

## **Bölüm 3**

# **EMZİRME SORUNLARINA GÜNCEL YAKLAŞIMLAR VE HEMŞİRELİK BAKIMI**

**Zeynem YILDIRIM BALKAN<sup>1</sup>  
Ayşegül ŞİMŞEK<sup>2</sup>**

### **GİRİŞ**

Anne sütü bebekler için en uygun ve besleyici besindir. Bebeğin sağlıklı büyümesi ve gelişmesi için gereksinim duyduğu tüm besin öğelerini barındıran bir karışıma sahiptir (TNSA 2018). Sindirimi kolay olan bu besin bebeği mikroorganizmalara (bakteriler, virüsler, vb.) karşı korumaktadır. Anne sütü ideal olarak ilk 6 ay (sadece anne sütü) herhangi bir sağlık sorunu olmaksızın bebek için tek başına yeterli bir besindir. Ülkemizde ve Dünyada doğumu takiben ilk bir saat içinde anne ve bebeğin bir araya getirilerek anne sütü verilmesini önermektedir. Aynı zamanda altıncı ay itibarıyla anne sütüne ek olarak ek besinlerin başlanması ve zamanla ek besinin arttırılarak 2 yaşına kadar anne sütünün azaltılarak devam ettirilmesini de önermektedir (WHO 2017). Anne sütünün verilmesinin en kolay yolu emzirmektir. Emzirme, genellikle doğrudan memeden bebeğin anne sütüyle beslenmesi olarak tanımlanabilir. Emzirme anne sütünün dekontaminasyonunun önlenmesinde etkili bir yoldur. Hem bebek sağlığı hem de anne sağlığı için yapıtaşı görevi görmektedir (WHO 2017).

Sağlık Bakanlığı ve Dünya Sağlık örgünü emzirmenin ilk bir saat içinde başlanmasını önermektedir (SB WHO 2017). Emzirmenin anne ve bebek için yararları yadsınamaz. Bebeğin büyüme gelişmesinde rol oynadığı gibi annede fiziksel ve psikososyal açıdan olumlu etkiler yaratmaktadır. Özellikle anne bebek ilişkisinin ve bağlanması başlatılmasında da emzirmek önemlidir. İlk 4-5 gün gelen anne sütü besleyiciliği, koruyuculuğu açısından en değerli anne sütüdür. Yüksek antikor içeriği bebeği enfeksiyonlardan korumakta ve ektrauterin yaşama adaptasyonunu kolaylaştırmaktadır (TNSA 2018). Sağlık otoritelerinin önerilerinin yanında literatür incelendiğinde yapılan pek çok çalışmada anne sütü

<sup>1</sup> Öğr. Gör. Dr., Tekirdağ Namık Kemal Üniversitesi, Tıp Fakültesi, ORCID iD: 0000-0002-6487-7448

<sup>2</sup> Dr. Öğr. Üyesi, İstinye Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Maltepe, İstinye Üniversitesi Topkapı Kampüsü ORCID iD: 0000-0002-2166-1778

- Anneye meme ucunun çıkarılması için gerekli masajın öğretilmesidir (Türkyılmaz, 2019; Durmuş ve Gürkan, 2020; Karaçam ve Sağlık, 2018; Pzeshki ve ark, 2020; Saeidi ve ark, 2015; Eshgizade ve ark, 2016; Akkuç ve Çoban, 2023; Şahin ve ark, 2013).

## SONUÇ

Anne sütünün alınması çocuklar için sağlıklı büyüme gelişmenin sürdürülmesinde önemlidir. Etkili bir emzirme yönetimi ile anne sütünün alınmaya başlanması ve sürdürülmesi sağlanabilir. Emzirme sorunları anne sütünün alınımını sekteye uğratan sorunlardan birisidir. Bu sorunların başında tıkalı süt kanalı, mastit, memelerde dolgunluk, hiperlaktasyon, meme ucu problemleri gelmektedir. Bu sorunların erkenden saptanıp önlenmesi gerekmektedir. Annenin emzirme sorunlarına yönelik bilgilendirilmesi ve sorun ortaya çıktığında nasıl bir yol izleyeceğini bilmesi gerekmektedir. Özellikle postpartum dönem, anne ve bebeğin en fazla hemşirelik bakımına ihtiyaç duydukları dönemdir. Emzirme ve emzirme yönetimi konusunda alanında uzman sağlık profesyonellerinden destek alınması sağlanmalıdır. Yenidoğan hemşireleri, emzirme hemşireleri ya da pediatri hemşireleri anne ve bebeğin ihtiyacı olabilecek emzirme ve bebek beslenmesi konularında bireysel bakım planları oluşturarak gereksinimi karşılamalıdır. Ayrıca sağlık kurumlarında çalışan anne ve çocukla ilgilenen meslek profesyonellerine de bu konuda bilgilendirilme sağlanmalıdır.

## KAYNAKLAR

- Akkuç H. Çoban A. (2023). Sezaryen Doğum Sonrası Emzirmenin Başlatılmasında Yaşanan Sorunlar. *Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 7(2):380-392. DOI: 10.46237/amusbfd.1241863
- Alekseev, N. P., Vladimir, I. I., & Nadezhda, T. E. (2015). Pathological postpartum breast engorgement: Prediction, prevention, and resolution. *Breastfeeding Medicine*, 10(4), 203-208.
- Amir LH, Committee MP. (2016). ABM clinical protocol 4: Mastitis. *Breastfeeding Medicine*, 9(5):840-844.
- Balci, E., Kondolot, M., Horoz, D., Elmalı, F., Çiçek, B., Demirtaş, T. (2012). Anne sütü ile beslenme süresini etkileyen etmenler: Türkiye'de Kayseri ilinden kesitsel bir araştırma. *Türk Pediatri Arşivi*, 47(2), 99-103.
- Berens PD. (2015). Breast pain: engorgement, nipple pain, and mastitis. *Clinical obstetrics and gynecology*, 58(4):902-914.
- Bilgen, H., Kültürsay, N., Türkyılmaz, C. (2014). Sağlıklı Term Bebeğin Beslenmesi Rehberi. 2014.
- Bilgen, H., Kültürsay, N., Türkyılmaz, C. (2018). Prematüre Ve Hasta Term Bebeğin Beslenmesi Rehberi.

- Bond DM, Morris JM, Nassar N. (2017). Study protocol: evaluation of the probiotic *Lactobacillus Fermentum* CECT5716 for the prevention of mastitis in breastfeeding women: a randomised controlled trial. *BMC pregnancy and childbirth*, 17(1):1-8.
- Boran P. (2020) Emzirme Sorunlarına Kanıta Dayalı Yaklaşım. *Osmangazi Tıp Dergisi, Sosyal Pediatri Özel Sayısı* 3:35-40. Doi: 10.20515/otd.681551
- Cho, J., & Ahn, S. (2014). Development and evaluation of breastfeeding promotion program for mothers with breast engorgement following cesarean birth. *Journal of Korean Academy of Nursing*, 44(2), 170-178.
- Cooper, B. B., Kowalsky, D. (2015). Physical therapy intervention for treatment of blocked milk ducts in lactating women. *Journal of women's health physical therapy*, 39(3), 115-126.
- Crepinsek MA, Taylor EA, Michener K, Stewart F. (2020). Interventions for preventing mastitis after childbirth. *Cochrane Database of Systematic Reviews*(9):1-7.
- Çaka SY, Topal S, Altinkaynak AS. (2017). Anne Sütü ile Beslenmede Karşılaşılan Sorunlar. *Türkiye Klinikleri Pediatric Nursing-Special Topics*, 3(2):120-128.
- Durmuş A, Gürkan ÖC. (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
- Eglash A. (2014). Treatment of maternal hypergalactia. *Breastfeeding Medicine*, 9(9):423-425.
- Eshgizade M, Moghaddam MB, Moghaddam HM, Mahmoudian A, Mina M. (2016). Comparison of the effect of olive oil, aloe vera extract and breast milk on healing of breast fissure in lactating mothers: A Randomized Clinical Trial. *Qom University Medical Sciences Journal*, 10 (3):19-27.
- Gün, İ., Yılmaz, M., Şahin, H., İnanç, N., Aykut, M., Günay, O., . . . Ongan, D. (2009). Kayseri Melikgazi Eğitim ve Araştırma Bölgesi'nde 0-36 aylık çocuklarda anne sütü alma durumu.
- GÜNERİ, S. E. (2015). Postpartum erken dönem kanıta dayalı uygulamalar. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 4(3), 482-496.
- Heberle, A. B. d. S., Moura, M. A. M. d., Souza, M. A. d., Nohama, P. (2014). Assessment of techniques of massage and pumping in the treatment of breast engorgement by thermography. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 22(2), 277-285.
- Johnson HM, Eglash A, Mitchell KB, Leeper K, Smillie CM, Moore-Ostby L, Medicine AOB. (2020). ABM Clinical Protocol# 32: management of hyperlactation. *Breastfeeding Medicine*, 15(3):129-134.
- Kara, M., Caner, İ., Tekgündüz, K., Ş. (2016). Yenidoğan Beslenmesinde Sık Karşılaşılan Sorunlar. *Klinik Tıp Pediatri Dergisi*, 8(2), 14-18.
- Karaçam Z, Sağlık M. (2018). Breastfeeding problems and interventions performed on problems: Systematic review based on studies made in Turkey. *Türk Pediatri Arşivi*, 53 (3):134-148.
- Kavle, J. A., LaCroix, E., Dau, H., Engmann, C. (2017). Addressing barriers to exclusive breast-feeding in low- and middle-income countries: a systematic review and programmatic implications. *Public Health Nutr*, 20(17), 3120-3134. doi:10.1017/S1368980017002531
- Kellams, A., Harrel, C., Omage, S., Gregory, C., Rosen-Carole, C., & Academy of Breastfeeding Medicine. (2017). ABM clinical protocol# 3: supplementary feedings in the healthy term breastfed neonate, revised 2017. *Breastfeeding Medicine*, 12(4), 188-198.

- Lucca JM, Santhosh A. (2017). Management of hyperlactation syndrome by full drainage and block feeding methods. *Tropical Journal of Obstetrics and Gynaecology*, 34(3):250-252.
- Mangesi L, Zakarija-Grkovic I. (2016). Treatments for breast engorgement during lactation. *Cochrane Database Syst Rev*. 28(6):CD006946. doi: 10.1002/14651858.CD006946.pub3
- Obermeyer S, Shiehzedegan S. (2022). Case Report of the Management of Milk Blebs. *J Obstet Gynecol Neonatal Nurs*. 51(1):83-88. doi: 10.1016/j.jogn.2021.10.003.
- Onat G. (2021). *Farkındalıkla Emzirme Süt Arttırma ve Doğum*. Akademisyen Kitabevi, İstanbul.
- Ovalı F. (2018). Emziren Annenin Bir Günü: Emzirme İçin İpuçları ve Sorunların Çözüm Yolları. *Klinik Tıp Pediatri Dergisi*, 10(4):1-6.
- Örs, R. (2018). Kilo Alamayan Yenidoğana Yaklaşım. *Klinik Tıp Pediatri Dergisi*, 10(4), 30-34.
- Özdemir, S., Yılmaz, B. (2019). Yenidoğanlarda Hiperbilirubinemi ve Başarılı Emzirme. *Ege Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 35(2), 69-75.
- Özkaya, M., Körükçü, Ö. (2021). Meme dolgunluğu değerlendirme skalasının psikometrik özelliklerinin incelenmesi. *Türk Kadın Sağlığı ve Neonatoloji Dergisi*, 3(3), 67-71.
- Öztürk, R. (2018). Antenatal dönemde verilen anne sütü ve emzirme eğitiminin emzirme başarısına ve emzirme özyeterliliğine etkisi. *Balıkesir Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü*,
- Pezeshki B, Pouredalati M, Zolala S, Moeindarbary S, Kazemi K, Rakhsha M. (2020). Comparison of the effect of aloe vera extract, breast milk, calendula, curcumin, lanolin, olive oil, and purslane on healing of breast fissure in lactating mothers: A Systematic Review. *International Journal of Pediatrics*, 8 (2), 10853-10863
- Pustotina O. (2016). Management of mastitis and breast engorgement in breastfeeding women. *The Journal of Maternal-Fetal & Neonatal Medicine*, 29(19):3121-3125.
- Rathod, D., Thapa, R., Ravindra, H., Patel, V., Gadiya, P. (2017). A Study to Assess the Effectiveness of Planned Teaching Programme on Knowledge Regarding Selected Breast Related Problems and their Management among Postnatal Women at Selected Hospital, Vadodara. *Amarjeet Kaur Sandhu*, 9(3), 1.
- Saeidi R, Tafazoli M, Gholami M, Mazloom R. (2015). New treatment for nipple soreness in breastfeeding mothers: A clinical trial study. *Iranian Journal of Neonatology IJN*, 6 (2), 48-51.
- Soylu, H. (2018). Yenidoğanın ve Yaşamın İlk Aylarındaki Bebeklerin Beslenmesi. *Klinik Tıp Aile Hekimliği*, 10(4).
- Soylu, H. (2018). Yenidoğanın ve Yaşamın İlk Aylarındaki Bebeklerin Beslenmesi. *Klinik Tıp Aile Hekimliği*, 10(4).
- Spencer J. (2020). *Patient education: Common breastfeeding problems* (Beyond the Basics).
- Şahin H, Yılmaz M, Aykut M, Balcı E, Sağıroğlu M, Öztürk A. (2013). Kayseri'de iki toplum sağlığı merkezine başvuran annelerde emzirme sorunları ve risk etmenleri. *Türk Pediatri Arşivi*, 48(2):145-151. DOI: 10.4274/tpa.1034
- Tiryaki Ö, Altınkaynak S. (2021) Emzirme Danışmanlığında Hemşirenin Rolü. *Sted*, 30(3):218-224
- Trimeloni L, Spencer J. (2016). Diagnosis and management of breast milk oversupply. *The Journal of the American Board of Family Medicine*, 29(1):139-142.

- Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması 2018 (2019) *Hacettepe Üniversitesi, Nüfus Etütleri Enstitüsü*, Ankara. [https://hips.hacettepe.edu.tr/tr/2018\\_turkiye\\_nufus\\_ve\\_saglik\\_arastirmasi-55](https://hips.hacettepe.edu.tr/tr/2018_turkiye_nufus_ve_saglik_arastirmasi-55)
- Türkyılmaz PDC. (2019). Emzirme Danışmanlığı ve Emzirmede Karşılaşılan Sorunlar. *Klinik Tıp Pediatri Dergisi*, 11(1):1-15. URL: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/ktpd/issue/47815/602674>
- Valls-Bellés, Victoria, Cristina Abad, María Teresa Hernández-Aguilar, Amalia Nacher, Carlos Guerrero, Pablo Baliño, Francisco J. Romero, and María Muriach. 2022. "Human Milk Antioxidative Modifications in Mastitis: Further Beneficial Effects of Cranberry Supplementation" *Antioxidants*, 11(1):51. <https://doi.org/10.3390/antiox11010051>
- Walker, M. (2015). Formula supplementation of breastfed infants: helpful or hazardous?. *ICAN: Infant, Child, & Adolescent Nutrition*, 7(4), 198-207.
- Wilson, E., Woodd, S. L., Benova, L. (2020). Incidence of and risk factors for lactational mastitis: A systematic review. *Journal of Human Lactation*, 36(4), 673-686.
- Witt, A. M., Bolman, M., Kredit, S., Vanic, A. (2016). Therapeutic breast massage in lactation for the management of engorgement, plugged ducts, and mastitis. *Journal of Human Lactation*, 32(1), 123-131.
- World Health Organization, UNICEF. (2018). *Capture The Moment- Early initiation of breastfeeding: The best start of every newborn*. New York: WHO, UNICEF, 8-12.
- Yao, Y., Long, T., Pan, Y., Li, Y., Wu, L., Fu, B., Ma, H. (2021). A 5-step systematic therapy (FSST) for treating plugged ducts and mastitis in breastfeeding women: a case control study. *Asian Nursing Research*.
- Yıldız, A., Baran, E., Akdur, R., Ocaktan, E., Kanyılmaz, O. (2008). Bir sağlık ocağı bölgesinde 0-11 aylık bebekleri olan annelerin emzirme durumları ve etkileyen faktörler. *Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi Mecmuası*, 61(02), 61-67.
- Yurtsal ZB, Kaya N, Ağapınar Şahin S, Eroğlu, V. (2018). *Anne Sütü ve Emzirmede Kanıt Temelli Uygulamalar*. Anadolu Nobel Tıp Kitabevleri, Elazığ.
- Zakarija-Grkovic I, Stewart F. (2020) Treatments for breast engorgement during lactation. *Cochrane Database Syst Rev*. 9(9):CD006946. doi: 10.1002/14651858.CD006946.pub4.
- Zhao, C., Tang, R., Wang, J., Guan, X., Zheng, J., Hu, J., . . . Song, C. (2014). Six-step recanalization manual therapy: a novel method for treating plugged ducts in lactating women. *Journal of Human Lactation*, 30(3), 324-330.