

Bölüm 3

ENGORJMANDA LAHANA YAPRAĞININ YERİ

Özlem AKGÜN¹
Gülbahtiyar DEMİREL²

GİRİŞ

Emzirme, anne ve yenidoğan sağlığı açısından oldukça önemlidir. Bu nedenle Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) ve Birleşmiş Milletler Çocuk Fonu (UNICEF) tarafından bebeklerin doğumdan sonra 1 saat içerisinde başlayarak ilk altı ay sadece anne sütü, altı aydan 2 yıla kadar da ek gıdalarla birlikte anne sütü ile beslenmesi önerilmektedir (WHO, 2003; UNICEF, 2018). UNICEF'in (2017) 194 ülkeyi kapsayan raporunda altı aydan küçük çocukların sadece %40'ının yalnızca anne sütüyle beslendiğini (anne sütü dışında hiçbir şey verilmez) ve sadece 23 ülkenin %60'ın üzerinde özel emzirme oranlarına sahip olduğunu açıklamıştır. Amerika Birleşik Devletleri'nde annelerin %80'inden fazlası emzirmeye hemen başlasa da, çoğu önerilen 12 ile 24 aydan önce emzirmeyi bırakmaktadır (Westerfield, Koenig & Oh, 2018). Ülkemizde de bu oranlar dünya geneline benzer düzeydedir. TNSA (2013) verilerine göre; yaşamın 0-1 ay içerisindeki bebeklerin %57.9'u, 2-3. ayda %35.4'ü, 4-5. ayda %9.5'i tam emzirilmektedir. TNSA 2013 ile 2008 verileri kıyaslandığında sadece anne sütü alma oranında 2013'te bir azalma olduğu görülmektedir (TNSA, 2013).

¹ Öğr. Gör., Bozok Üniversitesi, Akdağmadeni Sağlık Yüksekokulu, İş Sağlığı ve Güvenliği Bölümü, Yozgat, E-posta: ozlem.akgun@bozok.edu.tr

² Doç. Dr., Sivas Cumhuriyet Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ebelik Bölümü, Sivas. E-posta: gulbahtiyar_doganer@hotmail.com

yöntemler arasında yer alan maliyeti etkin ve kolay bir çözüm olan lahana kompresyonu memede sıcaklık, ağrı ve sertliği hafifletmekte, böylece engorjman semptomlarında rahatlatma ve emzirme süresinde uzamaya katkı sağlamaktadır. Ebeler engorjman tedavisinde nonfarmakolojik yöntem olan lahana yaprağı uygulamasının kullanılabilirliğini artırabilecek önemli sağlık profesyonellerindendir.

KAYNAKÇA

1. ABM Clinical Protocol: Engorgement. Breastfeeding Medicine, 2009;4(2): 111-113.
2. AHRO. (2010). Effective Health Care Program. (19/03/2019 tarihinde <http://www.guidelines.gov/summary/summary.aspx?doc>. adresinden ulaşılmıştır).
3. Arora S, Vatsa M. & Dadhwal V. Cabbage leaves vs hot and cold compresses in the treatment of breast engorgement. Nurs J India, 2009;100: 52-54.
4. Arkan G. Postpartum fiziksel semptom şiddeti ölçeği'nin geçerlik ve güvenirlik çalışması. (Yüksek Lisan Tezi, 2016). İzmir Kâtip Çelebi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. İzmir.
5. Australian Breastfeeding Association. (2011). Engorgement. (15/03/2019 tarihinde <https://www.breastfeeding.asn.au/bf-info/common-concerns%E2%80%933mum/engorgement> adresinden ulaşılmıştır).
6. Ayers JF. The use of alternative therapies in the support of breastfeeding. Journal of Human Lactation, 2000;16(1): 52-56. doi:10.1177/089033440001600111
7. Berens PD. Breast Pain. Clinical Obstetrics and Gynecology, 2015;58(4): 902-914.
8. Breastfeeding Matters. (2017). Breastfeeding Matters An important guide to breastfeeding for women and their families. (15/03/2019 tarihinde <https://resources.beststart.org/wp-content/uploads/2017/01/B04-E.pdf> adresinden ulaşılmıştır).
9. Boi B, Ko S. & Gail D. The effectiveness of cabbage leaf application (treatment) on pain and hardness in breast engorgement and its effect on the duration of breastfeeding. JBI Libr Syst Rev., 2012;10(20): 1185-1213.
10. Boskabadi H, Ramazanzadeh M, Zakerihamidi M, et al. Risk factors of breast problems in mothers and its effects on newborns. Iranian Red Crescent Medical Journal, 2014;16(6): e8582(1-6).
11. Canadian Breastfeeding Foundation. Engorgement. (2009). (03/04/2019 tarihinde <https://www.canadianbreastfeedingfoundation.org/basics/engorgement.shtml> adresinden ulaşılmıştır).

12. Chiu JY, Gau ML, Kuo SY, et al. Effects of Gua-Sha Therapy on Breast Engorgement: A Randomized Controlled Trial. *Journal of Nursing Research*, 2010;18(1): 1-10.
13. Çaka SY, Topal S. & Altınkaynak S. Anne Sütü ile Beslenmede Karşılaşılan Sorunlar. *Türkiye Klinikleri J Pediatr Nurs-Special Topics*, 2017;3 (2): 120-128.
14. Disha AR, Singh A. & Suri V. Effect of chilled cabbage leaves vs. hot compression on breast engorgement among post natal mothers admitted in a tertiary care hospital. *Nursing and Midwifery Research Journal*, 2015;11(1): 24-32.
15. El-Saidy TMK. & Aboushady RMN. Effect of two different nursing care approaches on reduction of breast engorgement among postnatal women. *Journal of Nursing Education and Practice*, 2016;6 (9): 18-28.
16. Eroğlu V. & Yurtsal ZB. (2018). Anne sütü ve emzirmede kanıt temelli uygulamalar. Zeliha Burcu Yurtsal (Ed), *Emzirme ve Çalışma Hayatı içinde* (s.123-133). Elazığ: Anadolu Nobel Tıp Kitabevi.
17. Özkan H. & Bekmezci H. (2016). Ebeler için yenidoğan sağlığı ve hastalıkları. Rabia Etki Genç & Hava Özkan (Ed), *Yenidoğanın beslenmesi içinde* (s.135-156). Elazığ: Anadolu Nobel Tıp Kitabevi.
18. Giugliani ERJ. Common problems during lactation and their management. *Journal de Pediatria*, 2004;80(5). doi:10.1590/s0021-75572004000700006
19. Karaçam Z. & Sağlık M. Emzirme sorunları ve sorunlara ilişkin yapılan girişimler: Türkiye’de yapılan çalışmalara dayalı bir sistematik derleme. *Türk Pediatri Arşivi*, 2018;53(3): 134-148.
20. Karatay G, Bas NG. & Ergin IO. Traditional practices of turkish mothers at breast engorgment during postpartum period. *International Journal of Caring Sciences*, 2018;11(3): 1954-1961.
21. Kaya Z, Dişli B. & Ratfisch G. Laktasyon sürecini desteklemede tamamlayıcı tıp uygulamaları ve hemşirenin rolü. *Hemşirelikte Eğitim ve Araştırma Dergisi*, 2018;15(4): 262-268.
22. Kaya N. & Yurtsal ZB. (2018). Anne sütü ve emzirmede kanıt temelli uygulamalar. Zeliha Burcu Yurtsal (Ed), *Bitkiler ve Emziren Anneler içinde* (s.117-120). Elazığ: Anadolu Nobel Tıp Kitabevi.
23. Lim A, Song J, Hur M, et al. Cabbage compression early breast care on breast engorgement in primiparous women after cesarean birth: a controlled clinical trial. *Int J Clin Exp Med*, 2015;8(11): 21335-21342.
24. Mangesi L. & Dowswell T. Treatments for breast engorgement during lactation. *Cochrane Database Syst Rev*, 2014;(9). doi:10.1002/14651858.CD006946.pub2.
25. Mangesi L. & Zakarija-Grkovic I. Treatments for breast engorgement during lactation (Review). *Cochrane Database of Systematic Review*, 2016. DOI: 10.1002/14651858.CD006946.pub3.
26. Masoud AAM. The effect of Cabbage leaves on relief Breast Engorgement among Postpartum Women. (Master Thesis, 2018). Faculty of Nursing Benha University.

27. Nikodem VC, Danziger D, Gebka N, et al. Do cabbage leaves prevent breast engorgement? A randomized, controlled study. *Birth*, 1993;20(2): 61-64.
28. Onat G. Emzirmeyi kolaylaştırıcı uygulamalar ve laktasyonel bakım. *Türkiye Klinikleri J Obstet Womens Health Dis Nurs-Special Topics*, 2018;4(2): 131-146.
29. Oran ŞE, Gürdal SÖ. & Soybir GR. Mastitler. *Journal of Breast Health*. 2013;9 (1):1-4.
30. Parker R, Forrest L, McCracken J, et al. What primary health-care services are Australian consumers willing to accept from nurse practitioners? A national survey. *Health Expect.*, 2014; 17(5):733-740. <https://doi.org/10.1111/j.1369-7625.2012.00800.x>.
31. Rekta K. Effectiveness of green cabbage leaves (GCL) and hot water bag (HWB) application on breast engorgement in postnatal mothers. *International Journal of Advances in Nursing Management*, 2017;5(1): 28-32.
32. Roberts KL. A comparison of chilled cabbage leaves and chilled gelpaks in reducing breast engorgement. *Journal of Human Lactation*, 1995;11(1): 17-20. doi:10.1177/089033449501100118
33. Saini P. & Saini R. Cabbage leaves and breast engorgement. *Indian Journal Of Public Health*, 2014; 58(4): 291-292. DOI: 10.4103/0019-557X.146309
34. Samec D, Pavlovic I. & Salopek-Sondi P. White cabbage (*Brassica oleracea* var. capitata f. alba): botanical, phytochemical and pharmacological overview. *Phytochem Rev.*, 2017; 16: 117-135.
35. Sharma R. Effectiveness of chilled cabbage leaf application on breast engorgement among postpartum women's. *Journal of Medical Science and Clinical Research*, 2018; 6(6): 878-882. DOI: 10.18535/jmscr/v6i6.147
36. Snowden H, Renfrew M. & Woolridge M. Treatments for breast engorgement during lactation. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 2001;2:CD000046.
37. Şahin H, Yılmaz M, Aykut M, ve ark. Kayseri'de iki toplum sağlığı merkezine başvuran annelerde emzirme sorunları ve risk etmenleri. *Türk Pediatri Arşivi*, 2013;48(2): 145-151. doi: 10.4274/ tpa.1034.
38. TNSA (2013). Türkiye nüfus ve sağlık araştırması. Hacettepe Üniversitesi Nüfus Etütleri Enstitüsü. Ankara.(19/03/2019 tarihinde http://www.hips.hacettepe.edu.tr/tnsa2013/rapor/TNSA_2013_ana_rapor.pdf. adresinden ulaşılmıştır).
39. UNICEF (2017). Babies and mothers worldwide failed by lack of investment in breastfeeding. (22/03/2019 tarihinde <http://www.unicef.org.tr/basinmerkezidetay.aspx?id=32793&dil=en&d=1> adresinden ulaşılmıştır).
40. UNICEF (2018). Breastfeeding from the first hour of birth: What works and what hurts. (22/03/2019 tarihinde <https://www.unicef.org/stories/breastfeeding-first-hour-birth-what-works-and-what-hurts> adresinden ulaşılmıştır).
41. Westerfield KL, Koenig L. & Oh R. Breastfeeding: Common Questions and Answers. *American Family Physician*, 2018;98(6): 368-373.

42. WHO (2003). Global Strategy for Infant and Young Child Feeding. (19/03/2019 tarihinde https://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/child/nutrition/global/en/ adresinden ulaşılmıştır).
43. Wong BB, Chan YH, Leow MQH, et al. Application of cabbage leaves compared to gel packs for mothers with breast engorgement: randomised controlled trial. *International Journal of Nursing Studie*, 2017;76: 92-99.
44. Xiao L, Xu L, Fu G, et al. Evidence- based nursing of cabbage leaves treatment for postpartum women with breast engorgement. *Chinese Journal of Practical Nursing*, 2018;34(31): 2430-2435.