

ANNE SÜTÜ MİKTARINI ETKİLEYEN BAZI FAKTÖRLER

Yrd. Doç. Dr. Funda ELMACIOĞLU*,
Yrd. Doç. Dr. Cihad DÜNDAR**, Prof. Dr. Ayten EGEMEN***

ÖZET

Yenidoğan bir bebeğin sağlıklı bir şekilde büyüüp gelişmesi yeterli ve dengeli bir beslenme ile mümkündür. Ancak endüstrileşme ile birlikte çalışan anne sayısındaki artış, emzirme oranını, emzirme süresini ve anne sütü miktarını azaltmaktadır. Doğum şekli, doğum zamanı ve bebeği emzirme özelliklerinin anne sütü miktarına etkisini incelemek amacı ile Ondokuz Mayıs Üniversitesi Tıp Fakültesi Eğitim ve Araştırma Hastanesi Kadın Hastalıkları ve Doğum Polikliniğinde izlenen 40 kadının, doğumdan sonraki ilk üç gün ile, 1, 2. ve 4. aylardaki günlük anne sütü miktarları ölçülmüş ; miadında doğum yapan, emzirmeye erken başlayan, düzensiz ve bebek ağladıkça emziren annelerin süt miktarının arttığı görülmüştür.

Anahatar Kelimeler: Yenidoğan, anne sütü

ABSTRACT: The Factors That Affect the Quantity of Breast Milk

For a newborn, it's likely to be grown-up healthy by sufficient and balanced nutrition. But, as the number of working mothers increases as a result of industrialization, the ratio and the period of breast-feeding and the quantity of breast milk decreases. To examine the effects of delivery way, delivery time and the properties of breastfeeding to the quantity of breast milk, 40 women who followed up in Polyclinics of Gynecologic Disorders and Delivery, at Ondokuz Mayıs University Medical Faculty, were evaluated. Daily breast milk production on the first three days after delivery and the first, the second and the forth months were weighed. It's seen that the amount of breast milk was higer in the mothers who delivered in term, began breastfeeding early and breastfed when baby cries.

Key Words: Newborn, breast milk

* Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sağlık Hizmetleri Meslek Y.O.

* Ondokuz Mayıs Üniversitesi Tıp Fakültesi Halk Sağlığı Anabilim Dalı

* Ege Üniversitesi Tıp Fakültesi Sosyal Pediatri Bilim Dalı

GİRİŞ

Dengeli besin öğeleri içermesi, kolay sindirilebilir oluşu, özel durumlar dışında patojen mikroorganizma ve toksin içermemesi anne sütü ile beslenmeyi, bebeklerin sağlıklı büyüme ve gelişmesi için en uygun beslenme şekli haline getirmektedir (1,2). Gerek mikroorganizmalarla oluşan enfeksiyonlara karşı koruyucu özelliği , gerekse ilk 6 aylık dönemde bebeğin biyolojik ve psikolojik olarak tüm gereksinimlerini karşılamasıyla anne sütü yeri doldurulamayacak bir besindir (3-5). Ancak geçmişten günümüze, özellikle gelişmiş ülkelerde, endüstrileşme ile birlikte, çalışan anne sayısının artması, çocukların anne sütü ile beslenme oranını, süresini ve anne sütünün miktarını azaltmıştır (6). Dört aydan daha kısa süre emzirme, çocuklara erken aylarda ek besinlerin verilmesine neden olmakta; bu durum bebeğin anne sütüne isteğini azalttığı gibi anne sütü miktarını da olumsuz yönde etkilemektedir (7-9). Yetersiz anne sütü alımı ise ileride çocukların büyüme ve gelişimini olumsuz yönde etkilemektedir (10). Diğer taraftan gelişmemiş ülkelerde anne sütünün tek başına çok uzun süre verilmesi de çok sevindirici bir uygulama olarak değerlendirilmemelidir. Zira, çocukların tek başına anne sütü ile beslenmeye bağlı büyüme ve gelişmeleri, emzirmenin ilk 4 aylık dönemi için geçerlidir (11-13). Emzirmede etkili olan faktörlerden biri de anne sütü miktarı ve laktasyon süresinin uzunluğu olup; bu çalışmada doğum zamanı ve doğum şekli ile bebeğin emzirme özelliklerinin anne sütü miktarına etkisinin araştırılması amaçlanmıştır.

ARAŞTIRMA YÖNTEMİ VE ARAÇLARI

Bu araştırma; Ondokuz Mayıs Üniversitesi Tıp Fakültesi Eğitim ve Araştırma Hastanesi Kadın Doğum Polikliniğinde izlenen, fizik ve laboratuvar muayeneleri sonucu herhangi bir sağlık problemi olmadığı belirlenen ve rastgele seçilen 40 gebe kadın üzerinde yapılmıştır.

İlk aşamada gebeliğin dokuzuncu ayındaki gebe kadınlara yüzyüze görüşme yöntemi ile anket uygulanarak, eğitim durumları, yaşayan çocuk sayıları, top-

lam gebelik ve düşük sayılarına ilişkin veriler toplanmıştır. İkinci aşamada, doğum esnasında ve doğumdan sonra izlenen kadınlarda; doğumun zamanı, oluş şekli, doğumda anestezi ve ilaç alma durumu, doğum komplikasyonu olup olmadığı ve kolostrumun ne kadar zaman sonra geldiği takip edilmiştir. Doğumdan sonraki üçüncü aşamada da, ilk verilen besin, ilk emzirme zamanı ve emzirme düzeni ile ilgili bilgiler toplanmıştır.

Annelerin sütü geldikten sonra, ilk üç gün boyunca bebekler her emzirmeden önce ve sonra giysileri çıkartılarak tartılmak suretiyle süt miktarları saptanmış ve bu ölçümlerin ortalaması "doğumda" başlığı altında sunulmuştur. Tartımlar sırasında ± 5 grama kadar ölçmeye duyarlı hassas terazi kullanılmıştır. Aynı yöntem bebekler bir, iki ve dört aylık olduğunda kendi evlerinde ziyaret edilip, 24 saatlik izlemlerle tekrar edilerek günlük ortalama anne sütü miktarları saptanmış ve emzirme düzeni ile günlük emzirme sayıları konusunda bilgi toplanmıştır. Kadınlar doğuma ve bebeğe ait özelliklere göre sınıflandırılarak süt miktarları karşılaştırılmıştır.

Gruplar arasındaki farkların istatistiksel değerlendirilmesi, SPSS for Windows Version 5.0 paket programı kullanılarak Kruskal Wallis ve Mann Whitney U testleri ile yapılmıştır.

BULGULAR

Çalışma grubunda yer alan kırk kadının yaş ortalaması 28.1 ± 0.7 yıl olup yaş gruplarına göre dağılımı şöyledir. Kırk bireyin %5'i 15-19, %22.5'i 20-24, %32.5'i 25-29, %25'i 30-34 ve %15'i 35 yaş üstü gruptadır.

Kadınların gebelik sayıları ortalaması 2.2 ± 0.1 , yaşayan çocuk sayıları ortalaması 1.4 ± 0.1 , ortalama düşük sayıları ise 0.3 ± 0.02 olup; çoğul gebelik saptanmamıştır.

Doğuma ait özelliklerin anne sütüne etkisi:

Annelerin 2 (% 5)'si erken, 34 (% 85)'ü miadında, 4 (% 10)'ü de geç doğum yapmıştır.

Doğum zamanlarına göre ortalama anne sütü miktarları Tablo 1'de sunulmuştur.

Doğum zamanına göre anne sütü miktarları incelendiğinde, miadında doğum yapan annelerin süt miktarının hem erken, hem de geç doğum yapan annelere oranla daha yüksek olduğu saptanmıştır. Günlük ortalama süt miktarı doğumdan sonraki ilk aydan itibaren istatistiksel olarak da anlamlı ölçüde yüksek bulunmuştur ($p < 0.05$).

Annelerin 31 (% 77.5)'i normal doğum yaparken, 9 (% 22.5)'u sezaryen ile doğum yapmıştır. Doğumun oluş şekline göre ortalama anne sütü miktarları Tablo 2'de sunulmuştur.

Doğum oluş şeklinin ortalama anne sütü miktarına etkisi araştırıldığında; normal doğum yapan annelerin, sezaryenle doğum yapanlara kıyasla, emzikliğin 1, 2. ve 4. aylarında süt miktarı fazla olmasına rağmen aralarındaki fark istatistiksel olarak anlamsız bulunmuştur ($p > 0.05$).

Bebegin beslenme özelliklerinin anne sütüne etkisi:

Bebegini doğumdan hemen sonra emziren anne sayısı 1 (% 2.5), ilk 3-6 saatte emziren anne sayısı 3 (% 7.5), doğumdan sonraki 7-12 saatte emziren anne sayısı 23 (% 57.5), doğumdan sonraki 13-24 saatte emziren anne sayısı ise 13 (% 32.5)'dür. İlk emzirme zamanlarına göre ortalama anne sütü miktarları Tablo 3'de sunulmuştur.

Bebeklerini doğumdan sonraki ilk 12 saat içinde emzirmeye başlayan annelerin ortalama süt miktarı 1, 2. ve 4. aylarda en yüksek miktarlarda olup; ilk emzirmeye doğumdan sonraki 13.ve daha geç saatlerde başlayan annelerin ortalama süt miktarlarına oranla 2. ve 4. aylarda istatistiksel olarak anlamlı ölçüde yüksek olduğu görülmüştür ($p < 0.05$).

Çalışma grubundaki kadınların 9 (% 22.5)'unun bebeklerini, kendilerinin belirledikleri düzenli aralıklarla emzirdikleri, 31 (% 77.5)'inin ise bebeklerini her ağladıkça emzirdikleri saptanmıştır. Anne sütü

Tablo 1. Anne Sütü Miktarının Doğumun Oluş Zamanı ve Aylara Göre Dağılımı

Doğum Zamanı	Ortalama Anne Sütü Miktarı (g/gün)			
	Doğumda	1. ayda	2. ayda	4. ayda
Erken	202.5 \pm 5.0	525.0 \pm 9.6	407.5 \pm 9.2	415.0 \pm 13.4
Miadında	226.4 \pm 4.6	570.8 \pm 10.8	543.8 \pm 14.4	468.2 \pm 16.1
Geç	216.3 \pm 2.1	520.0 \pm 7.0	530.0 \pm 7.4	372.5 \pm 14.8
X ²	3.17	6.28	8.17	6.07
p	>0.05	<0.05	<0.05	<0.05

Tablo 2. Anne Sütü Miktarının Doğumun Oluş Şekli ve Aylara Göre Dağılımı

Doğum Oluş Şekli	Ortalama Anne Sütü Miktarı (g/gün)			
	Doğumda	1. ayda	2. ayda	4. ayda
Normal Doğum	230.5±7.2	580.1±9.6	545.5±4.7	459.0±4.8
Sezaryen	233.3±4.6	547.8±6.8	506.8±2.4	448.2±5.1
p	>0.05	>0.05	>0.05	>0.05

Tablo 3. Anne Sütü Miktarının Doğumdan Sonraki İlk Emzirme Zamanı ve Aylara Göre Durumu

İlk Emzirme Zamanı	Sayı	Ortalama Anne Sütü Miktarı (g/gün)			
		Doğumda	1. ayda	2. ayda	4. ayda
Doğar doğmaz	1	245.0	545.0	340.0	230.0
3-6 saat içinde	3	228.3±9.2	586.7±8.9	570.8±7.4	483.9±4.8
7-12 saat içinde	23	218.4±7.1	553.3±6.8	575.7±8.1	447.2±7.6
13-24 saat içinde	13	231.9±8.3	554.1±4.5	535.2±9.2	413.8±8.5
X ²		3.7	5.4	7.2	8.1
p		>0.05	>0.05	<0.05	<0.05

Tablo 4. Anne Sütü Miktarının Emzirme Düzenine Göre Dağılımı

Emzirme Düzeni	Ortalama Anne Sütü Miktarı (g/gün)			
	Doğumda	1. ayda	2. ayda	4. ayda
Düzenli	221.4±9.2	560.1±8.5	490.4±2.7	377.6±9.9
Ağladıkça	229.9±9.8	591.8±9.7	580.6±6.3	495.7±3.2
U	91.6	133.2	178.8	191.3
p	>0.05	<0.05	<0.01	<0.01

Tablo 5. Anne Sütü Miktarının Günlük Emzirme Sayısına Göre Dağılımı

Emzirme Sayısı/Gün	Ortalama Anne Sütü Miktarı (g/gün)			
	Doğumda	1. ayda	2. ayda	4. ayda
3 - 5	197.5±6.8	430.8±7.3	307.5±2.5	300.6±6.7
6 - 8	228.1±4.6	552.3±2.7	520.8±9.3	443.4±7.6
9 ve üzeri	224.3±3.6	594.4±5.9	564.7±7.2	469.5±4.8
X ²	4.4	4.6	6.3	7.9
p	>0.05	<0.05	<0.05	<0.05

miktarının düzenli ve ağladıkça emzirmeye göre dağılımı Tablo 4'de sunulmuştur.

Bebeklerini düzensiz ve ağladıkça emziren annelerin süt miktarı doğumdan itibaren izlem süresince yüksek bulunmuştur. Düzenli emziren annelere oranla daha fazla oluşan süt üretimi 1., 2. ve 4. aylarda istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermiştir (p<0.05).

Bebeklerin günlük emzirme sayılarına bakıldığında 8 (% 20)'inin 3-5 kez, 18 (% 45)'inin 6-8 kez, 14 (% 35)'ünün ise 9 ve daha fazla sayıda emzirildiği saptanmıştır (Tablo 5).

Tabloda sunulduğu gibi emzirme sayısı arttıkça doğumdan itibaren 4. ay sonuna kadar süt miktarının da arttığı görülmüştür. Birinci aydan itibaren bu artış istatistiksel olarak da önemli bulunmuştur (p<0.05).

TARTIŞMA VE SONUÇ

Doğum zamanına göre anne sütü miktarları incelendiğinde, miadında doğum yapan annelerin süt miktarının hem erken, hem de geç doğum yapan annelere oranla daha yüksek olduğu saptanmıştır. Doğumun oluş şeklinin ise anne sütü miktarını etkilemediği görülmüştür. Doğumdan sonra ne kadar erken sürede emzirme başlarsa, anne sütü miktarının da o denli yüksek olduğu bilinmektedir (14). Araştırma da benzer bulgular elde edilmiştir. Çalışmada annelerin % 10'unun ilk altı saatte, % 57.5'inin 7-12 saat içinde, % 32.5'inin 13-24 saat içinde emzirmeye başlamasına karşın; Köksal (7) yaptığı çalışmada annelerin % 18.7'sinin bebeğini doğumdan sonraki ilk 6 saat, % 43.7'sinin 7-12 saat, % 28.7'sinin 13-24 saat ve % 8.9'unun 24 saat sonra emzirdiğini bildirmiştir. Öztürk'ün (15) yaptığı çalışmada ise, annelerin %78'inin doğar doğmaz, diğerlerinin ise en az 3 saat içinde bebeklerini emzirdikleri bildirilmiştir. Bu farklılıklar, yöresel adetler ya da o bölgede çalışan sağlık personelinin farklı saha eğitimi uygulamaları ile açıklanabilir. Ancak, Ankara ilinde doğumların % 80'inin yaptırıldığı oniki hastanede yapılan bir çalışmada; Dünya Sağlık Örgütü ve UNICEF'in 1989 yılında başlattığı "Emzirmenin Korunması ve Özendirilmesi" programına tam olarak uyulmadığı görülmüştür (16). Bu da anne eğitiminin saha çalışmaları yanısıra, merkezlerde de yetersiz olduğunun bir kanıtıdır.

Bebekini her ağladığında ve sık emziren annelerin süt miktarı, belirli aralıklarla ve günde 6'dan az sayıda emziren annelere oranla yüksek bulunmuştur. Acıkan bebek bunu ağlayarak belirtmekte ve anne meme ucunu kuvvetli bir şekilde emmektedir. Bunun sonucunda somatik bir refleks olan prolaktin uyarılır ve hipofiz ön lobunun etkisi ile dolaşıma geçerek meme alveollerinde süt yapımını sağlar. Psikosomatik refleks yolu ile hipofiz arka lobu uyarılarak oksitosin sekresyonu etkisi ile alveol çeper hücreleri kontraksiyona uğrar ve yapılan süt duktuslardan boşalır. Bu refleks bebeğin emme stimulusu ile arttığından, sık emzirme de anne sütü miktarını arttırmaktadır (17,18).

Çalışma sonucunda elde edilen verilere göre; Doğumdan sonra mümkün olduğunca erken emziren, düzensiz ve ağladıkça emziren, sık aralıklarla emziren annelerin süt miktarının arttığı; ayrıca bebek beslenmesi konusunda annelere sağlık ve besleme eğitimi verilmesi ve eğitimde sürekliliğin sağlanması gerektiği sonucuna varılmıştır.

KAYNAKLAR

1. Bağcı T. Gebe-emzikli ve bebek beslenmesi. (Eds. Bertan M, Güler Ç.): Halk Sağlığı (Temel Bilgiler). Ankara, 294-303. 1995.
2. Arslan P, Soysal G. Çocuk Beslenmesi II. Beslenme ve Diyet Dergisi, 2: 86, 1974.
3. Özsoylu Ş. Anne sütü ile beslenmenin önemi. Pediatri de Yenilikler. XXIII. Türk Pediatri Kongresi Yayınları, No: 26, 2, İstanbul, 1985.
4. Cameron M, Hofvader Y. Breast milk and its value, Manuel on Feeding Infants and Young Children, Oxford Univ. Press, 47-49, 81-89, Hong-Kong, 1983.
5. Jelliffe DB, Jelliffe EFP. Current concepts in nutrition; breast is best, modern meanings. N Engl J Med 297: 934-941, 1977
6. American Academy of Pediatrics. Policy statement based on task force report: The promotion of breast feeding. Pediatrics 69: 654; 1982.
7. Köksal G, Özalp İ. Ankara çevresindeki anne sütü ile beslenme durumunun saptanması. Beslenme ve Diyet Dergisi 12:19,1983.
8. Baysal A. Beslenme. H.Ü. Yayınları, A/13, Ankara, 1985.
9. Baysal A, Aksoy M, Kasap G, Taşçı N, Karağaoğlu N. Çocuk beslenme alışkanlıkları ve malnütrisyon. Türk Hijyen ve Deneysel Biyoloji Dergisi 41(3): 263, 1984.
10. Hayran O, Kayhan M, Aksayan S. 0-6 yaş grubu çocuklarda büyüme-gelişme ve beslenme durumu üzerine bir çalışma. Beslenme ve Diyet Dergisi 19 (1): 33-43, 1990.
11. Tunçbilek E, Üner S, Ulusoy M. Türkiye'de emzirme, demografik, sosyo-ekonomik yönleri ve çocuk ölümleri ilişkisi. Nüfus Bilim Dergisi 4: 7,1982.
12. Köksal O. Türkiye, 1974 Ulusal Beslenme, Sağlık ve Gıda Tüketim Araştırması, Ankara,1977.
13. Arslan P. 0-1 yaş, beslenme ve büyüme. Beslenme ve Diyet Dergisi 17(2):192, 1988.
14. Erdem G. Rooming-in, Katkı Pediatri Dergisi, H.Ü.Tıp Fakültesi Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı ve Çocuk Sağlığı Enstitüsü Yayını, 12 (5-6): 542-553,1991.
15. Öztürk S. Gebelikte ve laktasyon döneminde anne beslenmesinin ve diğer faktörlerin bebek doğum ağırlığına etkisi, Nutrisyon ve Metabolizma Programı Bilim Uzmanlığı Tezi, H.Ü. Çocuk Sağlığı Enstitüsü, Ankara,1988.
16. Özcebe H, Bertan M, Doğan GB. Anne sütü ile beslenme ve Ankara'da bebek dostu hastaneleri, Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Dergisi 34 (4): 305-316, 1991.
17. Özsoylu Ş. Süt Çocuğunun Beslenmesi ve Anne Sütü, Pediatri de Yenilikler. TürkiyeSağlık Tedavisi Vakfı, Yayın No. 1, 54-8, Arısan Matbaacılık Ankara 1983.
18. Coşkun T. Anne sütü ile beslenme. (Ed.Tunçbilek, E): Çocuk Sağlığı (Temel Bilgiler). Ankara, 30. 1988.