

Hemşire Sultan Pekşen¹Prof. Dr. Nursan Çınar²**1. ANNE SÜTÜ NASIL OLUŞUR?**

Laktasyon Mekanizması

Anne Sütünde İnhibitör Madde Etkisi

2. ANNE SÜTÜNÜN İÇERİĞİ

Anne Sütünün Probiyotik ve Prebiyotik Özelliği

3. ANNE SÜTÜNÜN SALGILANDIĞI DÖNEME GÖRE ÖZELLİKLERİ**4. ANNE SÜTÜ VE EMZİRME FAYDALARI****5. EMZİRMEYE DESTEK UYGULAMALAR**

Doğum Öncesi Yapılabilecek Uygulamalar

Doğum Sürecinde Emzirmeye Destek

Doğum Sonrası Emzirmeye Destek Uygulamaları

6. EMZİRMEİNİN KONTRENDİKE OLDUĞU DURUMLAR

İlaçlar

7. İLK GÜNLERDE EMZİRME

Bebeklerde Emzirme Ne Kadar Süremelidir?

8. EMZİRME POZİSYONLARI**9. BEBEĞİ MEMEYE YERLEŞTİRME NASIL YAPILIR****10. SÜT ÜRETİMİNİ ARTIRMAK İÇİN NE YAPILMALIDIR?****11. MEME İLE İLGİLİ FİZİKSEL SORUNLAR VE EMZİRME YÖNETİMİ**

Meme Boyutu/Geçirilmiş Cerrahi Operasyon

Meme Ucu Sorunları (Düz- Çökük-Büyük Meme Ucu)

12. EMZİRME SÜRECİNDE GÖRÜLEBİLEN MEME PROBLEMLERİ**13. SÜTTÜN SAĞILMASININ GEREKEBİLDİĞİ DURUMLAR NELERDİR?**

Elle Anne Sütü Nasıl Sağılır?

Süt Sağma Pompası Ne Zaman Kullanılır?

Elle Çalışan Bir Göğüs Pompası Nasıl Kullanılır?

Elektrikli Göğüs Pompası Nasıl Kullanılır?

Sağılmış Anne Sütü Nasıl Saklanır?

Sağılmış Anne Sütü Bebeğe Nasıl Verilmelidir?

KAYNAKLAR**GİRİŞ**

Anne sütü, bebek sağlığı ve gelişimi için gerekli besinleri ve biyoaktif faktörleri içeren dinamik, çok yönlü bir besindir. Bebeğin büyüme ve gelişmesi için ihtiyacı olan besin faktörlerinin yanında hayatta kalmayı ve sağlıklı gelişimi destekleyen birçok biyoaktif faktörleri içermesi anne sütünün “sadece besin” olmadığını düşündürmekte, bebeklerin sağ kalımı ve hayat kalitesi üzerine etkileri ile bebek beslenmesinde bir altın standart olarak kabul edilmektedir. WHO, UNICEF, APA gibi güvenilir tüm sağlık kuruluşlarının ortak önerisi bebeklerin ilk 6 ay sadece anne sütü ile beslenmesi 6. aydan sonra uygun tamamlayıcı beslenme ile birlikte emzirmeye iki yaş ve ötesine kadar devam edilmesidir.

¹Sakarya Üniversitesi Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Laktasyon-Relaktasyon Polikliniği

²Sakarya Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı

KAYNAKLAR

Agostoni C, Braegger C, Decsi T et al. (2009) Breastfeeding: a comment by the ESPGHAN Nutrition Committee. *J Pediatr Gastroenterol Nutr* 49,112-125.

Ballard O & Morrow AL (2013) Human milk composition: nutrients and bioactive factors. *Pediatric Clinics of North America* 60, 49-74.

Bergmann RL, Bergmann KE, von Weizsacker K et al. (2014) Breastfeeding is natural but not always easy: intervention for common medical problems of breastfeeding mothers - a review of the scientific evidence. *J Perinat Med* 42, 9-18.

Cınar, N., Dede, C. (2013), Why Breastfeeding is the Best Feeding? *Health Scope*, Vol: 2 /1, 63-64, (Letter to editör)

Çınar, N., Köse, D., Doğu, Ö. (2012), Çoğul Bebeklerin Anne Sütü ile Beslenmesi, *Sakarya Tıp Dergisi*, 2/3, 115-121.

Eidelman AI (2012) Breastfeeding and the use of human milk: an analysis of the American Academy of Pediatrics 2012 Breastfeeding Policy Statement. *Breastfeed Med* 7, 323-324.

Emzirme Danışmanlığı El Kitabı.(2015), T.C. Sağlık Bakanlığı Türkiye Halk Sağlığı Kurumu Çocuk ve Ergen Sağlığı Dairesi

Horta BL & Victora CG (2013a) Long-term effects of breastfeeding: a systematic review. Geneva: WHO.

Lawrence RA & Lawrence RM (2011) *Breastfeeding: Guide for the Medical Professional*. 7th

Lawrence RM (2013) Circumstances when breastfeeding is contraindicated. *Pediatric Clinics of North America* 60, 295-318.

Neifert M & Bunik M (2013) Overcoming clinical barriers to exclusive breastfeeding. *Pediatr Clin North Am* 60, 115-145.

Surgeon General's report: US Department of Health and Human Services: The Surgeon General's call to action to support breastfeeding.2011.US Department of Health and Human Services, Office of the Surgeon GeneralWashington, DC

Topal, S., Çınar, N., Altınkaynak, S. (2017), Emzirmenin Anne Sağlığına Yararları, *J hum rhythm*, 3(1):25-31.

Türk Neonatoloji Derneği Sağlıklı Term Bebeğin Beslenmesi Rehberi 2018 Güncellemesi.

UNICEF (2014) The Baby-Friendly Hospital Initiative. (accessed 2014-11-07)

Victora CG, Bahl R, Barros AJ et al. (2016) Breastfeeding in the 21st century: epidemiology, mechanisms and lifelong impact. *Lancet* 387,475-490.

WHO & UNICEF (2003) Global Strategy for Infant and Young Child Feeding.

WHO (2004) Evidence for the step of successful breastfeeding. Geneva: World Health Organization.

WHO (2004) Evidence for the ten steps to successful breastfeeding. Geneva: World Health Organization.

WHO (2009) Infant and young child feeding: model chapter for textbooks for medical students and allied health professionals.