacak Şekilde değişmektedir.



Emzirmenin Yararları



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
KOCAELİ
İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ

Anne için

- Ucuzdur, hazırlama sorunu gerektirmez
- Kontraseptif etkisi vardır
- Annenin sağlığını korur
 - Göğüs kanseri
 - Over kanseri
 - Anemi
 - Osteoporoz
- Toplam emzirme süresi arttıkça meme kanserine yakalanma riski azalıyor



- Emzirme hormonları, anneyi gevşetir daha çabuk uykuya dalmasını sağlar,
- Anneyi dinlendirir





T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
KOCAELİ
İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ

Anne Sütü ve Emzirme Anne ve bebek arasında vazgeçilmez duygusal bir bağ oluşturur.





T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
KOCAELİ
İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ

Özel bir kokusu vardır, bebeğin gözü kapalı olsa da meme başını bulmasını sağlar.





ANNE SÜTÜ;

- ÖN SÜT

Sulu ve şekerli

- SON SÜT

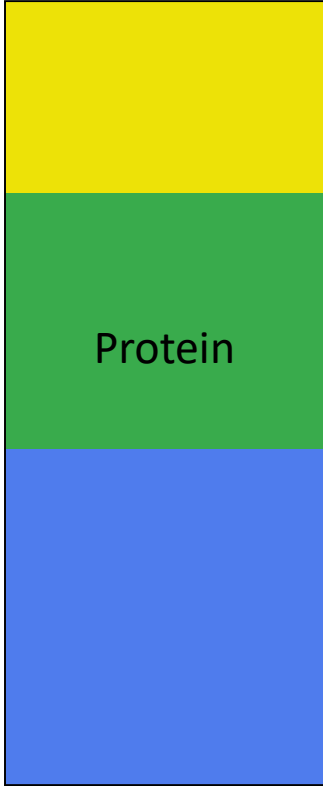
Proteinli ve yağlı



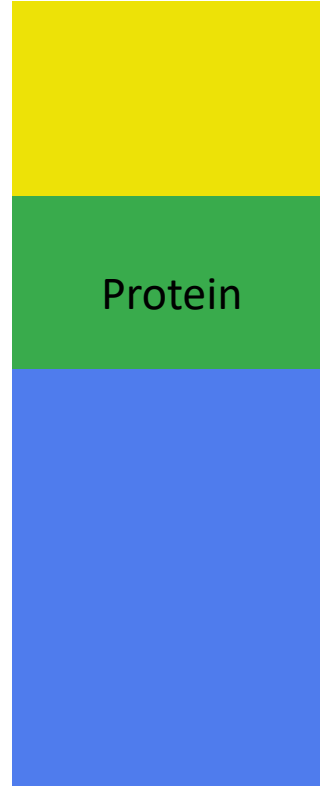
Gün içinde bebek her istediğinde, her öğünde bir meme tamamen boşalana kadar emzirilmelidir.

ANNE SÜTÜNÜN ÖZELLİKLERİ

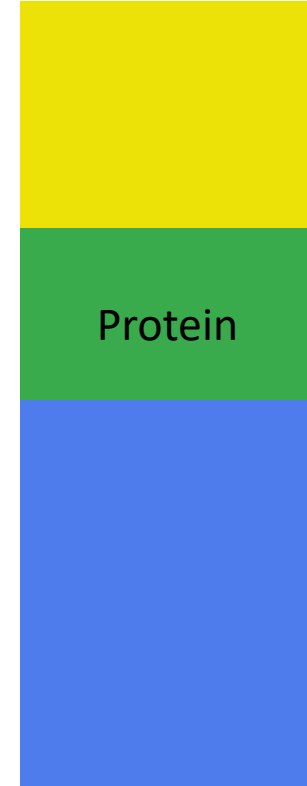
İLK SÜT
(COLOSTRUM)



ÖN SÜT



SON SÜT



KOLOSTRUM (ilk süt)

ÖZELLİK	ÖNEM
Antikordan zengin	Enfeksiyondan ve allerjiden korur.
Akyuvardan zengin	Enfeksiyondan korur.
Barsakları temizleyici	Mekonyumu temizler, sarılığın nlenmesine yardım eder
Büyüme faktörleri	Barsağın olgunlaşmasına yardım eder, allerji ve intoleransı önler.
A vitaminden zengin	Enfeksiyonların ağırlaşmasını ve göz hastalıklarını önler.

EMZİRME NASIL OLUYOR ?



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
KOCAELİ
İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ

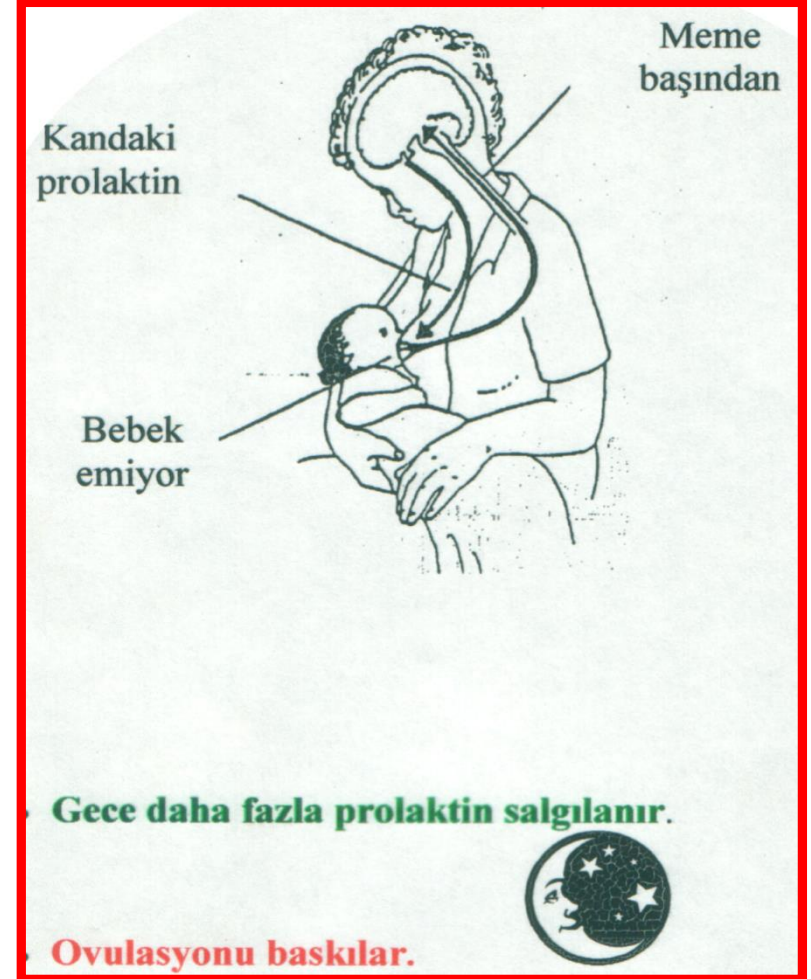


PROLAKTİN HORMONU



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
KOCAELİ
İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ

- Hipofiz bezi ön lobundan salgılanır
- Alveol hücrelerinden süt salgılanmasına neden olur
- Önceden sağlanmış hazır sütü kullanır



PROLAKTİN HORMONU

- Geceleri daha fazla yapılır
- Fazla emme fazla süt yapar
- Anneyi gevşetir
- Prolaktin ilgili hormonlar ovülasyonu baskılar, yeni bir gebeliğin oluşumunu engeller



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
KOCAELİ
İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ

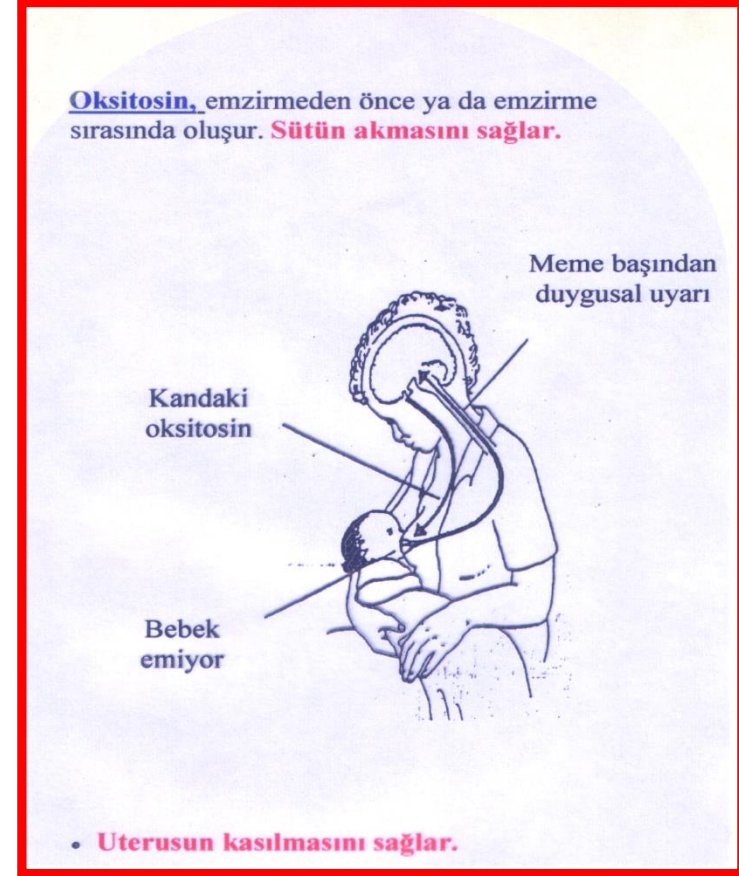


OKSİTOSİN REFLEKSİ



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
KOCAELİ
İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ

- İyi duygular,
- Bebeğiyle mutlu olmak,
- Sevgiyle onu düşünmek,
- Sütünün onun için en iyi besin olduğunu düşünmek,
- Bebeğini görmek, ona dokunmak, sesini duymak,
Oksitosin refleksini harekete geçirir.

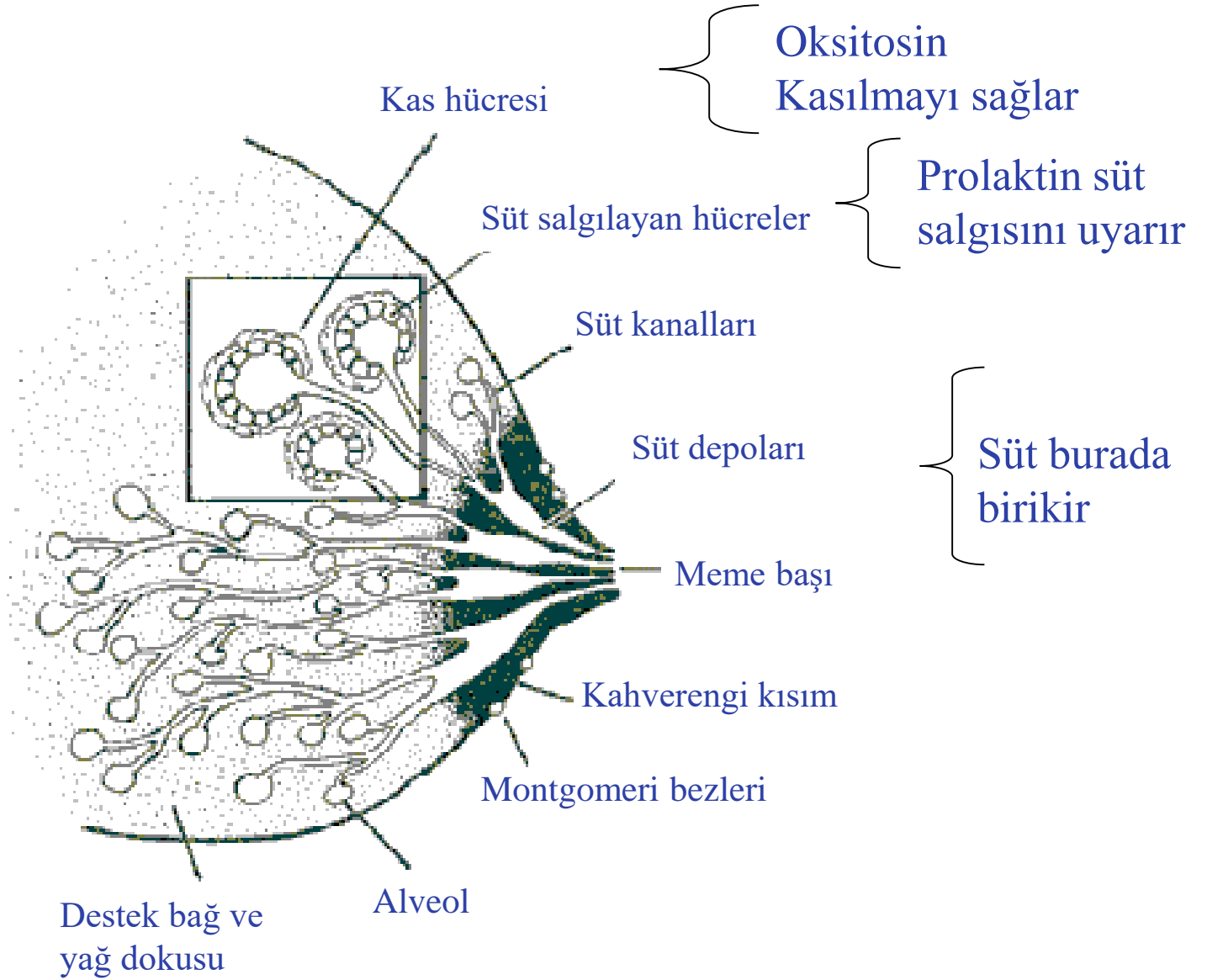


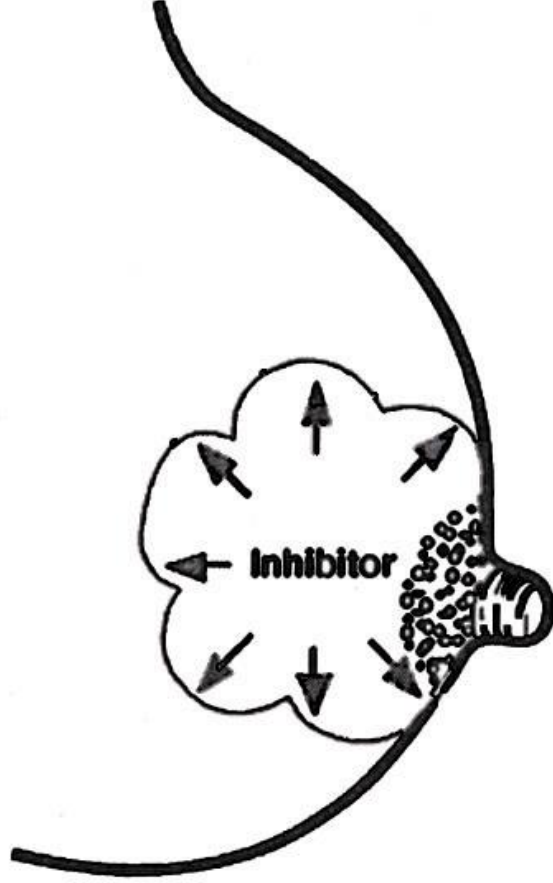
AKTİF OKSİTOSİN REFLEKSİ BELİRTİ VE DUYGULARI



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
KOCAELİ
İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ

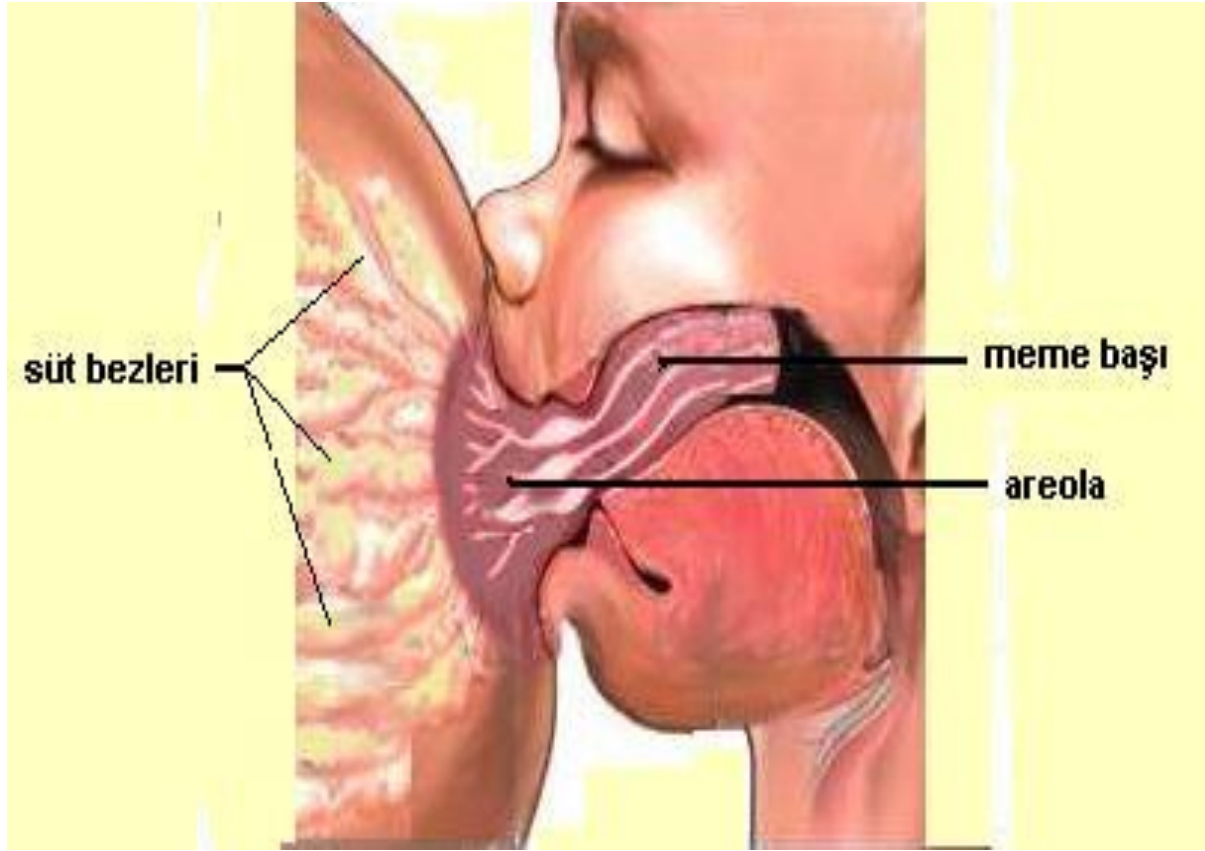
- Emzirmeden hemen önce ya da tam emzirirken memelerinde ezilme veya karıncalanma hissi olması
- Bebeğini düşününce ya da ağladığını duyunca memeden süt akması
- Bebek meme emerken diğer memeden süt damlaması
- Emerken bebek memeden ayrılırsa ince ince süt akması
- İlk haftalarda emzirmelerde uterus kasılmasıyla ağrı ve bazen kan boşalması durumu
- Sütün ağızına aktığını gösterir şekilde bebeğin yavaş ve derin emme yutmaları



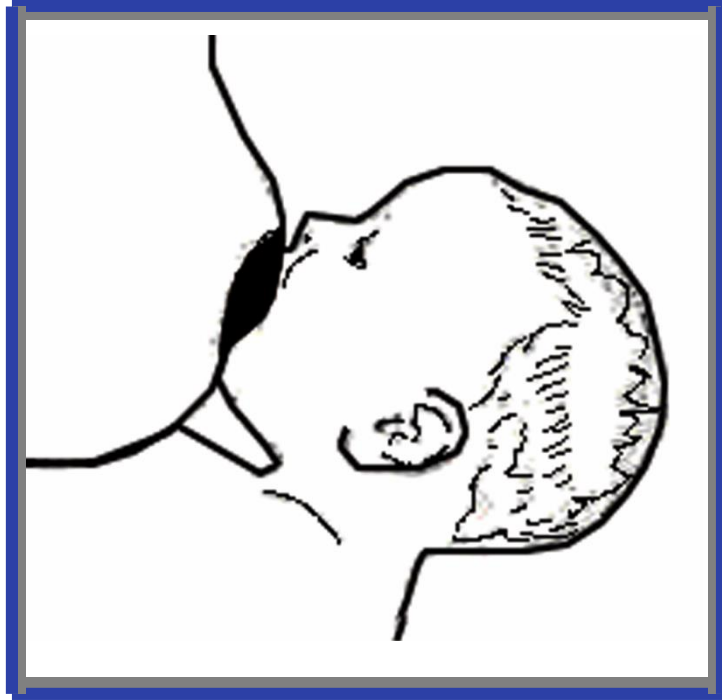


Eğer meme, süt ile tamamen dolarsa salgılama durur.

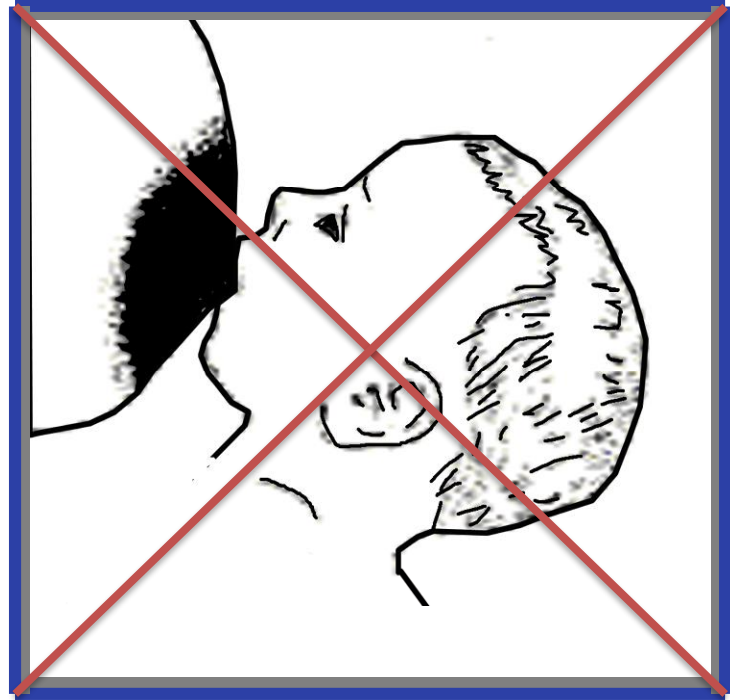
DOĞRU YERLEŐTİRME= DOĞRU EMZİRME



DOĞRU EMZİRME



YANLIŞ EMZİRME





Doğru emzirmek için;

- Emzirme için anne rahat bir yere oturmalı,
- Bebeğin başı annenin dirseğinin içinde olmalı,
- Bebek tamamen anneye dönük ve en yakın temasta olmalıdır.



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
KOCAELİ
İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ



Bebek ağzını kocaman açtığında,
bebeğin ağzına bolca kahverengi kısmı doldurmak
gerekir.



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
KOCAELİ
İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ



Memeye İyi Yerleşmiş Bebek

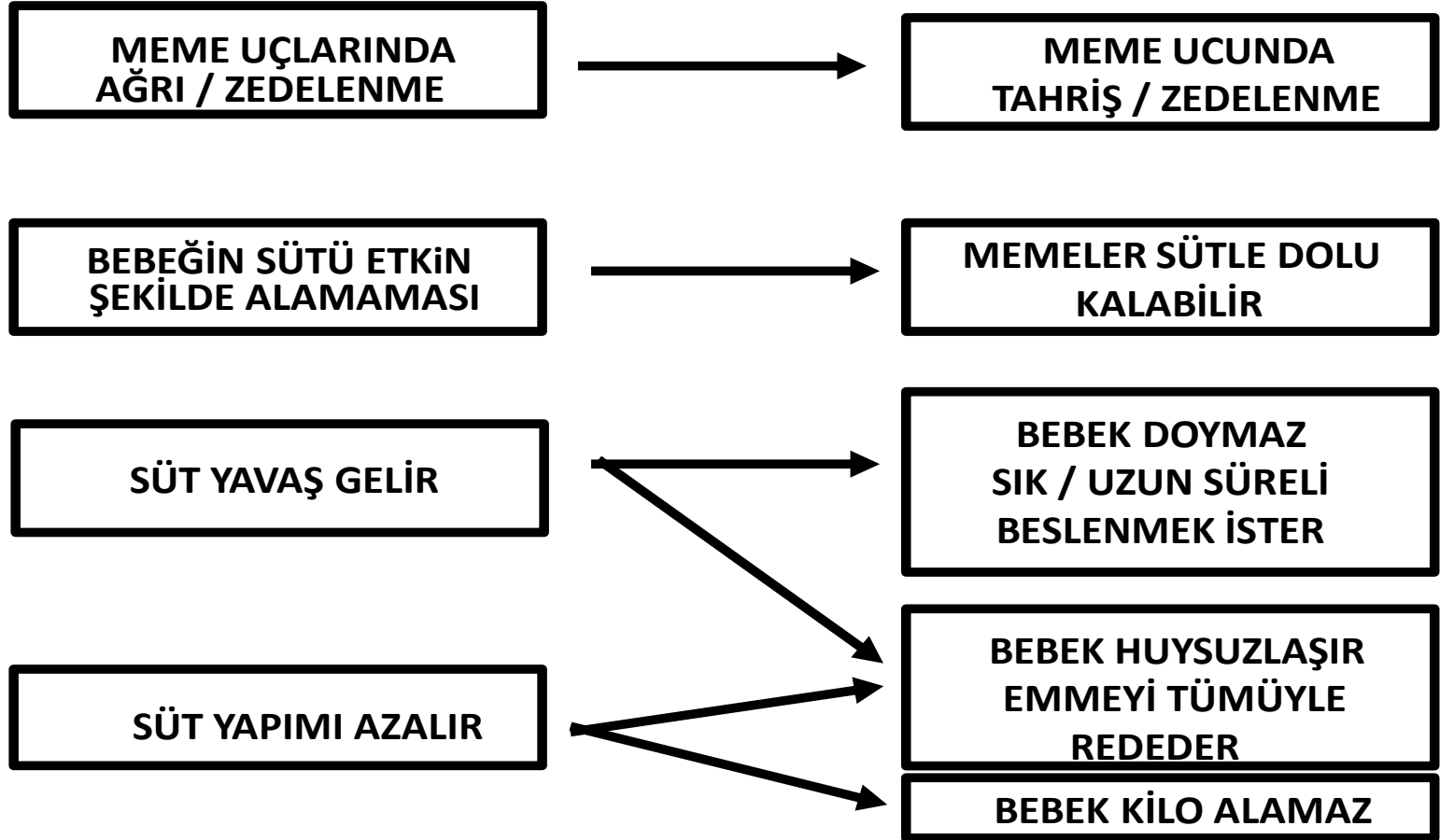


Bebek memeye iyi yerleşmediğinde bebek memede asılı kalmış gibi gözükür

BEBEĞİN MEMEYE YANLIŞ YERLEŐTİRİLMESİNİN SONUÇLARI



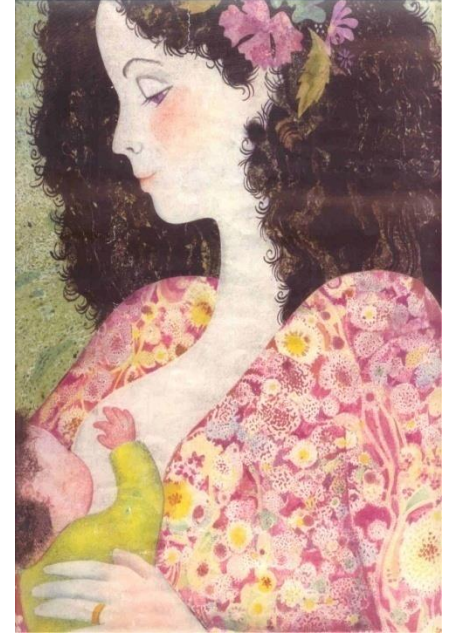
BEBEĞİ MEMEYE YANLIŞ YERLEŐTİRMENİN SONUÇLARI



**BİR EMZİRME
ÖĞÜNÜNDE
NASIL EMZİRELİM ?**

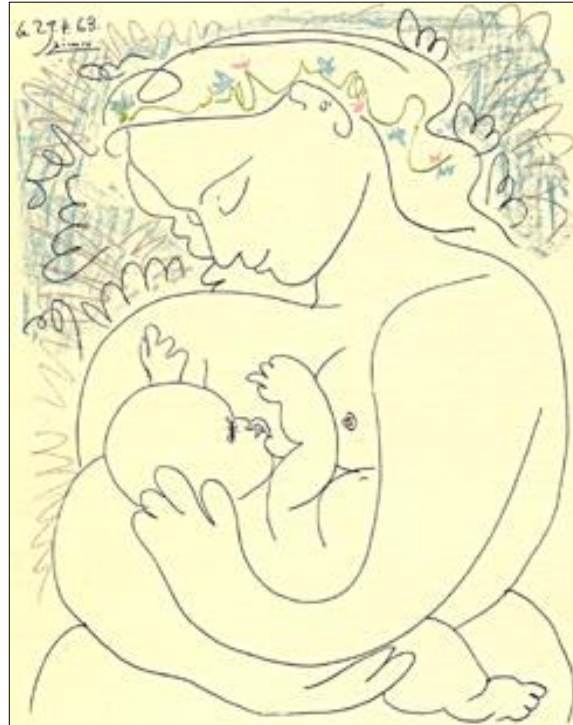


- Bir meme tamamen boşalana kadar emzirilmeli, bir sonraki emzirmede diğer meme emzirilmelidir.
- Bebek bir memeyi bitirdikten sonra ikinci memeyi emmişse sonraki emzirmede yarım kalan memeden başlanmalıdır.



Emzirme döneminde;

Anne Her Emzirmeden sonra 1 Bardak Sıvı Alınmalıdır. (süt, taze meyve suyu, ayran, su, limonata vs)



EMZİRME POZİSYONLARI



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
KOCAELİ
İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ



EMZİRME POZİSYONLARI



Bebek Ayakta



Bebek Oturarak



Çanta Tutuşu



Ters Yatış



İkiz Tutuş



Yastık Üzeri



Sling İçinde



Beşik Tutuşu



Uzanarak

İKİ BEBEĞİ EMZİRME POZİSYONLARI





T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
KOCAELİ
İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ

EMZİRMİYİ DEĞERLENDİRMEK





1. Anne ile ilgili olarak neler gözlemliyorsunuz ?
2. Anne bebeğini nasıl tutuyor ?
3. Bebek ile ilgili olarak neler gözlemliyorsunuz?
4. Bebek nasıl tepki veriyor?
5. Anne bebeğini memesine nasıl yerleştiriyor?
6. Anne beslenme süresince memesini nasıl tutuyor?





7. Bebek memeye iyi yerleşmiş görünüyor mu?
8. Bebek etkili emiyor mu?
9. Emzirme nasıl bitiyor?
10. Bebek tatmin olmuş gözüküyor mu?
11. Annenin memelerinin durumu nedir?
12. Annenin emzirme ile ilgili duyuları nedir?





KİLO KAYBI ENDİŞESİ VE GEREKSİZ FORMÜL MAMA BAŞLANMASI

İlk haftada %7-10 kilo kaybı normaldir.

➤ Yenidoğan bebeğin midesi;



- İlk gün bilye kadar (~5ml)

- 3. gün pinpon topu kadar (~ 20ml)

- 10.gün yumurta kadar (~50ml)



➤ İlk 24 saatte yaklaşık 7-14 ml /her beslenmede,

➤ Sonraki 36 saatte artarak 24 saatlik periyotta 500ml' ye ulaşır.



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
KOCAELİ
İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ



**ÖZGÜVEN
SAĞLAMA VE
DESTEK OLMA**



- Emzirme sürecindeki annenin kendine güveni kolaylıkla yıkılabilir.
- Anne gereksiz yere yapay besin kullanmak ve çevresinden gelen bu konudaki baskılara boyun eğmek zorunda kalabilir





- Anneye yanlış birşey yapmış olduğu hissini vermemek önemlidir.
- Kendinde ve en önemlisi sütünde bir hata olduğunu düşünen annenin özgüveni azalır.





- Emzirme sürecindeki anneye ne yapacağını söylemekten kaçınılmalıdır.
- Anneye, kendisi ve bebeği için neyin en iyisi olduğuna karar vermede yardım edilmelidir.

Unutmayalım!



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
KOCAELİ
İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ

- Bir anneyle kurulan her temel temas, emzirmeyi özendirir ve desteklemek için bir özel fırsat olabilir.





1. Annenin duygu ve düşüncelerini kabul etmek

- Yanlış fikirlere sahip olabilir
- Önemsiz konulara çok önem verebilirler
- Doğru fikrine katılmamaktan
- Yanlış bir fikre de katılmaktan **kaçınılmalıdır**
- ANNENİN FİKRİNİ KABUL ETMEK tarafsız bir tepki göstermektir





2. Annenin bebeğe yaptığı doğru uygulamaları belirleyip övebilmek

- Bizler anne ve bebeklerin yaptığı doğru şeyleri bulmalıyız.
- Sosyo-ekonomik düzeyi ne olursa olsun, eğer bir bebek yaşıyorsa annenin yaptığı iyi bir şeyler mutlaka vardır.



3. Geçerli pratik yardım sağlamak

- Bazen bir şeyler yapmak, konuşmaktan daha iyidir
 - Anne kendini yorgun, kirli ya da rahatsız hissediyorsa
 - Aç ise ya da susamışsa
 - Zaten yeterince öneri dinlemişse
 - Desteyinizi ve kabul ettiğimizi görmek istiyorsa
 - Annenin belirgin bir sorunu varsa



4. Az ve öz bilgi vermek

- Anneler emzirme ile ilgili bilgiye her zaman ihtiyaç duyarlar, bilgiyi paylaşmalıyız.
- Anneyi yargılamadan yanlış fikri düzeltmeliyiz.
- Anneler emzirmeyle ilgili bilgiye her zaman gereksinim duyarlar, “O anki” durumla ilgili bilgi vermeliyiz.
- Bir defada bir-iki bilgiden fazlasını vermeyiniz.
- Anneyi eleştirmeden ve yanlış bir şey yapmış olduğu hissi vermeden konuşmalıyız.



5. Basit bir dil kullanmak

- Sağlık görevlileri hastalıklar ve tedavilerini teknik ve bilimsel dille öğrenirler.
- Bilimsel terimler yerine daha anlaşılır kelimeler kullanılmalı bu anlamayı kolaylaştırır.
- Annelere açıklama yaparken basit, açık bir dil ve anlaşılır terimler kullanılmalıdır.
- “Bebğin sütü efektif bir şekilde alabilmesi için laktifer sinüslere ulaşabilmesi gerekir.”
- “Bebek ağzına daha çok meme alırsa, sütü emmesi daha da kolaylaşacaktır.”



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
KOCAELİ
İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ

MEME MUAYENESİ VE MEMELERE İLİŞKİN SORUNLAR





Meme şekilleri

- Emzirmeyi etkiler mi?



Bebekler hepsinden emebilirler



Dolu ve tıkanmış meme

DOLU MEME

- Sıcaktır
- Ağırdır
- Serttir
- Süt Akar
- Ateş yoktur

TIKANMIŞ MEME

- Acı verir
- Ödemli gibidir
- Meme ucu gevşektir
- Parlaktır
- Kırmızı görünebilir
- Süt Akmaz
- 24 saat ateş olabilir

Tıkalı kanal ve meme iltihabı nedenleri

Memede kısmi ya da genel süt akışı azalması	<ul style="list-style-type: none">• Yetersiz emzirme• Bebeğin başarısız emişi• Giysilerin darlığı• Emzirme sırasında parmak baskısı• Büyük memede süt akımı yetersizliği
Emzirme sıklığında ve süresinde azalma	Stres-fazla çalışma
Doku harabiyeti	Memelere travma
Bakteri girişi	Meme ucu çatlakları

Meme tıkanmasının tedavisi

Memeyi dinlendirmeyin!

Bebek emebiliyorsa	Sık emzirtin, pozisyon vermeye yardımcı olun
Bebek ememiyorsa	Elle ya da pompayla sütü sağın
Emzirme öncesi oksitosin refleksini uyarmak için	Ilık yaşı pansuman ya da ılık duş yaptırın Omuz, sırt, memelere hafif masaj yapın Meme ucu derisine uyarı verin Anne gevşemesine yardım edin
Emzirme sonrası ödemi azaltmak için	Memeye soğuk yaşı pansuman yapın

İnfektif mastitte antibiyotik tedavisi

Meme absesinde en sık Stafilokokus Aureus etkindir, SAM ya da erythromycin gibi penisilinaza dirençli antibiyotik faydalı olabilir

İlaç	Doz
Sulbactam + Ampicillin	375-750 mg, 10–14 gün 12 saatte bir
Erythromycin	250–500 mg, 7–10 gün 6 saatte bir

Meme ucu yaralarında yapılacaklar

Nedeni arayın:

- Bebeğin yerleşmesini kontrol edin
- Tıkanıklık, çatlak, kandida için memeleri kontrol edin
- Kandida ve dil bağı için bebeği kontrol edin

Anneye öğütler:

- **Memeyi günde sadece bir kez, sabunsuz yıka**
- **İlaçlı losyon ve merhemden kaçın**
- **En son gelen sütü meme ucu çevresine sür**

Meme ucu yaralarında yapılacaklar

Uygun tedaviye geçin:

- Anneye özgüven sağlayın
- Yerleşmeyi düzeltin, emzirmeye devam edin
- Tıkanıklığı azaltın: sık emzirme ve sütün sağılmasını önerin
- Deri kızarık-parlak-pul pul, kaşıntı ve ağrı var ve yaralar geçmemişse kandida tedavisi uygulayın

Emzirmenin Kontrendike **Olduğu Durumlar**

- ✓ Anne kaynaklı
- ✓ Enfeksiyon varlığı
- ✓ İlaç kullanımı
- ✓ Madde Kullanımı
- ✓ Kanser Tedavisi
- ✓ Bebek kaynaklı



- Bebekte **GALAKTOZEMİ** olması belki de tek kesin kontrendikasyondur.
- Annede **HTLV** (human T-cell lymphotropic virus) pozitif olması, **tedavi edilmemiş bruselloz varlığı, aktif tüberküloz varlığı** emzirmeye engeldir.
- Annenin doğumdan 5 gün önce ile 2 gün sonrası arası bir dönemde suçiçeği geçirmesi durumunda anne ile bebek izole edilmelidir, ancak anne sütü sağılarak bebeğe verilebilir.
- **HIV pozitif** annelerin bebeklerini emzirmesi önerilmemektedir.
- Annenin kullandığı **bazlı ilaçlar (antiepileptikler, radyoaktif iyot, sitotoksik ilaçlar ve kemoterapötikler gibi)** emzirmenin geçici veya kalıcı olarak sonlandırılmasını gerektirebilmektedir.



Hepatit A: Anne el hijyenine dikkat etmeli, bebeğe Ig verilir.
Emzirilebilir.

Hepatit B: Anne hbsag pozitif ise bebeğe doğumdan 12 saat
içinde Ig yapılmalıdır. Emzirilebilir

Hepatit C: süte geçme oranı düşük bulunmuş.HIV enfeksiyonu ile
beraber değilse emzirilebilir

CMV:pozitif anneler güvenli bir şekilde emzirebilirler

Herpes simplex: memede lezyon yoksa güvenle emzirebilir



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
KOCAELİ
İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ

**Meme absesi, mastit, Hepatit B ve C varlığı
anne sütü ile beslenmede
KONTENDİKASYON
oluşturmaz.**

YETERSİZ SÜT



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
KOCAELİ
İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ





Yetersiz süt tanısında güvenilir bulgular;

- Yetersiz tartı alımı
 - Ayda 500 gramdan az, (ikinci haftanın sonunda doğum tartısından az)
- Çok az miktarda, konsantre idrar çıkarması
 - Günde altıdan az,
 - Sarı ve keskin kokulu



Yetersiz süt belirtileri (olası)

- Emzirmeden sonra tatmin olmuyorsa
- Bebek sık sık ağlıyorsa
- Çok sık meme emiyorsa
- Çok uzun süre emiyorsa
- Bebek emmeyi reddediyorsa



Bebeğin yeterli anne sütü alamamasının nedenleri;

Emzirme ile ilgili faktörler

- Geç başlama
- Sık emzirmeme
- Gece emzirmeme
- Kısa emzirme
- Memeye kötü yerleşme
- Biberon, yalancı emzik verme
- Ek besinler verme



Bebeğin yeterli anne sütü alamamasının nedenleri;

Annenin psikolojik durumu

- Özgüven azlığı
- Kaygı, stres
- Emzirmeden hoşlanmama
- Bebeği kabullenememe
- Yorgunluk





T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
KOCAELİ
İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ

DAHA ÇOK SÜT ÜRETMEK İÇİN NE YAPMAMIZ GEREKİR?

Çok emzirme = Daha çok süt

Bebek her istediğinde emzirilmelidir.



Bebek Her İstediginde Emzirmenin Yararları;



- Sütün gelmesi çabuklaşır.
- Bebek daha çabuk kilo alır.
- Kanal tıkanması türü sorunlar azalır.
- Emzirme alışkanlığı daha kolay yerleşir.

Bebeği yeterince anne s¼tü alamayan anneye yardım

ÖNCELİKLE BİR NEDEN ARAYIN

- Dinleyin ve öğrenin
- Öykü alın
- Emzirmeyi değerlendirin
- Bebeği muayene edin
- Anneyi ve memeleri muayene edin

Bebeği yeterince anne sütü alamayan anneye yardım

ÖZGÜVEN KAZANDIRIN VE DESTEK VERİN

- Kabul edin
- vn
- Pratik yardım yapın
- Geçerli bilgi verin
- Basit bir dil kullanın
- Uygun önerilerde bulunun

Bebeği yeterince anne sütü alamayan anneye yardım

DAHA NADİR NEDENLER KONUSUNDA YARDIM EDİN

- Bebek hasta ise tedavi edin ya da SEVK EDİN
- İZLEYİN
 - Bebek tartı alana ve anne özgüvenini kazanana kadar önce günlük sonra haftalık aralarla izleyin



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
KOCAELİ
İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ

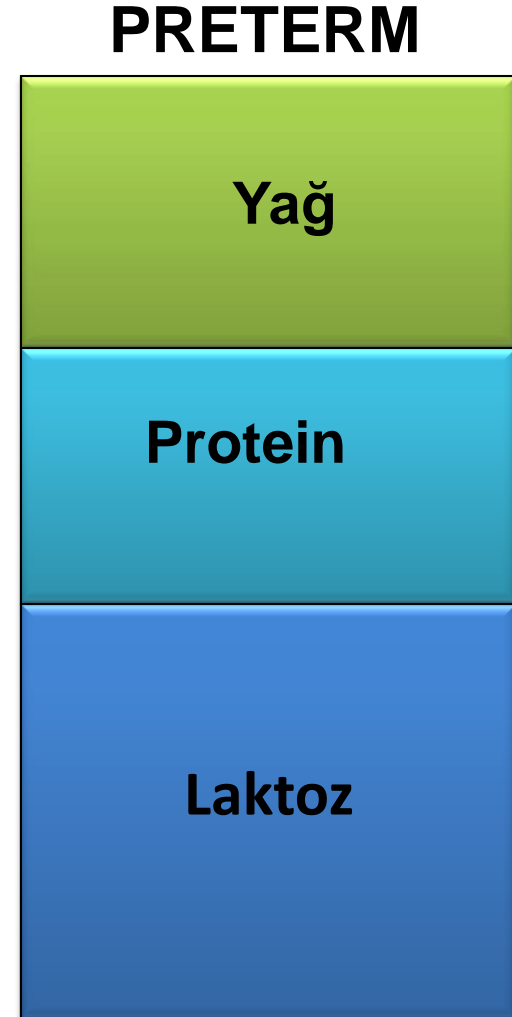
DÜŞÜK DOĞUM AĞIRLIKLILIKI VE HASTA BEBEKLERİN BESLENMESİ



Term ve preterm anne sütü



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
KOCAELİ
İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ



Düşük doğum tartılı bebeklerde neden bazen yalnız anne sütü ile beslenmek zordur?

- DDA bebekler (>32 hf) emebilirler, ama 34 hf ya kadar emme-yutma-nefes alma senkronizasyonunu sağlayamazlar
- DDA ve prematüre bebekler etkin emmeye başladığında bile sık sık ve uzun süreli duraksayabilir
- 4-5 kez emip 4-5 dakikaya kadar ara verebilir.
- Anne memesini yalaması, çok az bile olsa emmesine izin verilmelidir

DDA ve prematüre bebeğin memeyi emme zorluğu

- Memeden bebeği hemen çekmemek gerekir. Tekrar emmeye başlaması için memede tutmak gerekir. Bu süre bazen bir saati bulabilir.
- Önceden sağılmış anne sütü yoksa formula bebek anne memesindeyken meme ucuna yapıştırılmış NG ile verilebilir.



Düşük doğum ağırlıklı bebeklerin emzirilmesi

- Düşük doğum ağırlıklı bebeklerin doğrudan memeden emme başarısı düşük %15-20
- Aylarca haftalarca sağılmış anne sütü alması gerekebilir
- Emzirme başarısı ?!
 - Düzeltilmiş 40 hf dan sonra tek başına anne sütü ile beslenme
 - Eve taburcu olurken anne sütü alıyor olması



Düşük doğum ağırlıklı bebekleri besleme yöntemleri

Gestasyonel yaş (hafta)	Yaklaşık ağırlık	Oral beslenme yöntemi
30 haftadan önce	<1300 gr	Nazogastrik tüp (parmak emzirme)
30-32 hafta	1300-1600 gr	Kaptan beslenme + (NG) (kanguru, tensel temas)
32+ hafta	1600-1800 gr	Emzirme mümkün (kap+NG) (anne memesi)
34-36+ hafta	>1800 gr	Emzirme

Hasta bebeğin emzirilmesine yardım

Eğer bebek;	Anneye yapılacak yardım
Hastanede ise	Bebekle beraber hastanede kalması sağlanmalı
İyi emebiliyorsa	Daha sık emzirilmeli
Eskisinden az emebiliyorsa	Sık sık emzirilmeli
Ememiyor / reddediyorsa	Anne s¼tü sağılmalı kap/t¼p ile verilmeli
Ağızdan beslenemiyorsa	S¼t üretimini korumak için 3 saatte bir s¼t sağılmalı
iyileşiyorsa	Tekrar emzirmeye başlanmalı Daha sık emzirilmeli

KANGURU BAKIMI

- Term ya da preterm tüm bebekler için sağlık ve iyilik halinin sürdürülmesinde kullanılan bir tedavi yöntemidir.



- Kanguru Bakımında pozisyon nasıl olmalıdır?
- Kanguru Bakımının yararları nelerdir?
- Kanguru bakımının hazırlık aşamasında ailenin dikkat etmesi gereken noktalar nelerdir?

Kanguru Bakımında pozisyon nasıl olmalıdır?

- Bebek annenin göğüsleri arasına çıplak olarak dik şekilde yerleştirilir.
- Başını bir tarafa çevirilir hafif ekstansiyona alınır. Bu şekilde hava yolu açık ve bebekle anne göz teması sağlanmış olur.
- Kalça fleksiyonda ve kurbağa postüründe olur.
- Bebeğin karnı annenin epigastriumunda olur ve annenin solunumu bebeği uyurarak apne sıklığını azaltır.
- Bebeğin poposu alttan desteklenir.

Kanguru Bakımının yararları nelerdir?

- Isı kontrolü sağlanır,
- Taburculuk erken olur,
- Morbiditede iyileşme,
- Mortalite, neonatal sepsis, hipotermi, hipoglisemi, bebekteki ağrı skorları, hastaneye yeniden yatışları azaltır
- Baş çevresi büyüme daha iyi olur
- Vital bulgular daha iyi seyreder
- Solunum sayısı az, oksijen saturasyonları yükselir

Kanguru bakımının hazırlık aşamasında ailenin dikkat etmesi gereken noktalar nelerdir?

- Kliniğe gelmeden önce banyo yapmış olması
- Kliniğe gelmeden önce sigara içmemesi
- Giysilerinin önden kolay açılabilir, gevşek ve temiz olması
- Klinikte yoksa eğer yanında bir battaniye ve şapka getirebileceği söylenmelidir



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
KOCAELİ
İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ

RELAKTASYON



Yeniden emzirme durumları



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
KOCAELİ
İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ

- Bebek hasta olmuş
- Bebek yapay beslenmiş ama anne yeniden emzirmek istiyor
- Anne hastalanmış ve emmeyi kesmiş
- Evlat edinmiş olabilir

Anneye sütünü arttırmada nasıl yardımcı olunur?



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
KOCAELİ
İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ

- Mümkünse evde yardımcı
- Anne ile sütünün az olmasının nedenini tartış
- Özgüvenini kazandır
- Dengeli ve düzenli beslenme yolları öner
- Dinlenme ve gevşeme
- Bebeği ile tensel temas
- Sık ve doğru teknikle emzirme
- Kapla beslemeyi öner (biberon ve emzik kullanmamasını hatırlat)
- Damlalık veya emzirme ekleyici kullanır

Relaktasyon



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
KOCAELİ
İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ



Yeniden emzirmeye başlarken



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
KOCAELİ
İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ

- Başta kilosuna uygun miktarda yapay besin vermeli.
- Biraz süt gelmeye başlar başlamaz 30-60ml/gün azaltmalı
- Yeterli beslendiğinden emin olmak için kilosu ve idrar miktarı kontrol edilmeli

Unutmayalım



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
KOCAELİ
İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ

- Anne sütünün artması için geçen süre değişkendir (sık emzirme, istekli olma)
- Bebek küçükse relaktasyon daha kolay
- Memeyi yeni bırakmış bebeğin relaktasyonu daha kolay
- Daha önce hiç emzirmemiş olsa bile relaktasyon mümkün

SÜT SAĞMA TEKNİKLERİ



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
KOCAELİ
İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ





Sütün sağılması hangi durumlarda yararlıdır ?

- Tıkanık (şiş) memeyi rahatlatmak
- Süt birikmesi
- Çökük meme başı
- Emmesi sorun olan bebek
- Memeyi reddeden bebek
- Düşük Doğum
- Ağırlıklı bebek
- Hasta bebek
- Hasta anne
- Anne işe başlamışsa
- Dolu memeyi almayı kolaylaştırmak için

Sütün sağılması yöntemleri;



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
KOCAELİ
İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ

- Oksitosin Refleksinin Uyarılması
- Elle sağma
- Süt Sağma Pompası ile Sağma
- Enjektör Pompası



Oksitosin refleksi



- Sessiz bir yer
- Çocuğun eşyasına veya resmine bakma
- Ilık bir şeyler içme
- Memeleri ısıtma
- Meme uçlarını uyarma
- Memelere masaj yapma
- Sırt Masajı



Elle süt sağmak;

- Ellerini yıka, geniş ağızlı temiz bir kap hazırla
- Elini C tekniğiyle tut,
- Kahverengi kısmın arkasındaki süt deposunu hisset, büyük bir fıstığa benzer
- Göğüs kafesine doğru bastır, parmakları birbirine doğru yaklaştır





- Bas ve bırak, bas ve bırak
- Yanlardan da aynı şekilde
- Meme ucuna asla bastırma

- Bir memeyi üç-beş dakika , sonra diğeri
- Toplam 20-30 dakika

Enjektör pompası



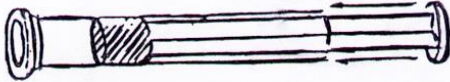
T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
KOCAELİ
İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ

Birinci basamak



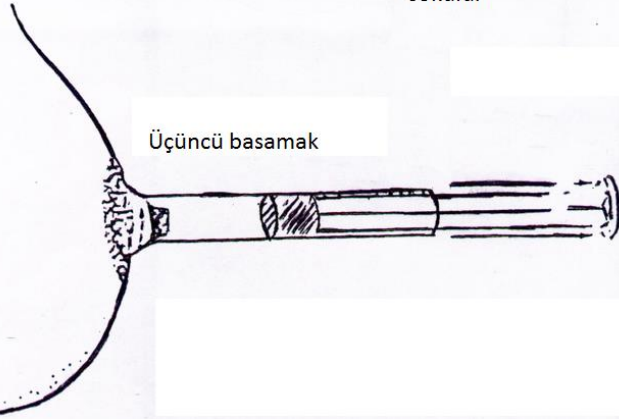
Bir jiletle şırınga bu
çizgiden kesilir

İkinci basamak



Piston kesilen uçtan
sokulur

Üçüncü basamak



- Pistonu Ters Tak
- Meme Ucu Üzerine Koy
- Dışa Çek
- Meme İçe Doğru Emilir
- Tekrarla
- Süt Akmaya Başlar

Ilık ŐiŐe metodu



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
KOCAELI
İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ

- Cam ŐiŐe
- 1-3 litrelik
- ŐiŐe ağzı 2-4cm
- Sıcak su soğuk su
- El bezi
- YumuŐak emiŐ yapar
- Sıcaklık oksitosini uyarır
süt akar





T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
KOCAELİ
İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ

EMZİK-BİBERON

Emzirilen Bebeklere Emzik ve Biberon Verilmemelidir.





T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
KOCAELİ
İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ

Sağılan s¼t bebeğe verilirken; Biberon Yerine Kap Yöntemi





T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
KOCAELİ
İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ

*Biberon Yerine Enjektör Yöntemi
kullanılmalıdır.*





BİR ANNE NE KADAR SIKLIKLA SÜTÜNÜ BOŞALTMALIDIR?



- 3 saatte bir
- Günlük emzirme sıklığına göre

SÜTÜN SAKLANMASI



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
KOCAELİ
İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ

Sağılan süt;

- Oda sıcaklığında 3 saat
- Buzdolabının rafında 3 gün
- Derin dondurucuda 3 ay saklanabilir.





T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
KOCAELİ
İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ

SAĞLIK KURULUŞLARI İÇİN BAŞARILI EMZİRMEDE ON ADIM

Temel Yönetim Uygulamaları

- **1. Kuruluşta anne sütü ve emzirme uygulamasının korunması, teşvik edilmesi ve desteklenmesi amacıyla bir emzirme politikası oluşturulur.**
- a) “Anne Sütü Muadillerinin Pazarlanmasıyla ilgili Uluslararası Yasa” ve Dünya Sağlık Asamblesi’nin ilgili kararları eksiksiz şekilde uygulanır.
- b) Personel ve ebeveynlerle düzenli aralıklarla paylaşılan, yazılı bir *“bebek beslenme politikası”* oluşturulur.
- c) Sürekli izleme ve veri yönetim sistemleri kurulur.
- **2. Personelin emzirme konusunda annelere destek olmak için gereken bilgi, yetkinlik ve becerilerle donatılması sağlanır.**

Temel Klinik Uygulamalar

- **3. Hamile kadınlar ve aileleri emzirmenin önemi ve yönetimi konusunda bilgilendirilir.**
- **4. Annelerin bebekleri ile doğar doğmaz en kısa sürede ten-tene temas kurması sağlanarak, en kısa sürede emzirmeye başlaması ve temasın kesintisiz şekilde sürmesi için annelere destek olunur.**
- **5. Emzirmenin başlatılması ve sürdürülmesi ile sık karşılaşılan güçlüklerin yönetilmesi konusunda annelere destek sunulur.**
- **6. Tıbbi bir zorunluluk olmadığı sürece, yenidoğana anne sütünden başka herhangi bir yiyecek veya sıvı verilmez.**
- **7. Annelerin bebekleri ile bir arada tutulması ve günün 24 saati aynı odada kalmaları sağlanır.**

Temel Klinik Uygulamalar

- **8. Annelerin bebekleri acıktığı zaman verdiği işaretleri tanınması ve bunlara yanıt vermesi konusunda annelere destek olunur.**
- **9. Biberon ve emzik kullanımı ve riskleri konusunda annelere danışmanlık hizmeti verilir.**
- **10. Ebeveynlerin ve bebeklerinin emzirme konusunda sürekli destek ve bakım hizmetlerine erişim sağlayacakları merkezlerle ilgili bilgilendirilmeleri taburculuk işlemleri öncesinde sağlanır.**

Mama kodu

- DSÖ, 1981
- Pazarlama yasasıdır
- Hem formula hem de biberon satışları ile ilgili yasalardır



Uluslararası yasanın özeti

- Formül süt reklamının yapılmaması
- Annelere ücretsiz numune verilmemesi
- Sağlık kurumlarında reklam yapılmaması
- Firma elemanlarının annelere önerilerde bulunmaması
- Sağlık görevlilerine hediyeler verilmemesi
- Ürünlerin üzerinde suni beslenmeyi idealize eden resimlerin olmaması

Uluslararası yasanın özeti

- Sağlık çalışanlara verilen bilginin bilimsel ve gerçek olması
- Ürünlerin etiketlerinin üzerinde anne sütü ile beslenmenin yararları ve yapay beslenmenin maliyeti ve zararlarının yazılı olması

Emzirme Anne İçin Bir Görev Değil Haktır



Teğekkrler