

Gebelik Döneminde Verilen Emzirme Eğitiminin Anne Sütüyle Beslenme ve Emzirmeye İlişkin Davranışlara Etkisi

Effect of Lactating Education Given During Pregnancy on Practices Regarding Breastfeeding and Lactation

Müge Yılmaz¹, Dilek Ongan¹, Neşe Yıldız Kaya¹, Betül Çiçek¹, Habibe Şahin¹, Neriman İnanç¹, Mualla Aykut²

¹Erciyes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Diyetetik Bölümü, Kayseri, Türkiye

²Erciyes Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Halk Sağlığı Anabilim Dalı, Kayseri, Türkiye

ÖZET

Amaç: Türkiye’de bebeklerin neredeyse tamamı doğumdan sonra bir süre anne sütüyle beslenmekteyken, ilk 6 ay sadece anne sütüyle beslenen bebeklerin oranı %41.6’dır. Çalışmalar, sadece anne sütüyle beslenme ve emzirme süresinin arttırılması için annelere verilen eğitimin etkisini ortaya koymuştur. Bu araştırma gebelere verilen emzirme eğitiminin anne sütüyle beslenme ve emzirmeye ilişkin davranışlara etkisini belirlemek amacıyla yapılmıştır. **Bireyler ve yöntem:** 2008’de Kayseri Melikgazi Sağlık Grup Başkanlığı Sağlık Ocağı Bölgeleri’nde gebeliklerinin son trimesterlerindeki tüm kadınların araştırma kapsamına alınması planlanmış, eğitim ve kontrol grupları belirlenmiştir. Eğitim (155) ve kontrol (149) grubundan 304 kadınla araştırma tamamlanmıştır. Eğitim öncesinde gebelerin anne sütü, emzirme konusundaki bilgi düzeyleri ölçülmüş, eğitim grubuna anne sütü ve emzirme konusunda eğitim verilmiştir. Doğumdan sonra iki grubun emzirmeye ilişkin davranışları sorgulanarak eğitimin etkinliği değerlendirilmiştir. Veriler anket formuyla yüz yüze görüşülerek toplanmış, SPSS 13.0 paket programında ki-kare, Student t testiyle analiz edilmiştir. **Bulgular:** İki gruptaki annelerin sosyodemografik özellikleri istatistiksel açıdan farklı değildir. Gebeliklerinde “bebeğe kaç ay sadece anne sütü verilmelidir?” sorusuna 6 ay cevabını verenlerin oranı kontrol grubunda (%94.6), eğitim grubundan (%82.6) yüksektir ($p<0.05$). Eğitim sonrasında, 6 aylık bebeği olan annelerde ilk 6 ay sadece anne sütü verenlerin oranı eğitim grubunda %33.3, kontrol grubunda %37.5’tir ($p>0.05$). Eğitim grubundaki annelerin gece emzirmeleri %78.1, kontrol grubundakilerin %67.1’dir ($p<0.05$). Eğitim sonrasında ilk 6 ay sadece anne sütüyle beslenenlerin oranı ve annelerin emzirme davranışları iki grupta benzerdir. Eğitimin anne sütüyle beslenme süresi ve emzirme davranışlarına etkisi istenilen düzeyde bulunamamış, sadece gece emzirme oranlarındaki artışa yansımıştır. **Sonuç:** Çalışma sonuçları doğrultusunda, eğitim yöntem ve araçlarının gözden geçirilmesi, eğitimin etkinliği ve sürekliliğinin sağlanması gerektiği düşünülmektedir.

Anahtar kelimeler: Emzirme, eğitim, emzirme davranışı

ABSTRACT

Aim: Prevalence of exclusive breastfeeding in the first 6 months is 41.6% while nearly all of the children are breastfed for several months after birth in Turkey. Studies proved the effect of mother education on improving breastfeeding and increasing the duration of exclusive breastfeeding and lactating. This study was conducted to determine the effect of lactating education given to pregnant women on practices regarding breastfeeding and lactation. **Subjects and methods:** All pregnant women in the last trimester living in regions of Health Care Centers of Melikgazi Health Group Directorate-Kayseri were planned to be included in the study and the subjects were divided into two groups (intervention, control), (in 2008). Study was completed with 304 women; 155 (intervention), 149 (control). Baseline knowledge levels were determined, intervention group were educated. Efficiency of education was evaluated by questioning lactating practices. Data were collected by face-to-face interview with questionnaire, analyzed with chi-square, Student’s t tests (SPSS 13.0). **Results:** Socio-demographic characteristics of two groups were similar. Percentage of pregnant women in control group (94.6%) who answered as “6 months” to “how long should babies be exclusively breastfed?” was higher than intervention group (82.6%) ($p<0.05$). After education, percentage of women who exclusively breastfed for 6 months among women having 6 months age baby was 33.3% in intervention group and 37.5% in controls ($p>0.05$). Night-time lactating frequency of intervention and control groups were 78.1% and 67.1%, respectively ($p<0.05$). Percentage of babies exclusively breastfed for the first 6 months and other lactating practices was similar in two groups after education. Efficiency of education was inadequate, it was only efficient on night-time lactating. **Conclusion:** Consequently, it was concluded that it is essential to review the education tools and methods, to provide efficiency and continuity.

Keywords: Breastfeeding, education, lactating practices

İletişim/Correspondence:

Öğr. Gör. Neşe Yıldız Kaya

Erciyes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme ve Diyetetik Bölümü, 38039 Kayseri, Türkiye

Araştırma 7-9 Ekim 2009 tarihlerinde “V. Ulusal Ana Çocuk Sağlığı Kongresi”nde poster bildiri olarak sunulmuştur.

E-posta: dyt_nese@hotmail.com

Geliş tarihi/Received: 11.06.2012

Kabul tarihi/Accepted: 25.07.2012

GİRİŞ

Dünyada, bebeklerin yetersiz emzirilmesi, özellikle ilk 6 ay sadece anne sütü ile beslenmemeleri, beş yaş altı çocuklarda %10'luk hastalık yüküne ve 1.4 milyon ölüme neden olmaktadır (1).

Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) ve UNICEF'in 1991'de anne sütü ile ilgili organize ettiği toplantı sonucu yayınlanan "Innocenti Bildirgesi" ile günümüzde en sağlıklı beslenme biçimi olarak yaşamın ilk 6 ayında bebeklerin sadece anne sütü ile beslenmesi, 2 yaşına kadar anne sütüyle beslenmeye devam edilmesi ve 6 aydan sonra uygun tamamlayıcı besinlere başlanması önerilmiştir (2). Gelişmekte olan ülkelerde ilk 6 ay sadece anne sütü ile beslenme oranının %37 olduğu bildirilmiştir (1). Türkiye'de bebeklerin neredeyse tamamı doğumdan sonra bir süre anne sütü ile beslenmekteyken, ilk 6 ay sadece anne sütü ile beslenen bebeklerin oranı %41.6'dır. Ülkemizde son yıllarda sadece anne sütü ile beslenen bebeklerin oranının yükseldiği ve sadece anne sütü ile beslenme süresinin uzadığı saptanmasına rağmen tamamlayıcı besinlere başlama yaşının çok küçük olduğu belirtilmektedir (3). Benzer şekilde DSÖ sadece anne sütü ile beslenmeye ilişkin sorunların yaygın olduğunu bildirmiştir (4). Bu nedenle anne sütüyle beslenmenin başarılı bir şekilde yerleşmesi ve devamlılığının sağlanması için annenin aktif desteğe gereksinimi vardır (1, 2).

Çeşitli ülkelerde yürütülen çalışmalar, anne sütü ile beslenmenin geliştirilmesi, özellikle sadece anne sütü verme ve emzirme süresinin artırılması için annelere eğitim verilmesinin etkisini ortaya koymuştur (5-7). Ülkemizde anne sütüyle beslenmeye etki eden etmenleri belirleyen araştırmalar mevcut iken anne sütü ile beslenmenin geliştirilmesine yönelik müdahale çalışmaları

kısıtlıdır. Bu nedenle bu araştırma, gebelere verilen emzirme eğitiminin anne sütüyle beslenme ve emzirmeye ilişkin davranışlara etkisini belirlemek amacıyla yapılmıştır.

BİREYLER ve YÖNTEM

Araştırma Planı

Müdahale çalışması olan bu araştırma Kayseri şehir merkezinde yürütülmüştür. Kayseri Melikgazi Sağlık Grup Başkanlığı'na bağlı 10 Sağlık Ocağı bölgesinde yaşayan, 2008 yılı Ocak-Mart aylarında gebeliklerinin son trimesterlerinde olan tüm kadınların araştırmaya alınması planlanmıştır. Her Sağlık Ocağı bölgesi Sağlık Grup Başkanlığı'ndan edinilen bilgi doğrultusunda aile gelir düzeyleri ve yaşam koşulları dikkate alınarak, sosyo-ekonomik düzey yönünden iyi (2 sağlık ocağı), orta (6 sağlık ocağı) ve kötü (2 sağlık ocağı) olarak tabakalara ayrılmış, daha sonra her sağlık ocağı kendi tabakası içinde kura ile eğitim ve kontrol grupları olarak belirlenmiştir. Araştırmaya katılmayı kabul eden ve ulaşılabilen 206 eğitim, 211 kontrol grubunda olmak üzere toplam 417 gebe araştırma kapsamına alınmıştır.

Ocak-Mart 2008 tarihleri arasında araştırmanın başında gebelerin sosyo-demografik özellikleri, doğurganlık, sağlık durumları, anne sütüyle ilgili bilgi düzeylerini içeren anket formu alınan tüm gebelerle yüz yüze görüşme yöntemiyle stajyer diyetisyenler tarafından doldurulmuş ve eğitim grubundaki gebelere anne sütü, gebelik ve emzirme döneminde beslenme konularında detaylı bir eğitim verilmiştir. Kontrol grubundaki kadınlara herhangi bir eğitim verilmemiş, sadece gebelerin özelliklerini öğrenmek amacıyla anket formu uygulanmıştır. Araştırmanın sonunda Nisan-Mayıs 2008 tarihleri arasında bebekler doğduktan sonra (eğitim grubu 3.1 ± 1.3 ay, kontrol grubu 2.9 ± 1.2

ay) tüm anneler ikinci kez tekrar ziyaret edilerek emzirme durumlarını saptamak üzere hazırlanan anket formu, yüz yüze görüşme yöntemiyle aynı stajyer diyetisyenler tarafından doldurulmuştur. İlk 6 ay sadece anne sütü verme yüzdesinin belirlenmesinde eğitim öncesinde gebeliklerinin 36-42 haftalarında olan gebeler çalışmaya alınmıştır. Bebeklerin doğum ağırlıkları annelere sorularak öğrenilmiştir. Stajyerlere anketlerin nasıl doldurulması gerektiği hakkında araştırmacılar tarafından eğitim verilmiştir. Adres değişikliği, evde bulunmama ve kabul etmeme (n=21), bebek ölümü (n=5), anne ölümü (n=1), ölü doğum (n=2) nedenlerinden dolayı eğitim grubundan 13, kontrol grubundan 16 olmak üzere toplam 29 anne ve bebeğe ulaşılamamıştır. Çalışan kadınlar, çoğul doğumlar, emzirilmeyen ve 6. ayını geçmiş bebekler araştırma dışında bırakılmıştır. Eğitim grubundan 38, kontrol grubundan 46 anne-bebek çifti değerlendirmeye alınmamış, eğitim grubundan 155 ve kontrol grubundan 149 toplam 304 anne-bebek çifti ile araştırma tamamlanmıştır. Araştırmaya katılan kadınlardan aydınlatılmış onam formu alınmıştır.

Eğitimciler ve Eğitim İçeriğinin Tanımlanması

Eğitim grubunda olan kadınlara gebelikleri döneminde, T.C. Sağlık Bakanlığı tarafından yayınlanan “*Gebelik ve Emzirlilik Döneminde Beslenme*” kitapçığı (8) temel alınarak hazırlanan “*Gebelik ve Emzirlilikte Beslenme Eğitim Broşürü*” ve 0-6 aylık bebek beslenmesi konusunda T.C. Sağlık Bakanlığı ve UNICEF’in hazırlanmış olduğu “*Emzirme*” kitapçığı (9) aracılığıyla eğitim verilmiştir. Eğitimin içeriğinde, bebek için en iyi besinin anne sütü olduğu, anne sütü vermeye erken başlamanın ve kolostrumun önemi, ilk 6 ay sadece anne sütüyle beslenmenin bebek için yeterli olduğu, emzirme sıklığı, aynı

oda uygulaması, bebek için sütün yeterli olup olmadığını ayırt etmenin yolu, sadece anne sütüyle beslenmenin anne ve bebek için yararları, anne sütü verme teknikleri (pozisyonu, memeyi doğru kavrama), erken ek besinle ve biberonla beslenmenin sakıncaları, laktasyon problemleri (çatlak ağırlı meme başı, yetersiz süt vb), gebe ve emzikli kadının beslenmesi konuları yer almıştır. Eğitim Erciyes Üniversitesi Beslenme ve Diyetetik Bölümü son sınıf öğrencileri (stajyer diyetisyenler) tarafından, gebe kadınlar evlerinde ziyaret edilerek anlatım yöntemiyle yaklaşık 45 dakika süresince bir kez verilmiştir. Öğrenciler, gebelik ve emzirlilik döneminde beslenme ve anne sütü ile ilgili lisans düzeyinde aldıkları eğitime ek olarak bu araştırma için eğitim materyallerinin kullanılması konusunda araştırmacılar tarafından eğitilmişlerdir. Eğitimden sonra hazırlanan eğitim broşürü gebelere teslim edilmiştir.

İstatistiksel Analiz

Araştırmadan elde edilen veriler bilgisayarda Sosyal Bilimler için İstatistik Paket Programı (SPSS 13.0) kullanılarak değerlendirilmiştir. İstatistiksel değerlendirmede, bağımsız iki grup ortalamalarının karşılaştırılması için Student t testi, oranların karşılaştırılması için ki-kare testi kullanılmıştır.

BULGULAR

Eğitim ve kontrol grubundaki anne ve bebeklerin sosyo-demografik özellikleri istatistiksel açıdan farklı değildir (Tablo 1). Eğitim öncesinde, her iki gruptaki gebelerin çoğunluğu bebek için en iyi besinin anne sütü olduğunu bilmektedir (eğitim %95.5, kontrol %92.6). Eğitim öncesinde eğitim grubundaki gebelerin %81.9’u, kontrol grubundakilerin %83.2’si doğumdan sonra ilk 1 saat içinde bebeklerin emzirilmesi gerektiğini

bildirirken (Şekil 1), eğitim sonrasında eğitim grubundaki annelerin %75.5'i, kontrol grubundakilerin %73.2'si bebeklerini ilk 1 saat içinde emzirdiklerini belirtmişlerdir (Şekil 2), ($p>0.05$). Her iki gruptaki annelerin tamamına yakınının (eğitim %97.4, kontrol %99.3) bebekleriyle aynı odada kaldığı saptanmıştır ($p>0.05$). Eğitim grubundaki annelerin %88.4'ü, kontrol grubundakilerin %89.3'ü bebeklerine ağızdan ilk olarak anne sütü vermiştir ve her iki gruptaki annelerin büyük çoğunluğu ilk gelen sütünü (kolostrum) bebeklerine vermiştir (eğitim %97.4, kontrol %94.6), ($p>0.05$), (Şekil 2). Eğitim öncesinde, emzirme sıklığı için “*ağladıkça emzirilmeli*” cevabını verenlerin oranı eğitim grubunda %42.6, kontrol grubunda %46.3 (Şekil 1) iken, eğitim sonrasında bebeklerini ağladıkça emzirenlerin oranı eğitim grubunda %51.6, kontrol grubunda %45.6 olarak bulunmuştur (Şekil 2), ($p>0.05$). Eğitim öncesinde, gebelikleri döneminde “*bebeğe kaç ay sadece anne sütü verilmelidir?*” sorusuna 6 ay cevabını verenlerin oranı kontrol grubundakilerde (%94.6), eğitim grubundakilerden (%82.6) anlamlı olarak yüksektir ($p<0.05$), (Şekil 1). Her iki grupta bebeklerin yaşı artıçça sadece anne sütüyle beslenme oranları düşmüş-

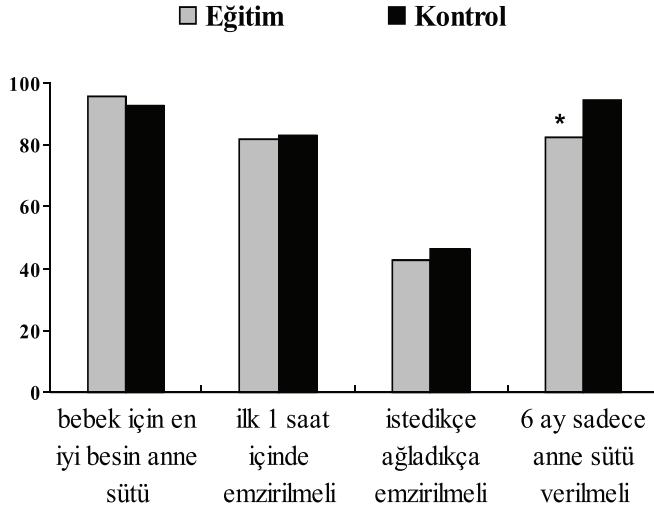
tür. (Şekil 3). Üç aylık bebeği olan annelerin bebeklerini sadece anne sütüyle besleme oranları eğitim ve kontrol grubunda sırasıyla %68.3 ve %59.1 iken, 6 aylık bebeği olan annelerde bu oran sırasıyla %33.3 ve %37.5'dir ($p>0.05$). Altı aylık bebeğe sahip olan anneler haricinde, eğitim grubundaki annelerin bebeklerini sadece anne sütüyle besleme oranları daha yüksek olmasına rağmen fark anlamlı ($p>0.05$) değildir (Şekil 3). Her iki gruptaki bebeklerin tamamı dahil edilerek 6 aydan küçük bebeklerde sadece anne sütü ile beslenme durumu incelendiğinde, sadece anne sütü alan bebeklerin oranı eğitim grubunda (%63.9, yaş ort: 3.1 ± 1.3 ay), kontrol grubundakilerden (%55.7, yaş ort: 2.9 ± 1.23 ay) yüksek olmasına rağmen fark anlamlı ($p>0.05$) bulunmamıştır (Şekil 2).

Eğitim grubundaki annelerin gece emzirme oranları (%78.1), kontrol grubundan (%67.1) istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha yüksektir ($p<0.05$). Eğitim grubundaki annelerin %38.7'si emzik, %20'si biberon kullanırlarken, kontrol grubundakilerin %38.9'u emzik, %24.2'si biberon kullandıklarını ($p>0.05$) belirtmişlerdir (Şekil 2).

Tablo 1. Eğitim ve kontrol gruplarındaki anne ve bebeklerin sosyo-demografik özellikleri¹

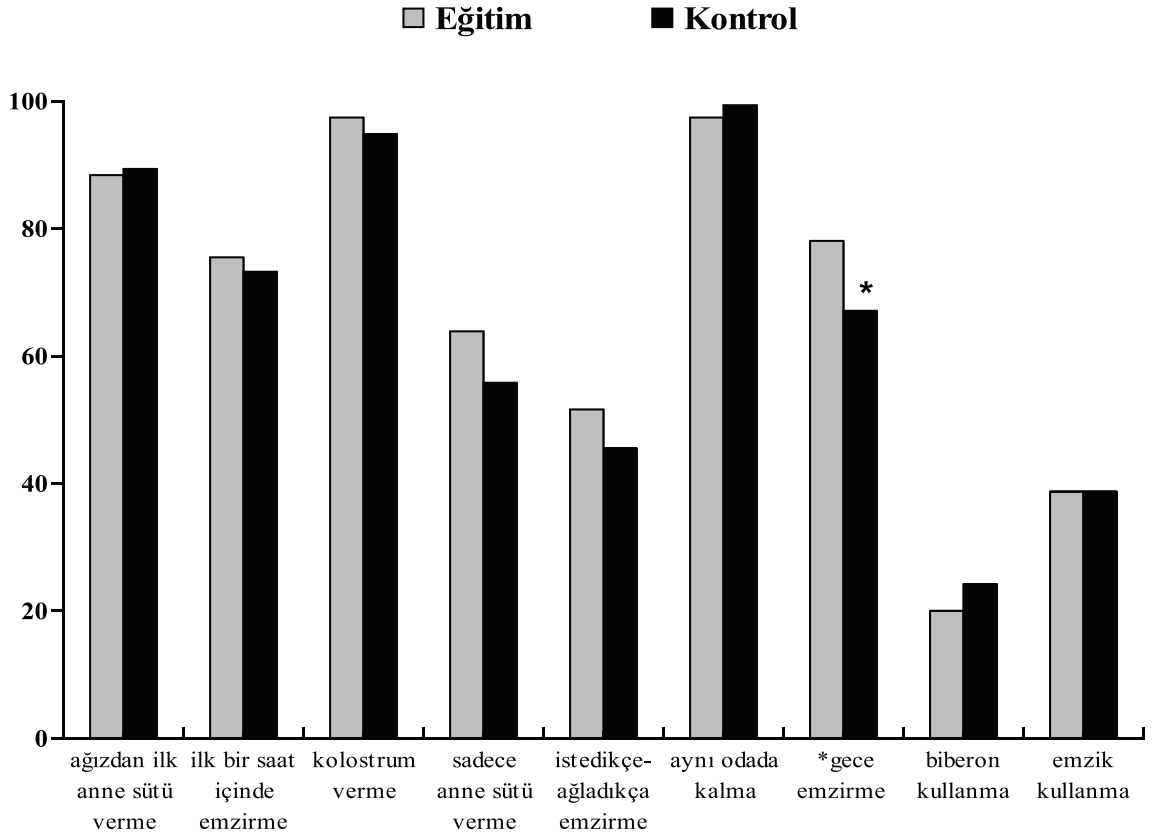
Özellik	Eğitim Grubu (n=155) Sayı (%)	Kontrol Grubu (n=149) Sayı (%)
Ailenin ekonomik durum ²		
İyi	40 (25.8)	30 (20.1)
Orta	104 (67.1)	106 (71.2)
Kötü	11 (7.1)	13 (8.7)
Sosyal güvencesi olmayan aileler	19 (12.3)	19 (12.8)
Aile Tipi		
Çekirdek aile	113 (72.9)	108 (72.5)
Geniş aile	42 (27.1)	41 (27.5)
Baba eğitim düzeyi		
İlköğretim ve altı	74 (47.7)	86 (57.7)
Lise ve üzeri	81 (52.3)	63 (42.3)
Çalışmayan babalar (İşsizler)	3 (1.9)	3 (2.0)
Anne yaşı (yıl) ($\bar{x} \pm S$)	27±6	27±6
Anne eğitim düzeyi		
İlköğretim ve altı	97 (62.6)	107 (71.8)
Lise ve üzeri	58 (37.4)	42 (28.2)
Sigara kullanan anneler	16 (10.3)	24 (16.1)
Kronik hastalığı olan anneler	42 (27.1)	30 (20.1)
İsteyerek gebe kalan anneler	116 (74.8)	102 (68.5)
Gebeliklerinde ebe tarafından izlenenler	135 (87.1)	125 (83.9)
Ebe tarafından gebelik izlem sayısı ³ ($\bar{x} \pm S$)	4±3	5±3
Vajinal doğum yapanlar	71 (45.8)	57 (38.3)
Yaşayan çocuk sayısı ($\bar{x} \pm S$)	1.2±1.1	1.1±1.0
Önceki çocukla yaş farkı (ay)		
İlk çocuk	49 (31.6)	43 (28.9)
< 24	11 (7.1)	18 (12.0)
> 24	95 (61.3)	88 (59.1)
Bebegın cinsiyeti		
Erkek	77 (49.7)	71 (47.7)
Kız	78 (50.3)	78 (52.3)
Doğum ağırlığı (gram) ($\bar{x} \pm S$)	3284.8±416.1	3283±461.5
Doğuştan gelen hastalığı olan bebekler	8 (5.2)	9 (6.0)
Bebegın yaşı (ay) ($\bar{x} \pm S$)	3.1±1.3	2.9±1.2
Ebe tarafından izlenen bebekler	120 (77.4)	124 (83.2)
Ebe tarafından bebek izlem sayısı ³ ($\bar{x} \pm S$)	2±1	2±1

¹ $\bar{x} \pm S$ değerleri Student t testiyle, n (%) değerleri χ^2 testiyle analiz edilmiştir. Özellikler açısından gruplar arasında fark bulunmamıştır ($p>0.05$).² Kendi ifadelerine göre değerlendirilmiştir.³ Sağlık Ocağı ebesi tarafından izlenenler üzerinden değerlendirilmiştir.



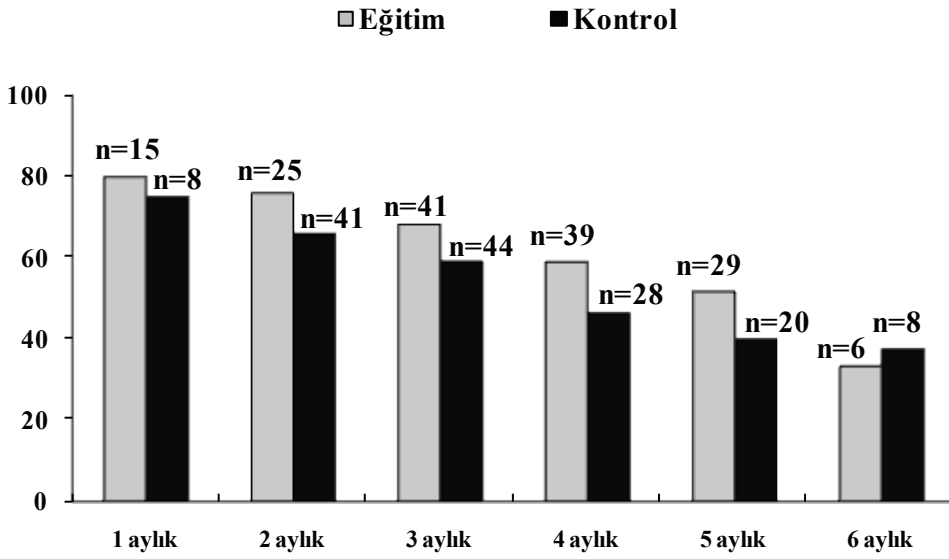
* $p < 0.05$

Şekil 1. Eğitim ve kontrol grubundaki gebelerin anne sütüyle ilgili bilgi düzeyleri (%)



* $p < 0.05$

Şekil 2. Eğitim ve kontrol grubundaki annelerin anne sütüyle besleme ve emzirme davranışları (%)



Şekil 3. Eğitim ve kontrol grubundaki annelerin bebeklerini sadece anne sütüyle besleme durumları (%)

TARTIŞMA

Günümüzde özellikle gelişmekte olan ülkelerde yaşamın ilk bir yılında birçok çocuk yetersiz ve dengesiz beslenme nedeniyle gelişen hastalıklar sonucunda yaşamını yitirmektedir. Doğumu izleyen ilk altı ay içinde bebeklerin sadece anne sütüyle beslenmesi sayesinde, gelişmekte olan ülkelerde beş yaş altı çocuk ölümlerinin %13 oranında azaltılabileceği bildirilmektedir. Anne sütü ile beslenme oranlarında yükselmeyi sağlayabilecek en önemli etkenlerden birisi annelere verilen eğitimidir. Doğum öncesi dönemde verilen eğitimin anne sütü ile beslenmenin geliştirilmesini, sadece anne sütü alma süresini ve toplam emzirme süresini olumlu etkilediği belirtilmektedir (10).

İran’da yapılan bir çalışmada annelere anne sütü ile ilgili verilen eğitimin sadece anne sütüyle beslenme oranlarını arttırdığı (5), Taiwan’da annelere prenatal dönemde verilen eğitimin annelerin anne sütü bilgi, tutum ve memnuniyet düzeylerini yükselttiği saptanmıştır (11). Buna benzer çalışmalar Gana ve Japonya’da da yapılmış ve

verilen eğitimlerin sadece anne sütüyle beslenme oranlarını arttırdığı vurgulanmıştır (7, 12). Bu konuda yapılan meta-analiz çalışması sonucunda, eğitim programlarının tek başına çok etkili müdahaleler olduğu ve anne sütü ile ilgili eğitim programlarına katılan her 3 ile 5 kadından birinin 3 aya kadar emzirebilecekleri belirtilmiştir (6).

Çocuk sağlığının geliştirilmesinde en etkili girişimler arasında, bebek ve çocuk beslenmesi uygulamalarının en ideal biçimde yapılması gelmektedir. DSÖ ve UNICEF’in 1991’de organize ettiği toplantı sonucu yayınlanan “Innocenti Bildirgesi”nde bebekler için en ideal beslenme biçimi tanımlanmıştır. Buna göre, yaşamın ilk 4-6 ayında bebeklerin sadece anne sütü ile beslenmesi, 2 yaşına kadar anne sütüyle beslenmeye devam edilmesi ve 6 aydan sonra uygun ek besinlere başlanması önerilmiştir. 2001 yılında diğer öneriler devam etmek kaydıyla yaşamın ilk 6 ayı sadece anne sütüyle beslenmenin gerekliliği üzerinde tekrar durulmuştur (1, 13).

Yeni doğmuş bebeğin, immünolojik gelişiminin sağlıklı oluşması için verilen ilk besinin anne

sütü olması ve doğumdan sonraki ilk 1 saat içerisinde gastrointestinal sisteminin anne sütü ile tanışması önerilmektedir (14). Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması (TNSA) 2008 verilerine göre emzirilen çocukların sadece %39'u doğumdan sonraki ilk bir saat içinde emzirmeye başlanmış, %27'si ise doğumdan sonraki ilk 24 saatte hiç emzirilmemiştir. TNSA-2008'deki bu oranların TNSA-2003'deki sonuçlara göre daha düşük olması, Türkiye'de erken emzirmeye başlama pratiğinden uzaklaşıldığını göstermektedir (3). Bolat ve arkadaşlarının (15) ilk altı ayda anne sütü ile beslenmeye etki eden etmenlerinin incelediği çalışmada, bebeklerin %56.9'unun ilk 1 saatte (erken emzirme) anne sütü ile beslenmeye başladığı saptanmıştır. Bu çalışmada eğitim öncesinde eğitim grubundaki gebelerin %81.9'u, kontrol grubundakilerin %83.2'si ilk 1 saat içinde bebeklerin emzirilmesi gerektiğini bildirirken, eğitim sonrasında eğitim grubundaki annelerin %75.5'i, kontrol grubundakilerin %73.2'si bebeklerini doğumdan sonra ilk 1 saat içinde emzirdiklerini belirtmişlerdir. Annelerin eğitim öncesindeki bilgileri iyi düzeyde olmasına rağmen uygulamadaki düzeyleri daha düşük bulunmuştur. Eğitim grubundaki annelerin %88.4'ü, kontrol grubundakilerin %89.3'ü bebeklerine ağızdan ilk olarak anne sütü vermiştir. Her iki gruptaki annelerin tamamına yakını ilk gelen sütünü (kolostrum) bebeklerine vermiştir (Şekil 2). Bu çalışmada doğumdan sonra ilk 1 saat içerisinde emzirmeye başlanması ve ilk verilecek besinin anne sütü olması konularında araştırmacılar tarafından verilen eğitimin etkisinin olmadığı görülmekle birlikte, hastanedeki emzirme politikalarının annelerin bu konularda olumsuz davranış geliştirmesinde etkili olabileceği düşünülmektedir.

Bebek beslenmesinde emzirme sıklığının önemli bir yeri vardır. Anne sütü ile beslenme, saatlere göre yapılmamalı, bebeğin yönlendirdiği bir işlem olmalıdır. Laktasyonun ilk 4-6 haftası bo-

yunca bebek günde en az 8-12 kez emzirilmelidir (16, 17). Bu çalışmada eğitim öncesinde emzirme sıklığı için "ağladıkça emzirilmeli" cevabını verenlerin oranı eğitim grubunda %42.6, kontrol grubunda %46.8 iken, eğitim sonrasında bebeklerini ağladıkça emzirenlerin oranı eğitim grubunda %51.6, kontrol grubunda ise %45.6 olarak bulunmuştur. Eğitim grubundaki bu artışı göz önüne alarak eğitimin bu yönde olumlu bir katkı sağladığı belirlenirken, eğitim sonrasında gruplar arasında ağladıkça emzirme oranları açısından fark olmadığı ortaya konulmuştur. Onbaşı ve arkadaşlarının (10) çalışmasında, eğitim verilen ve verilmeyen gruplarda anneler bebeklerini sıklıkla her istediklerinde emzirmiştir (eğitim grubunda %58.9, kontrol grubunda %67, $p>0.05$). Her iki çalışmada da gruplar arasında emzirme sıklığı benzer olmakla birlikte, Onbaşı ve arkadaşlarının (10) çalışmasında bebeklerini her istediklerinde emziren annelerin oranı iki grupta da araştırmamıza göre daha yüksektir.

Gelişmekte olan ülkelerde ilk 6 ay sadece anne sütü ile beslenme oranının %37 olduğu bildirilmiştir (1). Avustralya'da yapılan bir çalışmada, 6. ayda sadece anne sütüyle beslenme oranının %18.4 olduğu bildirilmiştir (18). Norveç'te 6. ayda sadece anne sütü verme oranı %7, İtalya'da ise %42.3 bulunmuştur (19, 20). Emzirme Türkiye'de çok yaygındır, tüm çocukların %97'si bir süre emzirilmiştir ancak, 6 aydan küçük olanların sadece anne sütü ile beslenme oranı %41.6'dır. Yaşamlarının ilk iki ayında bebeklerin %69'u sadece anne sütü ile beslenmektedir. Bu oran 3. ayda %42'ye, 5. ayda %23.6'ya düşmektedir (3). Bu çalışmada her iki grupta bebeklerin yaşı artıkça sadece anne sütüyle beslenme oranları, TNSA-2008 sonuçlarına benzer şekilde düşmekle birlikte, 3. ve 5. aylarda sadece anne sütüyle beslenme oranları TNSA-2008'e göre daha yüksek bulunmuştur. Sadece anne sütüyle beslenen bebeklerin oranı eğitim grubunda (%63.9, yaş ort: 3.1 ± 1.3 ay), kontrol grubunda-

kilerden (%55.7, yaş ort: 2.9±1.23 ay) yüksek olmasına rağmen fark anlamlı bulunmamıştır.

Gebelikte verilen emzirme eğitiminin, emzirmenin başlamasını, sadece anne sütüyle beslenme oranını veya süresini etkilediği bildirilmektedir. Doğum öncesi verilen emzirme eğitiminin etkilerini inceleyen bir çalışmada, eğitim grubundaki annelerin bebeklerinin ilk 6 ay sadece anne sütüyle beslenme oranlarının (%67.8), kontrol grubundakilerden (%28) anlamlı olarak daha yüksek olduğu bulunmuştur (10). Bu çalışmada annelerin anne sütü ile beslenme konusundaki bilgi düzeylerinin ölçülmesi amacıyla gebelikleri döneminde “*bebeğe kaç ay sadece anne sütü verilmelidir?*” sorusuna 6 ay cevabını verenlerin oranı kontrol grubundakilerde (%94.6), eğitim grubundakilerden (%82.6) yüksektir ($p<0.05$). Eğitim öncesinde eğitim grubundaki annelerin bu konudaki bilgi düzeyleri düşük olmasına rağmen eğitim sonrasında eğitim grubunda sadece anne sütü verme oranının kontrol grubuna göre yüksek olması, verilen eğitimin etkili olduğunu düşündürmüştür. Prenatal, perinatal ve postnatal dönemlerde verilen emzirme eğitiminin ilk 6 ay sadece anne sütüyle beslenme üzerine etkisini belirlemek amacıyla yapılan çalışmalarda eğitimlerin etkili olduğu rapor edilmiştir (5, 7, 21). Aksu ve arkadaşları (21) tarafından yapılan randomize kontrollü çalışmada, doğum sonrası emzirme eğitimi verilen grubun ilk 6 ayda sadece anne sütüyle beslenme oranının (%43), kontrol grubuna (%23) göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Başka bir çalışmada, prenatal dönemde verilen emzirme eğitiminin sonuçları ise eğitim ve kontrol gruplarında sadece anne sütü verme oranlarının benzer olduğunu göstermiştir (11). Aidam ve arkadaşları (7) doğum öncesi ve doğum sonrası verilen emzirme danışmanlığını karşılaştırdıkları çalışmada, en etkili eğitimin doğum sonrası dönemde olduğunu bildirmektedirler. Bu çalışmada sadece anne sütüyle beslenen 6 aylık bebeklerin oranı eğitim grubunda (%37.5), kontrol grubundan (%33.3), istatistiksel olarak anlamlı olmasa da daha yüksek bulunmuştur. Yukarıda belirtilen çalışmalarla karşıla-

tırıldığında, bu çalışmada ilk 6 ay tek başına anne sütü alma süresinin kısa olmasının nedeni, doğum öncesi verilen eğitimin sürekli olmaması ve doğuma kadar aradan belirli bir süre geçmesi nedeniyle verilen bilginin unutulmasına bağlanabilir. Bu nedenle eğitimin, annelerin daha fazla ihtiyaç duyabileceği doğumdan hemen sonraki dönemde verilmesinin daha etkili olacağı düşünülmektedir.

Gece emzirmeyle daha fazla salgılanan prolaktin anneyi gevşetmekte ve dinlendirmekte, bu durum süt üretimini arttırmaktadır (14). Bu çalışmada eğitim sonrasında gece emzirme oranı eğitim grubunda (%78.1), kontrol grubundan (%67.1) anlamlı olarak yüksek bulunmuştur. Verilen eğitimin gece emzirmeyi olumlu yönde etkilediği görülmektedir. Ancak Kayseri’de daha önce yapılan çalışmada emzirme döneminde annelerin %94.6’sının gece emzirmeye devam ettiği düşünüldüğünde bu çalışmada bulunan oranın oldukça düşük olduğu düşünülmektedir (22).

Emzik-biberon kullanımı ilk altı ay tamamlayıcı besinlere başlama eğilimini arttıran etmenlerdendir (23). Howard ve arkadaşları (24) emzik verilen bebeklerin 1. ayda sadece anne sütüyle beslenme olasılıklarını daha düşük bulmuşlardır (OR: 1.5, %95 CI: 1.0-2.0). Bu çalışmada eğitim grubundaki annelerin %38.7’si emzik, %20’si biberon kullanırlarken, kontrol grubundakilerin ise %38.9’u emzik, %24.2’si biberon kullanmışlardır ($p>0.05$). Onbaşı ve arkadaşları (10), bu çalışmadan farklı olarak eğitim grubundaki annelerin emzik ve biberon kullanım oranlarının kontrol grubuna göre anlamlı olarak düşük bulmuşlardır.

Çalışma sonucunda, gebelerin anne sütü verme konusundaki bilgi düzeylerinin yeterli olduğu belirlenmiştir. Eğitim sonrasında ilk 6 ay sadece anne sütüyle beslenen bebeklerin oranı ve annelerin emzirme davranışlarının iki grupta benzer olması nedeniyle, gebelerin bu bilgileri uygulamaya yönelik davranış geliştiremedikleri düşünülmüş, eğitimin etkisinin istenilen düzey-

de olmadığı, sadece gece emzirme oranlarındaki artışa yansdığı belirlenmiştir. Bu nedenle eğitim yöntem ve araçlarının gözden geçirilmesi, eğitimin etkinliği ve sürekliliğinin sağlanması gerektiği düşünülmektedir.

Teşekkür: Veri toplamada çalışan Erciyes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Diyetetik Bölümü 2008 yılı 3. sınıf öğrencilerine teşekkür ederiz.

Çıkar çatışması/Conflict of interest: Yazarlar ya da yazı ile ilgili bildirilen herhangi bir çıkar çatışması yoktur.

KAYNAKLAR

- World Health Organization. Infant and young child feeding. Model chapter for textbooks for medical students and allied health professionals. Fransa, WHO press; 2009.
- Çoşkun T. Anne sütü ile beslenme. Katkı Pediatri Dergisi 2003;25(2):163-185.
- Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması (TNSA) 2008. Hacettepe Üniversitesi Nüfus Etütleri Enstitüsü, Sağlık Bakanlığı Ana Çocuk Sağlığı ve Aile Planlaması Genel Müdürlüğü, Başbakanlık Devlet Planlama Teşkilatı Müsteşarlığı ve TÜBİTAK, Ankara, 2009.
- Grjibovski AM, Yngve A, Bygren LO, Sjöström M. Socio-demographic determinants of initiation and duration of breastfeeding in Northwest Russia. Acta Paediatrica 2005;94:588-594.
- Froozani MD, Permezadeh K, Dorosty Motlagh AR, Golestan B. Effect of breastfeeding education on the feeding pattern and health of infants in their first 4 months in the Islamic Republic of Iran. Bulletin of the World Health Organization 1999;77(5):381-385.
- Guisse JM, Palda V, Westhoff C, Chan BK, Helfand M, Lieu TA. The effectiveness of primary care-based interventions to promote breastfeeding: Systematic evidence review and meta-analysis for the US, Preventive Services Task Force. Ann Fam Med 2003;1(2):70-78.
- Aidam AB, Pe'rez-Escamilla R, Lartey A. Lactation Counseling increases exclusive breast-feeding rates in Ghana. J Nutr 2005;135:1691-1695.
- Samur G. Gebelik ve Emzirlilik Döneminde Beslenme. T.C. Sağlık Bakanlığı Temel Sağlık Hizmetleri Genel Müdürlüğü Gıda Güvenliği Daire Başkanlığı Beslenme Bilgi Serisi. Birinci Baskı. Ankara: Sinem Matbaacılık; 2006.
- UNICEF. Emzirme. T.C. Sağlık Bakanlığı Ana Çocuk Sağlığı ve Aile Planlaması Genel Müdürlüğü, Ankara: Tisamat Basım; (ISBN: 92-806-2081-9)
- Onbaşı Ş, Duran R, Aladağ Çiftdemir N, Vatansver Ü, Acunuş B, Süt N. Doğum öncesi anne adaylarına verilen emzirme ve anne sütü eğitiminin emzirme davranışları üzerine etkisi. Türk Pediatri Arşivi 2011;46:75-80.
- Lin SS, Chien LY, Tai CJ, Lee CF. Effectiveness of a prenatal education programme on breastfeeding outcomes in Taiwan. J Clin Nurs 2009;4(2):296-303.
- Awano M, Shimada K. Development and evaluation of a self care program on breastfeeding in Japan: a quasi-experimental study. Intern Breastfeed J 2010;5:1-10.
- Coutsoudis A, Bentley J. Infant Feeding. In: Gibney MJ, Margetts BM, Kearney JM, Arab L (eds), Public Health Nutrition. 1st ed. Blackwell Science. UK 2004; p 264-282.
- Köksal G, Gökmen H. Anne sütü ve emzirme. Köksal G, editör. Çocuk Hastalıklarında Beslenme Tedavisi. 1. baskı. Ankara: Hatiboğlu Yayınevi; 2000:s 31-66.
- Bolat F, Uslu S, Bolat G. İlk altı ayda anne sütü ile beslenmeye etki eden faktörler. Çocuk Dergisi 2011;11(1):5-13.
- Çoşkun T, Yalçın S. Anne sütü ile beslenme. Katkı Pediatri Dergisi 2003;25(2):163-252.
- Yurdakök K. Anne Sütüyle Beslenme. 1. Baskı, Ankara: Alp Ofset; 2004.
- Donath SM, Amir LH. Breastfeeding and the introduction of solids in Australian infants: Data from the 2001 National Health Survey. Aust N Z J Public Health 2005;29:171-175.
- Lande B, Andersen LF, Baerug A, Trygg KU, Lund-Larsen K, Veierød MB, et al. Infant feeding practices and associated factors in first six months of life: The Norwegian infant nutrition survey. Acta Paediatr 2003;92:152-161.
- Betrini G, Perugi S, Dani C, Pezzati M, Tronchin M, Rubaltelli FF. Maternal education and the incidence and duration of breastfeeding: A prospective study. J Pediatr Gastroent Nutr 2003;37:447-452.
- Aksu H, Küçük M, Düzgün G. The effect of postnatal breastfeeding education/support offered at home 3 days after delivery on breastfeeding duration and knowledge: A randomized trial. J Matern Fetal Neonatal Med 2010;24(2):1-8.
- İnanç N, Aykut M, Çiçek B, Şahin H, Yılmaz M, Katrancı D. Kayseri il merkezinde 0-36 aylık çocuklarda malnütrisyon durumu ve etkileyen faktörler. Türk Hij Den Biyol Derg 2005;62:41-48.
- Ünsal H, Altıhan F, Özkan H, Targan Ş, Hassoy H. Toplumda anne sütü verme eğilimi ve buna etki eden faktörler. Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Dergisi 2005;48:226-233.
- Howard CR, Howard FM, Langhear B, Eberly S, deBlicke EA, Oakes D, et al. Randomized clinical trial of pacifier use bottle-feeding or cupfeeding and their effect on breastfeeding. Pediatrics 2003;111:511-518.