

Bölüm 2

EMZİRME SÜRECİNDE EŞ DESTEĞİ

Gülsün AYRAN¹

GİRİŞ

Anne sütü, bebeklerin sağlıklı büyüme ve gelişmesi için en ideal besindir (Chen ve ark., 2018). Özellikle yaşamın ilk birkaç ayında çocuklarda morbidite ve mortalite oranlarını düşürmenin yanı sıra zengin besin içeriği ile zihinsel ve fizyolojik gelişimi desteklemektedir (Yeşil, Ekşioğlu & Turfan, 2022). Hem besleyici bileşimi hem de içerdiği hücreler, anti-enfeksiyöz ve anti-inflamatuar ajanlar sayesinde çocuğun hayatta kalmasını ve sağlıklı çocuk gelişimini destekleyen eşsiz bir besindir (Beyene, Liben & Arora, 2019). Anne sütü fiziksel, nörolojik ve bilişsel gelişim için önemli avantajlar sağlarken bebeklerin enerji ve besin ihtiyacını da karşılamaktadır (Jager, Skouteris & Amir, 2013).

Emzirmenin anne ve bebek sağlığına kısa veya uzun vade de pek çok yararı bulunmaktadır (Zhao ve ark., 2017). Emzirme, kısa vadede gastrointestinal enfeksiyonlar, nekrotizan enterokolit, solunum yolu enfeksiyonları, orta kulak iltihabı, alerjik hastalık ve ani bebek ölümü sendromu gelişme riskini azaltıp; uzun vadede obezite, diyabet, inflamatuvar bağırsak hastalığı, çölyak hastalığı, çocukluk çağı lösemisi ve lenfomadan karşı korur (Bar, Milanaik & Adesman, 2016). Ayrıca anneler için emzirme, doğum sonrası fazla kiloların kaybı, yaşamın ilerleyen dönemlerinde metabolik sendrom ve tip 2 diabetes mellitus, meme ve yumurtalık kanseri insidansını da azaltmaktadır (Chowdhury ve ark., 2015). Emzirme sadece fiziksel faydalar sağlamanın yanı sıra, anne bebek bağlanması ve çocukların uzun vade de ruh sağlığı ve dayanıklılığında da önemli bir rol oynamaktadır (Kuberka & Pawłowicz, 2021).

Anne sütünün anne, bebek ve toplum sağlığı açısından kanıtlanmış bilinen pek çok yararı bulunmasına rağmen ekonomik, kültürel, toplumsal nedenlerle dünyanın birçok bölgesinde emzirme oranları ve emzirme süresi hala istenilen

¹ Dr. Öğr. Üyesi, Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği AD, gayran@erzincan.edu.tr

düzeyde değildir (Gözükara, 2014; Hilliard & Schneidermann, 2020). Emzirme oranlarındaki bu azalma en önemli halk sağlığı sorunlarından biridir (Saghooni, Barez & Karimi, 2020). Diğer taraftan dünya çapında çocuk ölümlerindeki azalmalarda önemli ilerleme kaydedilmiş olmasına rağmen, yetersiz emzirme, dünyanın gelişmekte olan bölgelerinde hastalık yükünün önde gelen nedeni ve çocuk ölümleri için risk faktörü olmaya devam etmektedir (Balogun ve ark., 2015). Bu nedendir ki, bu derlemede emzirme konusunun gündeminde gizli kalmış etkin bir faktör olduğu düşünülen “eş desteği” kavramı üzerinde durularak, farkındalık yaratılması hedeflenmiştir.

DÜNYA'DA VE TÜRKİYE'DE EMZİRME ORANLARI

Birleşmiş Milletler Uluslararası Çocuklara Acil Yardım Fonu (UNICEF), Amerikan Pediatri Akademisi (AAP) ve Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) sağlıklı bir toplum için tüm bebeklerin ilk 6 ay Sadece Anne Sütü (SAS) ile beslenmelerini ve 6. aydan itibaren ek gıdalara başlayarak en az 2 yaşına kadar ek gıdalarla birlikte emzirilmesini önermektedir (WHO, 2021; UNICEF, 2021a). Dünya genelinde 2015-2020 yıllarında 0-6 aylık bebeklerin yaklaşık %44'ü SAS ile beslenmektedir (WHO, 2021). Kıtalara göre emzirme oranları ise Amerika'da %22.3, Doğu/Güney Afrika'da %55, Güney Asya'da %57, Batı/Orta Afrika'da %33, Orta Doğu ve Kuzey Afrika'da %33 ve Kuzey Amerika'da %26 olarak tespit edilmiştir (UNICEF, 2021b). Ülkelerin gelir düzeylerine göre SAS ile beslenme oranlarına baktığımızda; sırasıyla düşük, orta ve yüksek gelirli ülkelerde %53, %61 ve %63 olduğu bildirilmektedir (Victoria ve ark., 2016).

Ülkemizde yaygın bir uygulama olan emzirme bölgelere ve sosyoekonomik kültürel düzeye göre değişiklik göstermektedir. Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması (TNSA) 2018 verilerine göre ilk altı ay SAS ile beslenme oranı %41 olarak belirlenmiştir. SAS alan çocukların oranı yaşla birlikte hızla azalmakta; 0-1 aylık çocuklarda %59 iken, 2-3 aylık çocuklarda %45'e, 4-5 aylık çocuklarda ise %14'e düşmektedir. Ayrıca ilk bir saat içinde emzirilen bebeklerin oranı %71.3 iken, bu oran iki yaşına geldiğinde %34'e düşmektedir. Emzirilen bebeklerin bebek maması ile beslenme oranı 0-1 aylık iken %22 olup, bu oran 2-8 aylık olduğunda %29'un üzerine çıkmaktadır.

EMZİRMENİN DESTEKLENMESİ

Emzirme davranışı anne, bebek ve toplum açısından kanıtlanmış yararlarına ve yaygın olarak uygulanan bir davranış olmasına karşın ilk 6 ay SAS alma ora-

nı arzu edilen düzeyde değildir (Gözükara, 2014; Hilliard & Schneidermann, 2020). Bu durum anneler arasında kişisel ve içsel özellikler, hastane politikaları, doğuma ilişkin deneyimler, destek kaynakları, emzirme müdahaleleri gibi sos-yokültürel ve ekonomik pek çok faktörden etkilenmesinden kaynaklanmaktadır (Balogun ve ark., 2015; Negin ve ark., 2016). Bu faktörlerden emzirmenin desteklenmesi, annenin emzirme sürecinde karşılaştığı zorlukların üstesinden gelmesini sağlamada kritik bir faktördür. Başarılı bir emzirme sürecinin başlatılıp, sürdürülmesinde annelerin gebelik ve doğum sonrası dönemde, sağlık ekibi, aile ve toplum açısından desteklenmesi elzemdir (Gözükara, 2014).

DSÖ ve UNICEF, Başarılı Emzirmenin On Adımını uygulamak için dünya çapında doğum ve yenidoğan hizmetleri sağlayan sağlık kuruluşlarını motive etmeye yardımcı olmak amacıyla Bebek Dostu Hastane Girişimi'ni başlatmıştır (UNICEF, 2018). On Adım, emzirmeyi desteklemek için doğum ve yenidoğan hizmetleri sağlayan sağlık kuruluşlarının uygulaması gereken bir politika ve prosedür paketini özetlemektedir. DSÖ, dünya çapında doğum ve yenidoğan hizmetleri sunan tüm tesisleri On Adımı uygulamaya davet etmiştir (WHO, 2022).

Başarılı bir emzirme sürecinin başlatılıp sürdürülmesinde bir diğer destek mekanizması ailedir. Aile üyeleri, emziren kadınların desteklenmesinde ve sütten kesme veya formül beslemeye geçişin önlenmesinde önemli bir rol oynamaktadır (Ke, Ouyang & Redding, 2017; Mueffelmann ve ark., 2014). Kadınların kendilerini tanımlayan önemli aile üyeleri, çoğunlukla, kadınlarla birlikte yaşayan ve bebeklerin bakımına yardımcı olan baba ve büyükanne olarak ifade edilmektedir (Mueffelmann ve ark., 2014). Özellikle düşük ve orta gelirli ülkelerde kadınlar büyükanneleri bir bilgi kaynağı olarak görüp deneyimlerinden faydalanırken, kültürel olarak da annelerin annelerinden öğrenmeleri beklenmektedir (Bello, Idemudia & Ogunba, 2019).

Emzirme sonuçlarını etkileyen önemli faktörlerden biri de, eş desteğidir. Geçmişte emzirme yalnızca annenin rolü olarak görülürken, günümüzdeki son çalışmalar babaların emzirmeye katılımları yoluyla oynadıkları hayati rolü öne sürmektedir (Bich, Long & Hoa, 2019; Emott, Page Myers, 2020; Rempel, Rempel & Moore, 2017). Babaların emzirmeye karşı olumlu tutum geliştirmesi, emzirmenin başlatılması ve devam ettirilmesi oranını artırırken, annelerin mamayla besleme tercihlerini azalttığı bildirilmektedir (Dick ve ark., 2019). Babalar eşlerinin ihtiyaçlarını destekleyerek, cesaretlendirerek, emzirme bilgisi ile eşlerinin çabalarına destek vererek, araçsal destek sağlayarak ve stresörleri

hafifleterek eşlerinin başarılı bir şekilde emzirebilmeleri için destek olduklarını bildirmişlerdir (Rempel, Rempel & Moore, 2017). Büyüyen bir araştırma grubu, baba desteğinin emzirme başarısı üzerindeki etkisini ortaya koymaktadır. Hunter ve Cattelona (2014), emzirmeye başlama sırasında baba desteği alan kadınların, baba desteği almayan kadınlara göre 6 aya kadar daha yüksek oranda emzirme bildirdiklerini bulmuşlardır. Eş desteğini ele alan bir meta-analiz çalışmasında, eş desteği alan kadınların 4. ve 6. ayda SAS ile besleme oranının önemli ölçüde daha yüksek olduğunu ve emzirme ile ilgili problemlerinde önemli ölçüde daha düşük olduğunu ortaya koymuştur (Mahesh ve diğerleri, 2018). Yapılan çalışmalar bize kadınların emzirmeye başlamaları ve emzirmeye devam etmeleri için eş desteğinin önemli bir rolü olduğunu ortaya koymaktadır.

EMZİRME SÜRECİNDE EŞ DESTEĞİNİN ROLÜ

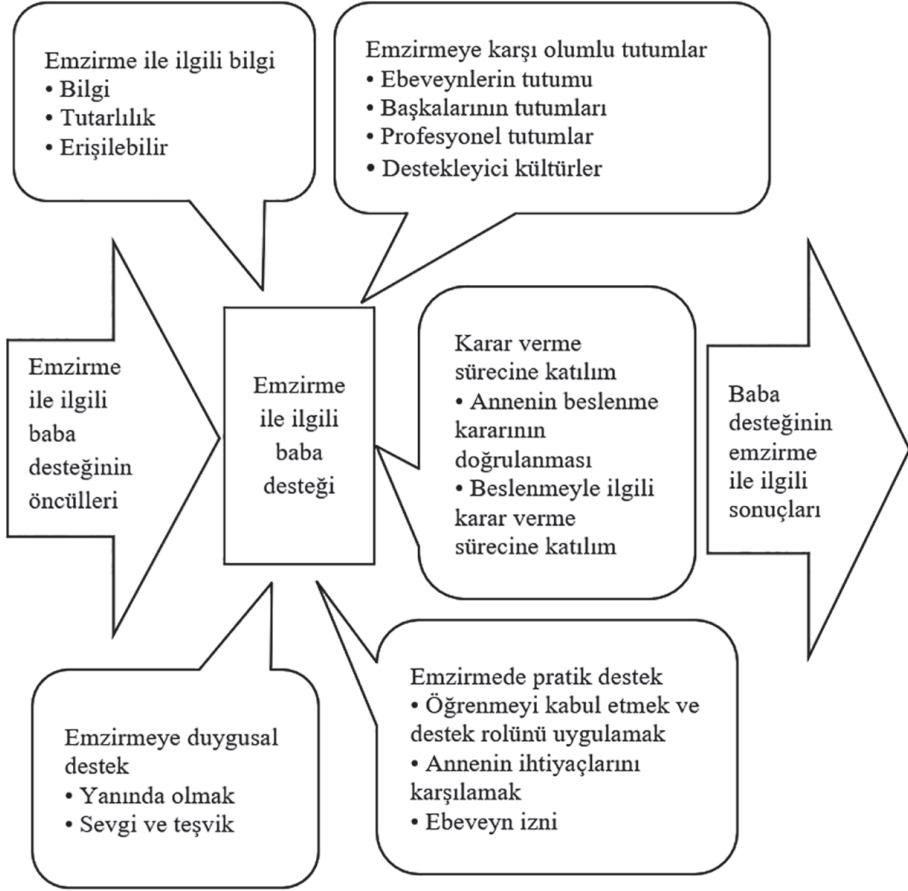
Kimin yardım ettiğinin yanında dikkate alınması gereken ek bir nokta da bireylerin annelere nasıl yardım ettiğidir. Bu doğrultuda destek kavramı, bireylerin becerilerini, öz değerlendirmelerini ve öz saygılarını geliştiren bilgi ve cesaretlendirmenin sağlandığı duygusal ve bilgisel destek ve bireylerin doğrudan veya somut eylemlerle desteklendiği pratik veya araçsal destek olarak kategorize edilmiştir (Emmott, Page & Myers, 2020). Sheriff ve Pantan (2014) ise emzirme sürecinde “baba desteği” kavramının emzirme hakkında bilgi, emzirmeye ilişkin olumlu tutum, karar verme sürecine katılım, pratik destek ve duygusal destek şeklinde beş temel tanımlayıcı özelliğini açıklamıştır.

Emzirme hakkında bilgi ve tutum: Anneye bebek beslenmesi hakkında bilgi aktarımını içerir (Emmott, Page & Myers, 2020). Bir babanın emzirme konusundaki bilgi ve tutumu, emzirme uygulamalarının başarısına katkıda bulunan önemli faktörlerden biridir. Babanın emzirme konusunda bilgisi arttıkça, bebeğin anne sütüyle beslenme şansı da artar (Mohamad ve ark., 2015). Bangladeş’de ebeveyn vakalarını örnek alarak annelerin emzirme uygulamasında babaların bilgi, tutum ve desteğinin rolünü araştırmayı amaçladıkları bir çalışmada babaların annelerin SAS bilgisini zenginleştirmesine yardımcı olduğu ve annelerin SAS ile beslenmeye başlama ve beslenmeyi sürdürme konusunda olumlu bir tutumla sonuçlandığı bulunmuştur (Ouyang & Nasrin, 2021). Özlüses ve Çelebioğlu’nun (2014) doğal beslenme öğretim sürecine babaları dâhil ettikleri çalışmalarında, ilk altı ay SAS ile beslenme oranının arttığı saptanmıştır. Yarı deneysel olarak yapılan başka bir çalışma da babalara verilen emzirme eğitiminin SAS alma oranlarını artırdığı bulunmuştur (Bich, Long & Hoa, 2019).

Emzirme kararına katılım: Emzirme kararı, emzirmeye başlama sürecinde önemli bir adımdır (Hounsone & Dowling, 2018). Pek çok baba, eşlerinin beslenme kararlarında kendilerini etkili olarak görmediklerini bildirirse de, özellikle beslenme yönteminin seçilmesi ve sürdürülmesi kararında baba desteğinin önemi oldukça büyüktür (Sherriff & Panton, 2014). Babaların emzirmeye karar vermeleri üzerindeki etkilerinin değerlendiren bir nitel çalışma da, annelerin doğumdan sonra beslenmeye ilişkin aldıkları kararlar üzerinde en fazla babaların etkili olduğunu belirtmişlerdir (Hounsone & Dowling, 2018). Sonuç olarak babalar formüle mama ve ek gıdaya başlama kararında anneleri destekleyerek annelerin emzirme uygulamalarını etkileyebilmektedir (Tohotoa ve ark., 2010).

Pratik Destek: Ev işlerine, çocuk bakımına yardım etme gibi tamamlayıcı destek faaliyetlerinin annelerin bu tür faaliyetleri yürütme ihtiyacını ortadan kaldırarak, emzirmeye daha fazla zaman ve enerji harcamasına olanak sağladığı düşünülmektedir (Emmott, Page & Myers, 2020). Genel olarak babalar, emzirme sürecinde vereceği desteğin doğrudan emzirme ile ilgili olduğunu düşünse de, bebeği anneye getirerek, sırtına minder yerleştirerek, anne ve bebeğin rahat olmasını sağlayarak, bebeğini doğru teknikle emzirdiğini söyleyerek, emzirme sırasında anneye su getirerek ve emzirmeyi olumsuz etkileyecek uyaranları azaltarak emzirmeye yardımcı olabilmektedir (DeMontigny ve ark., 2018). Ayrıca babalar çamaşır ve bulaşık yıkayarak, bebeğe banyo yaptırarak, diğer çocukların bakımıyla ilgilenerek, alışveriş yaparak, bebeği uyutarak ya da bebeğin bezini değiştirerek annelere pratik destek sağlayabilmektedir (Mithani ve ark., 2015;Tohotoa ve ark., 2010).

Duygusal Destek: Genellikle baba ile anne arasında bebek beslenmesiyle ilgili olabilecek empati ve bağlılık olarak ifade edilmektedir (Emmott, Page & Myers, 2020). Duygusal destek, sempatik, sevgi dolu ve şefkatli davranışları ifade eder (örneğin, eşin işine ilgi gösterme, dinlemeye istekli olma ve tavsiye veya rehberlik verme) (Mensah, 2011). Bu tür bir destek, annelerin gelecekte yararlanabilecekleri pratik desteğin gücünü ve mevcudiyetini gösterir ve annelerin emzirmek istedikleri durumlarda, “yardımın mevcut olduğunu” bilmek, anneleri emzirmeye teşvik edebilir. Duygusal desteğe anneler tarafından büyük değer verilmektedir ve duygusal desteğin olmaması, diğer destek biçimlerine erişimde bir engel olarak görülmektedir (Emmott, Page & Myers, 2020). Babalar anneyi eleştirilerden koruyarak, cesaret veren sözlerle annenin özgüvenini artırarak, emzirme sürecini olumsuz etkileyecek yararsız tavsiyelerden anneyi koruyarak ya da övgü ve iltifatta bulunarak duygusal destek sağlayabilmektedir (Mithani ve ark., 2015;Tohotoa ve ark., 2010).



Şekil 1. Emzirmeyi teşvik etmede basitleştirilmiş baba desteği modeli (Sherriff & Pantton, 2014)

SONUÇ

Anne sütünün birey aile ve toplum sağlığı açısından bilinen pek çok yararı bulunmaktadır ve özellikle ilk altı ay SAS en uygun besin kaynağıdır. Bu nedenle bebeklerin anne sütünden olabildiğince faydalanabilmeleri için ilk altı ay SAS ile beslenmeleri, altıncı aydan itibaren ek gıdaya başlamaları ve ek gıdalarla birlikte en az iki yaşına kadar emzirmeye devam ettirilmeleri gerekmektedir. Bilinen tüm bu yararlarına rağmen emzirme oranları farklı kültür ve toplumalarda hala istenilen düzeyde değildir. Bu durumun pek çok nedeni bulunmaktadır. Bu nedenlerden biride eş desteğidir. Baba, emzirme sürecinde anne için birincil destek kaynağıdır. Emzirmenin başlama, devam ettirme, annenin em-

zirmeye olan güveni ve süttten kesme ile ilgili karar verme sürecinde doğrudan etkisi bulunmaktadır. Annelerin emzirmeyi başlatabilmesi, sürdürebilmesi ve bu süreçteki sorunlarla baş edebilmesi için, babaların emzirmeye ilişkin bilgi, tutum, karar verme sürecine katılım ve desteği oldukça önemlidir. Bu nedenle babaların emzirme sürecindeki rol ve sorumluluklarının belirlenmesine yönelik çalışmalara hız kazandıracak çalışmalara gereksinim vardır. Emzirme sürecine ilişkin verilecek eğitim ve danışmanlık hizmetlerine babaların da katılımı sağlanarak, rol ve sorumluluklarının babalara öğretilmesi temel uygulamalar arasında yer almalıdır.



Kaynak: <https://www.pikist.com/free-photo-vnrng/tr>

KAYNAKLAR

- Balogun, O., Dagvadorj, A., Anigo, K., Ota, E., Sasaki, S. (2015). Factors influencing breastfeeding exclusivity during the first 6 months of life in developing countries: a quantitative and qualitative systematic review. *Maternal & Child Nutrition*, 11, 433-451.
- Bar, S., Milanaik, R., Adesman, A. (2016). Long-term neurodevelopmental benefits of breastfeeding. *Pediatrics*, 28(4), 559-566.
- Bello, O. A., Idemudia, S. O., Ogunba, B. O. (2019). Influence of grandmothers' beliefs, knowledge and attitudes on breastfeeding practices in Ikorodu, Lagos, Nİeria. *Gender and the Actualization of the SDGs: The African Experience*, 2th-15th May 2019, Nigeria, 232-241.
- Bejene, A., Liben, M., Arora, A. (2019). Factors associated with the early termination of exclusive breastfeeding among mother-infant dyads in Samara-Logia, Northeastern Ethiopia. *BMC Pediatrics*, 19(428), 1-9.

- Bich, T., Long, T., Hoa, D. (2019). Community-based father education intervention on breastfeeding practice—Results of a quasi-experimental study. *Maternal & Child Nutrition*, 15(S1), 1-12.
- Chen, C., Yan, Y., Gao, X., Xiang, S., He, Q., Zeng, G., et al., (2018). Influences of Cesarean Delivery on Breastfeeding Practices and Duration: A Prospective Cohort Study. *Journal of Human Lactation*, 34(3), 526-534.
- Chowdhury, R., Sinha, B., Sankar, M., Taneja, S., Bhandari, N., Rollins, N., et al. (2015). Breastfeeding and maternal health outcomes: a systematic review and meta-analysis. *Acta Paediatrica*, 104, 96-113.
- DeMontigny, F., Gervais, C., Larivière-Bastien, D., St-Arneault, K. (2018). The role of fathers during breastfeeding. *Midwifery* 58, 6-12.
- Dick, J., Brown, H., Jackson, K., Rempel, L., Dennis, L. (2019). Perinatal breastfeeding interventions including fathers/partners: A systematic review of the literature. *Midwifery*, 75, 41-51.
- Emott, E., Page, A., Myers, S. (2020). Typologies of postnatal support and breastfeeding at two months in the UK. *Social Science & Medicine* 246, 1-11.
- Gözükara, F. (2014). Emzirmenin başarılmasında anahtar faktör: baba desteğinin sağlanması ve hemşirenin rolleri. *Journal Harran University Medical Faculty* 11, 289-296.
- Hilliard, E., Schneidermann, A. (2020). Prevalence of ‘Mother/Infant Friendly Worksite Designations’ and state laws regulating workplace breastfeeding support in the United States. *Journal of Public Health Policy*, 41, 70-83.
- Hounsome, L., Dowling, S. (2018). The mum has to live with the decision much more than the dad; a qualitative study of men’s perceptions of their influence on breastfeeding decision-making. *International Breastfeeding Journal*, 13, 1-10.
- Hunter T. and Cattelona G. (2014). Breastfeeding initiation and duration in first-time mothers: exploring the impact of father involvement in the early post-partum period. *Health Promot Perspect*, 4, 132-136.
- Jager, E., Skouteris, H., Amir, L. (2013). Psychosocial correlates of exclusive breastfeeding: A systematic review. *Midwifery*, 29, 506-518.
- Ke, J., Ouyang, Y., Redding, S. (2017). Family-Centered Breastfeeding Education to Promote Primiparas’ Exclusive Breastfeeding in China. *Journal of Human Lactation*, 34(2), 365-378.
- Kuberka, J., Pawilowicz, M. (2021). Polish women have moderate knowledge of gestational diabetes mellitus and breastfeeding benefits. *International Journal Environment Research Public Health*, 18(10409), 1-25.
- Manesh, P., Gunathunga, M., Amold, S., Jayasinghe, C., Pathirana, S., Makarim, M., Manavadu, P., Senanayake, S. (2018). Effectiveness of targeting fathers for breastfeeding promotion: systematic review and meta-analysis. *BMC Public Health*, 18, 1-14.
- Mensah, A. (2011). Is There Really Support for Breastfeeding Mothers? A case study of Ghanaian breastfeeding working mothers. *International Business Research*, 4, 93-102.

- Mithani, Y., Premani, Z.S., Kurji, Z., Rashid, S. (2015). Exploring fathers' role in breast-feeding practices in the urban and semiurban settings of Karachi, Pakistan. *Journal Perinatal Education*, 24, 249-260.
- Mohamad, N., Draman, N., Muhamad, R., Yusoff, H. (2015). Knowledge and attitude towards exclusive breastfeeding practices among fathers who attend primary health care facilities in Suburban, Malaysia. *International Journal of Collaborative Research on Internal Medicine & Public Health*, 7(7), 154-163.
- Mueffelmann, R., Racine, E., Findlow, J., Coffman, M. (2014). Perceived Infant Feeding Preferences of Significant Family Members and Mothers' Intentions to Exclusively Breastfeed. *Journal of Human Lactation*, 34(3), 479-489.
- Negin, J., Coffman, J., Vizintin, P., Greenow, C. (2016). The influence of grandmothers on breastfeeding rates: a systematic review. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 16(91), 1-10.
- Ouyang, Y., Nasrin, L. (2021). Father's knowledge, attitude and support to mother's exclusive breastfeeding practices in Bangladesh: A multi-group structural equations model analysis. *Healthcare*, 9(276), 1-23.
- Özlüses, E., Çelebioğlu, A. (2014). Educating fathers to improve breastfeeding rates and paternal-infant attachment. *Indian Pediatric*, 51, 654-657.
- Rempel, L.A., Rempel, J.K. (2011). The breastfeeding team: The role of involved fathers in the breastfeeding family. *Journal of Human Lactation* 27, 115-121.
- Saghooni, N., Barez, M., Karimi, F. (2020). Investigation of the relationship between social support and breastfeeding self-efficacy in primiparous breastfeeding mothers. *The Journal of Maternal-Fetal & Neonatal Medicine*, 33(18), 3097-3102.
- Sherriff, N., Panton, C. (2014). A new model of father support to promote breastfeeding. *Community Practitioner*, 87, 20-24.
- TNSA 2018. *Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması Temel Bulgular*. (09.04.2022 tarihinde <http://www.openaccess.hacettepe.edu.tr:8080/xmlui/handle/11655/23356> adresinden ulaşılmıştır).
- Tohotoa, J., Maycock, B., Hauck, Y., Howat, P., Burns, S., Binns, C. (2010). Supporting mothers to breastfeed: the development and process evaluation of a father inclusive perinatal education support program in Perth, Western Australia. *Health Promotion International*, 26, 351-361.
- UNICEF (2018). *WHO and UNICEF issue new guidance to promote breastfeeding in health facilities globally*. (09.04.2022 tarihinde <https://www.unicef.org/press-releases/who-unicef-issue-new-guidance-promote-breastfeeding-> adresinden ulaşılmıştır).
- UNICEF (2021a). *Infant and young child feeding*. (09.04.2022 tarihinde <https://data.unicef.org/topic/nutrition/infant-and-young-child-feeding/> adresinden ulaşılmıştır).
- UNICEF (2021b). *Breastfeeding*. (09.04.2022 tarihinde <https://data.unicef.org/topic/nutrition/breastfeeding/> adresinden ulaşılmıştır).
- Victoria, A., Bahl, R., Barros, A., França, G., Horton, S., Krasevec, J., et al. (2016). Breastfeeding in the 21st century: epidemiology, mechanisms, and lifelong effect. *Lancet*, 387, 475-490.

- WHO (2021). *Infant and young child feeding*. (09.04.2022 tarihinde <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/infant-and-young-child-feeding> adresinden ulaşılmıştır).
- WHO (2022). *Ten steps to successful breastfeeding*. (09.04.2022 tarihinde <https://www.who.int/teams/nutrition-and-food-safety/food-and-nutrition-actions-in-health-systems/ten-steps-to-successful-breastfeeding> adresinden ulaşılmıştır).
- Yeşil, Y., Ekşioğlu, A., Turfan, E. (2022). The effect of hospital-based breastfeeding group education given early perinatal period on breastfeeding self-efficacy and breastfeeding status. *Journal of Neonatal Nursing*, 28(3), 1-10.
- Zhao, J., Candidate, M., Zhao, Y., Lecturer, S., Du, M., Binns, C., et al. Maternal education and breastfeeding practices in China: A systematic review and meta-analysis. *Midwifery*, 50(7), 62-71.