

BÖLÜM 11

POSTPARTUM DÖNEMDE MEME SORUNLARI VE BAKIMI

Nazife BAKIR¹

GİRİŞ

Postpartum dönem anne ve bebek için fiziksel ve ruhsal açıdan bazı değişikliklerin meydana geldiği bir süreci kapsamaktadır. Erken postpartum dönemde çeşitli sebeplerden kaynaklı önemli meme sorunları oluşmaktadır. Bebeğin emzirilmeye bir an önce başlatılması ve etkili bir şekilde devamının sürdürülmesi anne ve bebek sağlığı açısından büyük önem teşkil etmektedir. Emzirmenin anne-bebek, hatta halk sağlığı için yaygın olarak kabul edilen faydaları vardır. Dünya Sağlık Örgütü (WHO), altı aya kadar vitamin ve mineraller dışında herhangi bir ek gıda olmadan sadece anne sütüyle beslenmeyi şiddetle tavsiye etmektedir. Epidemiyolojik çalışmalar, emzirmeyi bırakmanın kısa ve uzun vadede bebek sağlığı üzerinde zararlı bir etkisi olduğunu göstermiştir.

Emzirmek, bebeğin sağlığı üzerindeki yararlı etkilerinin yanı sıra, bulaşıcı hastalıklardan kaynaklanan ölüm oranlarını da azaltır. Sadece anne sütü ile beslenen bebeklerde gastrointestinal ve alerjik hastalık riski daha düşüktür. Emzirme tekniğinin yanlış olması, bebeği yanlış pozisyonda tutma, hijyene dikkat etmeme, meme dokusunun yeterli bir şekilde boşaltılmaması, emzirme süresinde ve sıklığında düzenli bir programın olmaması gibi etkenler emzirme döneminde an-

¹ Dr. Öğr. Üyesi, Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Bucak Sağlık Yüksekokulu, Hemşirelik Bölümü, nazbakir@hotmail.com

KAYNAKLAR

1. Durmuş A, Gürkan CÖ. (2020). Erken postpartum dönem meme sorunlarında kanıt temelli tamamlayıcı ve destekleyici bakım uygulamaları. *Ordu Üniversitesi Hemşirelik Çalışmaları Dergisi*,3(2): 185-192. DOI:10.38108/ouhcd.761903
2. Kirlek F, Akdolun BN. (2013). Erken doğum döneminde meme başı ağrısı ve çatlaklarının önlenmesinde anne sütü ve zeytinyağının etkisi. *Hemşirelikte Araştırma Geliştirme Dergisi*, 15(2): 17-34. <https://dergipark.org.tr/en/pub/hemarge/issue/52732/695695> adresinden erişildi.
3. Gila-Díaz A, Carrillo GH, López de Pablo ÁL, Arribas SM, Ramiro-Cortijo D. (2020). Association between maternal postpartum depression, stress, optimism, and breastfeeding pattern in the first six months. *Int J Environ Res Public Health*, 17(19): 7153. doi: 10.3390/ijerph17197153.
4. WHO (2020). (Exclusive Breastfeeding for Optimal Growth, Development and Health of Infants. [erişimi: 20.02.2022]; Available online: https://www.who.int/elena/titles/exclusive_breastfeeding/en/
5. Shafaei FS, Mirghafourvand M, Havizari S. (2020). The effect of prenatal counseling on breastfeeding self-efficacy and frequency of breastfeeding problems in mothers with previous unsuccessful breastfeeding: a randomized controlled clinical trial. *BMC Womens Health*, 20(1): 94. doi: 10.1186/s12905-020-00947-1.
6. Kılıcı H. (2014). Poatpartum erken dönem emzirme başarısı ile postpartum geç dönem emzirme öz yeterlilik ve meme sorunları arasındaki ilişki. Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Ebelik Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, Aydın.
7. Mathur N, Dhingra D. (2014). Breast-feeding. *Hint J Pediatr*, 81(2):143-149. doi: 10.1007/s12098-013-1153-1.
8. Güngör S. (2021). 0-6 Ay bebeği olan annelerin emzirme durumları ve emzirme sorunlarını etkileyen faktörler. Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Hemşirelik Anabilim Dalı Yüksek Lisans Tezi, Çanakkale.
9. Alekseev NP, Vladimir II, Nadezhda TE. (2015). Pathological postpartum breast engorgement: prediction, prevention, and resolution. *Breastfeed Med*, 10(4): 203-8. doi: 10.1089/bfm.2014.0047.
10. Mangesi L, Zakarija GI. (2016). Treatments for breast engorgement during lactation. *Cochrane Database Syst Rev*, 28(6): CD006946. doi: 10.1002/14651858.CD006946.pub3.
11. Zakarija G, I, Stewart F. (2020). Treatments for breast engorgement during lactation. *Cochrane Database Syst Rev*, 18(9): CD006946. doi: 10.1002/14651858.CD006946.pub4.
12. Mangesi L, Dowswell T. (2010). Treatments for breast engorgement during lactation. *Cochrane Database Syst Rev*, 8(9): CD006946. doi: 10.1002/14651858.CD006946.pub2.
13. Alekseev NP, Vladimir II, Nadezhda TE. (2015). Pathological postpartum breast engorgement: prediction, prevention, and resolution. *Breastfeed Med*, 10(4): 203-8. doi: 10.1089/bfm.2014.0047.
14. Sousa L, Haddad ML, Nakano AM, Gomes FA. (2012). Terapêutica não-farmacológica para alívio do ingurgitamento mamário durante a lactação: revisão integrativa da literatura [A non-pharmacologic treatment to relieve breast engorgement during lactation: an integrative literature review]. *Rev Esc Enferm USP*, 46(2): 472-9. Portuguese. doi: 10.1590/s0080-62342012000200028.

• Ebeler ve Hemşireler İçin Postpartum Dönem

15. Boran P. (2020). Emzirme sorunlarına kanıta dayalı yaklaşım. Osmangazi Tıp Dergisi, Sosyal Pediatri Özel Sayısı, 35-40. DOI: 10.20515/otd.681551
16. Yalnızoğlu ÇS, Topal S, Altınkaynak S.(2017). Anne sütü ile beslenmede karşılaşılan sorunlar. Türkiye Klinikleri J Pediatr Nurs-Special Topics, 3(2): 120-128.
17. Uyanık G. (2019). Emzirme sorunları değerlendirme ölçeğinin türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması. Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İzmir.
18. <https://www.uofmhealth.org/health-library/hw98039> (Erişim tarihi: 01. 01. 2022)
19. <https://nationalwomenshealth.adhb.govt.nz/assets/Womens-health/Documents/Policies-and-guidelines/Mastitis-Prevention-and-Treatment-.pdf>. (Erişim tarihi 01.01.2022)
20. Spencer JP. (2008). Management of Mastitis in Breastfeeding Women Am Fam Physician, 78(6):727-731
21. Kataria K, Srivastava A, Dhar A. (2013). Management of lactational mastitis and breast abscesses: review of current knowledge and practice. Indian J Surg, 75(6): 430-435. doi: 10.1007/s12262-012-0776-1.
22. Toomey A, Le JK. (2021). Breast abscess. 2021 Dec 16. In: StatPearls [Internet]. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing; 2022 Jan-. PMID: 29083702
23. Li J. (2019). Diagnosis and treatment of 75 patients with idiopathic lobular granulomatous mastitis. J Invest Surg, 32(5):414-420.