

## Bölüm 21

# YENİDOĞAN BEBEKLERDE BESLENME

Sevgi Akova<sup>1</sup>

### GİRİŞ

Anne sütü, bebekler için en önemli besin maddesidir. Anne sütü ilk 6 ayda bebeğin ihtiyacının %100' ünü, 6-12 ayda bebeğin ihtiyacının %50' sini ve 12. aydan itibaren de %30' unu karşılamaktadır. Günümüzde Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) ve Birleşmiş Milletler Çocuklara Yardım Fonu (UNICEF) ilk 6 ay sadece anne sütü ve ek gıdalarla beraber 2 yaş ve sonrasına kadar emzirmeyi önermektedir (1). Ülkemizde TNSA-2013 sonuçlarına göre 0-1 ayda bebeklerin %58'inin sadece anne sütü ile beslendiği, 4-5 aylık bebeklerde bu oranın %10'a kadar gerilediği bildirilmektedir. Sezaryen doğum, bebeğin iyi emmemesi, sütün gelmemesi, bebeğin çok ağlaması gibi çoğunlukla geçersiz veya düzeltilebilir nedenler, bebeklere mama desteğinin kolayca verilebilmesine sebep olmaktadır. Erken taburculukta, emzirmenin tam yeterli hale gelmeden taburculuğa ve annenin evdeki yakınlarının da önerisi ile kolayca erken ek gıdaya başlamasına yol açmaktadır. Bu nedenle özellikle 32. Haftadan itibaren gebelere ve yeni doğum yapmış annelere yenidoğan beslenmesinde anne sütünün önemi ile ilgili eğitim verilmelidir. Bu eğitim ile annelerin geleneksel bebek beslenmesi ile ilgili yanlış bilgileri terketmesine ve güvenli bir şekilde sadece anne sütü ile bebeklerini büyütmeleri sağlanır. Gebe, yeni doğum yapmış anne ile karşılaşan tüm sağlık personeli bu konuda duyarlı ve eğitilmiş olmalıdır. Yenidoğanın yarım saat içerisinde doğumhanede anne ile ten- sel teması sağlanarak emzirmeye başlanması sağlanmalıdır. Bu emzirme annenin taburculuğuna kadar servisteki tüm sağlık personeli ve bu işle ilgili emzirme danışmanlığı yapan personel tarafından sıkı bir şekilde takip edilmelidir. Özellikle bebeğin memeye tutturulması konusunda anne ve refakatçileri de eğitilmelidir. Taburculuk sonrasında bebeğin aşı ve büyüme takipleri esnasında da anne sütü

<sup>1</sup> Doktor Öğretim Görevlisi Çocuk Acil Uzmanı, akovasevgi2000@hotmail.com

- Formül hazırlamak için kullanılan su 10 dakika kaynatılmalı ve daha sonra 60°C'ye kadar soğutulmalıdır.
- Formül paketleri açıldıktan sonra en geç üç hafta içerisinde tüketilmelidir. Kalan miktarlar ağız kapalı bir şekilde serin ve kuru bir ortamda saklanmalıdır.
- Formüllerin hazırlanacağı biberon yüksek ısıda yıkama yapan bulaşık makineleriyle yıkanmalıdır.
- Hazırlama, saklama ve ısıtma sırasında temizlik kurallarına ciddiyle uyulmalıdır.
- Formül hazırlığı sırasında telefon görüşmesi yapılmamalı, kapı açılmamalıdır.
- Formül hazırlarken kullanılan bütün malzemeler (biberon, sürahi, doldurmak için kullanılan kepeç, süzgeç v.s.) mama hazırlamadan önce fırçalanmalı, bulaşık makinesinde yıkanmalıdır.
- Formüller o öğünde kullanılacak miktarda hazırlanmalıdır ve hazırlandıktan hemen sonra kullanılmalıdır.
- Hazırlanmış formül oda ısısında 3 saatten uzun bekletilmemelidir. Kalan formül dökülmeli ve bekletilerek bir daha kullanılmamalıdır.
- Formüllerin önceden hazırlanması gerekiyor ise günlük hazırlanmalı ve +4°C'de veya altında saklanmalı ve 24 saatten uzun bekletilmemelidir.
- Buzdolabı ısısının  $\leq +4^{\circ}\text{C}$  olduğu sık sık kontrol edilmelidir.
- Anne sütü güçlendiricileri kullanılacak ise 50 ml'lik porsiyonlar halinde güçlendirme yapılmalıdır.
- Hazır sıvı formüllerin kapaklarının bombeli olması formüllerin bozuk olduğunu göstermektedir. Kapakları bombeleşmiş sıvı formüller kullanılmamalıdır.

## **KAYNAKÇA**

1. World Health Organization. Infant and young child feeding: model chapter for textbooks for medical students and allied health professionals. Geneva: WHO; 2009.
2. Emzirme Danışmanlığı El Kitabı. TC Sağlık Bakanlığı Ana Çocuk Sağlığı ve Aile Planlaması Genel Müdürlüğü.
3. Bowman BA, Russall RM. Present Knowledge in Nutrition 8.Edition, Ilsi Press, Washington DC, 2001.
4. Newburg DS, Neubauer SH. Carbohydrates in Milk. Handbook of Human Milk Composition. Jensen RG (ed.),273-349, Academic Press, San Diego,1995.
5. Türk Neonatoloji Derneği sağlıklı term bebeğin beslenmesi rehberi,Güncelleme 2018