

Sürdürülebilir Kalkınma Amaçlarında (2015-2030) Emzirmenin Önemi ve Türkiye'deki Mevcut Durum Işığında Hemşireye Düşen Görevler*

The Importance of Breastfeeding in Sustainable Development Goals (2015-2030), and the Duties of Nurse in the Light of the Current Situation in Turkey

Tuğba Kartalⁱ, Elif Gürsoyⁱⁱ

ⁱ Uz. Hem., Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Tıp Fakültesi Hastanesi, <https://orcid.org/0000-0002-4329-0963>

ⁱⁱ Doç. Dr., Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölümü, <https://orcid.org/0000-0003-0147-8682>

ÖZ

Açlık ve yetersiz beslenme, ülkelerin kalkınmasının önündeki en büyük engellerden biridir. Beslenme ile ilgili sorunlar, sadece düşük gelirli ülkeleri değil, orta ve yüksek gelirli ülkeleri de etkilemektedir. Özellikle yenidoğan ve bebeklik döneminde görülen yetersiz ve dengesiz beslenmenin uzun vadede toplumun ekonomik ve kültürel gelişimine olumsuz etkileri mevcuttur. Beslenme sorunlarının insan hayatının erken dönemlerinde başlaması, yenidoğanın hayatta kalma olasılığını azaltıp, ilerideki fiziksel, duygusal ve sosyal gelişimini olumsuz şekilde etkilemektedir. Bebek beslenmesinin en önemli ögesi anne sütüdür. Ancak son yıllarda, bakterilerin keşfi, hazır gıda ve mamaların yaygınlaşması, teknolojinin gelişmesi ve kültürlerin değişmesi de dâhil olmak üzere pek çok nedenden ötürü anne sütü alımı dünya genelinde istenen düzeyde değildir. Türkiye'de emzirmenin oldukça yaygın olduğu bilinmektedir. Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması verilerine göre, emzirme oranlarının yüksekliğinin yanında, sadece anne sütü ile beslenme ve ortanca emzirme süresi istenilenden düşük düzeydedir. Emzirme uygulamalarının korunması, teşvik edilmesi ve desteklenmesi 2030 yılına kadar Sürdürülebilir Kalkınma Amaçları'na ulaşmak için oldukça önemlidir. Yenidoğan ve bebeklik döneminde beslenme yetersizliklerini önlemeye yönelik yapılan girişimlerin, erişkin döneme ve topluma getireceği faydalarının yanı sıra ülke kalkınmışlık düzeyine yapacağı katkı kaçınılmazdır. Doğum sonrası erken dönemde anne ve yenidoğan arasındaki ilişkinin başlatılması hemşireye düşen en önemli sorumlulardan biridir. Anne ve yenidoğan arasındaki temasın erken dönemde başlatılması, süt salınımının başlaması ve artmasına yardımcı olur. Bu çalışmanın amacı; Sürdürülebilir Kalkınma Amaçları'na ulaşmada, bebek beslenmesinin mevcut durumunu ve bu süreçte hemşirenin önemini vurgulamak, yapılanlar ve yapılması gerekenler konusunda fikir sağlayabilmektir.

Anahtar Kelimeler: Emzirme, Sürdürülebilir Kalkınma, Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması

ABSTRACT

Hunger and malnutrition are some of the biggest obstacles to the development of countries. Nutritional problems affect not only low-income countries but also middle and high-income countries. Inadequate and unbalanced nutrition, especially in the newborn and infancy, negatively affects the economic and cultural development of the society in the long run. The beginning of nutritional problems early in human life reduces the likelihood of newborn survival and negatively affects their future physical, emotional and social development. The most important element of baby nutrition is breast milk. However, in recent years, breast milk intake has not been at the desired level worldwide for many reasons, including the discovery of bacteria, the spread of ready-made food and baby food, the development of technology, and the changes of cultures. Breastfeeding is known to be fairly common in Turkey. According to the Turkey Demographic and Health Survey data, despite breastfeeding rate is high, breastfeeding only, and the median duration of breastfeeding is lower than desired. Protecting, encouraging, and supporting breastfeeding practices is essential to achieve Sustainable Development Goals by 2030. In addition to the benefits, it will bring to adulthood and society, attempts to prevent nutritional deficiencies in the newborn and infancy period are inevitable. Starting the relationship between mother and newborn in the early postpartum period is one of the most critical responsibilities for the nurse. Initiating contact between the mother and the newborn early helps to start and increase milk release. This study aims to highlight the current state of infant nutrition, the importance of nurses in this process in achieving sustainable nutrition goals, and providing an idea of what has being done and what to do.

Keywords: Breast Feeding, Sustainable Development, Turkey Demographic and Health Survey

* Lokman Hekim Dergisi, 2020; 10 (2): 147-153

DOI: 10.31020/mutfd.676389

e-ISSN: 1309-8004

Geliş Tarihi – Received: 20 Ocak 2020; Kabul Tarihi - Accepted: 03 Mayıs 2020

İletişim - Correspondence Author: Tuğba Kartal <tugbaenbuk@gmail.com>

Giriş

Bebek ve çocuk ölüm oranları, ülkelerin çocuk sağlığı ve gelişmişliği hakkında bilgi veren göstergelerin başında gelmektedir.¹ Bebek ve beş yaş altı çocuk ölümlerinin çoğu, yetersiz beslenme ile ilişkili enerji, protein, vitamin ve mineral eksikliklerinden ve bunun sonucunda ortaya çıkan önlenilebilir hastalıklardan kaynaklanmaktadır.¹⁻³ Dünya genelinde meydana gelen çocuk ölümlerinin %45'inin beslenme yetersizliği ile ilişkili olduğu bilinmektedir.⁴ Aşırı açlık ve yetersiz beslenme, ülkelerin kalkınmasının önündeki en büyük engellerden biridir.⁵ Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ)'ne göre, beslenme yetersizliği sadece düşük gelirli ülkeler için değil, orta ve yüksek gelirli ülkeler için de sorun teşkil etmektedir.⁶ Yenidoğan ve bebeklik döneminde görülen yetersiz ve dengesiz beslenme, çocuğun hayatta kalma şansını, kısa vadede fiziksel, duygusal ve sosyal gelişimini olumsuz etkilemektedir.⁷ Uzun vadede ise ülkelerin ekonomik ve kültürel gelişimine olumsuz katkıları bulunmaktadır.⁸ Toplumda hasta ve tıbbi gereksinimi olan birey ve çocuk sayısının artması, üretimi azaltırken sağlık giderlerinin artmasına sebep olmaktadır.⁸ Ortaya çıkardığı sonuçlar açısından, beslenme yetersizliğinin önlenmesi bireye olduğu kadar topluma da katkı sağlamaktadır. Yenidoğan ve bebeklik döneminde beslenme yetersizliklerini önlemeye yönelik yapılacak girişimlerin, mortalite ve morbidite oranlarına olan olumlu katkısının yanında, erişkin döneme ve topluma getireceği faydaları kaçınılmazdır.⁷ Özellikle yaşamın ilk yıllarında beslenme yetersizliğinin önüne geçilmesi, sağlıklı birey ve toplum olmanın temel koşuludur.⁹ Bebek ve çocuk beslenmesinde yapılacak her türlü olumlu girişim, ülkenin geleceğine yapılan bir yatırımdır.¹⁰

Kuşkusuz bebek beslenmesine yapılacak en büyük iyilik emzirmedir. Bir çocuğun yaşama en iyi şekilde başlamasının ve sağlığını yükseltmesinin ön koşulu anne sütü almasıdır. Özellikle doğumdan sonra ilk bir iki gün salgılanan kolostrumun, besleyici değerlerinin ve koruyuculuğunun oldukça yüksek olduğu bilinmektedir. Anne ve yenidoğan arasındaki temasın erken dönemde başlatılması, anne sütünün faydalarından en üst düzeyde yararlanma ve emzirmenin sürdürülmesi için kritik öneme sahiptir. Doğumdan sonraki ilk bir saat içerisinde emzirmenin başlatılmasında hemşire kritik öneme sahiptir.¹¹

"Emzirme: Sürdürülebilir Kalkınmanın Anahtarı"dır.¹² 25 Eylül ve 27 Eylül 2015 tarihleri arasında gerçekleştirilen Birleşmiş Milletler (BM) Sürdürülebilir Kalkınma Zirvesi'nde 2030 yılına kadar ülkelerin kalkınmışlık seviyelerini arttırmaya yönelik bir strateji planı olan Sürdürülebilir Kalkınma Amaçları (SKA), Birleşmiş Milletler'e üye tüm ülkelerin imzası ile kabul edilmiştir.⁸ Bizden sonraki kuşakların ihtiyaçlarını karşılamayı garanti altına alarak, günümüze ait ihtiyaçları karşılayabilmek amacıyla geliştirilen hedeflerden bazıları da doğrudan veya dolaylı olarak emzirme ile ilişkilidir.¹³ SKA'nın ikinci ve üçüncü hedefi doğrudan emzirme ile ilişkilidir.^{14,15}

Sürdürülebilir Kalkınma Amaçları'nın ikincisi, "Açlığın Yok Edilmesidir" şeklinde verilmiş ve hedeflenen yıla kadar, açlık ve yetersiz beslenme ile ilgili her türlü durumu ortadan kaldırmayı, tüm insanların yıl boyu yetecek düzeyde yiyeceğe sahip olmasını hedeflemektedir.⁵ Yenidoğan ve bebeklik döneminde açlık ve yetersiz beslenmeyi engelleyecek tek uygulama emzirmedir. Artan emzirme uygulamaları, sadece bebekler ve küçük çocuklar için değil, aynı zamanda beslenmeyi iyileştirmek, açlığı sona erdirmek, tüm dünyada sağlık refahını ve sağlıklı yaşamları teşvik etmek için olumlu bir adım olan "herkes için beslenme"yi iyileştirir.⁶

Sürdürülebilir Kalkınma Amaçları'nın doğrudan emzirme ile ilgili olan diğer bir maddesi "Sağlıklı Bireyler" şeklindeki üçüncü maddesidir. Sağlıklı bir yaşam sağlamayı ve her yaşta esenliği/refahı desteklemeyi hedeflemektedir. Bu hedef kapsamında öncelikle çocuklar için bulaşıcı olmayan hastalıkları önleyerek ve bebek ölümlerini azaltarak sağlığı iyileştirmeye odaklanmaktadır.⁶ 1990'lı yıllardan günümüze önlenilebilir çocuk ölümleri %50 oranında azalmıştır. Çocuk ölüm oranlarında sağlanan bu azalmaya rağmen, her yıl yaklaşık üç milyon çocuk beş yaşına gelmeden önlenilebilir hastalıklardan dolayı ölmektedir.¹⁶ Bu ölümleri önleyebilmenin ilk adımı emzirmedir. Emzirmenin artırılması ile birlikte yenidoğan, bebek ve çocuk sağlığına olumlu katkılar sağlanabilmektedir.¹⁷

Emzirme aynı zamanda beslenmeye sağladığı düşük maliyet ile yoksulluğa son verirken çocukların bilişsel gelişimlerine katkı sağlayarak nitelikli eğitimi, eşitsizlikleri azaltmayı ve ekonomik büyümeyi sağladığı için SKA'nın 1,2,3,4,5,8,12. maddelerindeki amaçlara ulaşmak içinde katkı sağlamaktadır.^{14,18}

Bu çalışmanın amacı; Sürdürülebilir Kalkınma Amaçları'na ulaşmada, Türkiye'deki veriler doğrultusunda bebek beslenmesinin mevcut durumunu ve bu süreçte hemşirenin önemini vurgulamak, yapılanlar ve yapılması gerekenler konusunda fikir sağlayabilmektir.

Anne Sütü

Anne sütü, bebek için kuşkusuz en önemli besindir ve hem kısa hem uzun dönem sağlıkları için oldukça faydalıdır.¹⁹⁻²¹ Yaşama sağlıklı başlama koşulu olan anne sütü, yenidoğanın sağlığının korunması ve gelişmesi için biyolojik ve kimyasal özellikler açısından eşsiz bir besin kaynağıdır. Beslenmeyi geliştirir, çocuk ölümlerini önler, bulaşıcı olmayan hastalık riskini azaltır ve bilişsel gelişimi destekler. Yapılan çalışmalar anne sütünün, yenidoğanın immün sistemini güçlendirdiğini, solunum ve idrar yolu enfeksiyonu, gastroenterit, menenjit, apandisit, diyare gibi birçok hastalığa karşı koruyucu olduğunu göstermektedir.^{22,23} Ayrıca antiallerjik laktoglobulin içermesi ve yüksek oranda IgA'ya sahip olması ile bebeği alerjilerden koruma özelliği de vardır. Anne sütü ile beslenen bebeklerde vitamin eksikliği, malnütrisyon ve ani bebek ölümü sendromu daha az görülür. Anne sütü ile beslenme metabolik hastalıkların, lösemi ve lenfoma gibi çocukluk çağı kanserlerinin görülme riskini ve obeziteyi azaltır.²²⁻²⁴ Bunun yanında yapılan son çalışmalar anne sütünün yenidoğanın bağırsak mikrobiyotası için önemli bir prebiyotik olduğunu ortaya koymuştur.²⁵⁻³⁰ Bebeklerin anne sütünün sahip olduğu eşsiz özelliklerden faydalanabilmesinin yolu emzirmeleridir.³¹

Dünya Sağlık Örgütü doğru bebek beslenmesini, doğumdan sonraki ilk bir saat içinde emzirmeye başlanması, sonraki altı ay boyunca sadece anne sütü ile beslenmeyi, altıncı aydan sonra ek gıdalara geçilmesini ve iki yıl ve üzeri süreyle emzirmeye devam edilmesi şeklinde tanımlamaktadır.¹⁹⁻²¹

Emzirmeye Yönelik Dünya'da Veriler

Dünya genelinde emzirme oranları 1850'li yıllardan bu yana bir düşüş eğilimi göstermiştir. Bunun sebebi olarak; bakterilerin keşfi, hazır gıda ve mamaların yaygınlaşması, teknolojinin gelişmesi ve kültürlerin değişmesi de dâhil olmak üzere pek çok neden gösterilmektedir.² Son küresel istatistikler, doğumun ilk saatinde yenidoğanların sadece %43'ünün emzirildiğini ve böylece bebekler için olumsuz sonuçların arttığını göstermektedir.⁶

Dünya Sağlık Örgütü ve Birleşmiş Milletler Çocuklara Yardım Fonu (UNICEF) tarafından yayınlanan Küresel Emzirme Karnesi'nde dünya genelinde altı aydan küçük bebeklerin %40'ının sadece anne sütü ile beslendiği, 23 ülkede ise sadece anne sütü ile beslenme oranlarının %60'ın üzerinde olduğu belirtilmiştir. Yine aynı araştırma sonucuna göre, 130 milyon bebekten yaklaşık 78 milyonunun önerilen aksine doğumdan sonraki bir saat içinde emzirilmediği belirtilmektedir. Doğumdan sonra ilk bir saatteki en yüksek emzirme oranlarının %65'lik bir değer ile Doğu ve Güney Afrika'da görüldüğü, en düşük emzirme oranlarının ise %32'lik bir değer ile Doğu Asya ve Pasifik Ülkelerinde görüldüğü belirtilmektedir.^{4,32}

Emzirmeye Yönelik Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması Verileri

Emzirmenin, Türkiye genelinde oldukça yaygın olduğu bilinen bir gerçektir. Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması (TNSA)'nın yayınladığı son üç raporda; 2008 yılı verilerine göre bütün çocukların %97'si hayatlarının bir noktasında belli bir süre emzirilirken, 2013 yılı verilerine göre bu oran %96, 2018 verilerine göre ise %98'dir (**Tablo 1**).³³⁻³⁵

Çocukların yaşamlarının ilk iki ayında sadece anne sütü alımı oranlarına bakıldığında, 2008 yılında % 69 olan veri, 2013 yılında %58'e gerilemiştir. 2018 verilerinde bu oran, altı aydan küçük çocuklar şeklinde verilmiş olup, %41 olarak belirtilmiştir (**Tablo 1**). Her üç raporda da sadece anne sütü alımının çocuğun yaşı büyüdükçe gerilediği belirtilmektedir.³³⁻³⁵ TNSA 2018 raporunda, 0-1 aylık çocukların %59'unun, 2-3 aylık çocukların %45'inin, 4-5 aylık çocukların ise %14'ünün sadece anne sütü almaya devam ettiği görülmektedir.³⁴ Ek gıda olmaksızın sadece anne sütü ile beslenme DSÖ'nün ilk altı ay sadece anne sütü alınması önerisini karşılamamaktadır.

İlk altı ay içinde bebeklere ek gıda verilmesi, emzirme sıklığının ve süresinin düşmesine sebep olarak anne sütü üretiminin azalmasına neden olmaktadır. Bu durum anne sütü ile beslenen bebeklerin ortanca emzirilme süresini olumsuz etkilemektedir. TNSA 2008, 2013 ve 2018 raporuna göre ortanca emzirme

süreleri sırasıyla 16 ay, 17 ay ve 16,7 aydır (**Tablo 1**).³³⁻³⁵ Türkiye gerçekleri, iki yıl ve üzeri süre ile anne sütü ile beslemenin sürdürülmesi yönündeki DSÖ tavsiyesine uyulmadığını göstermektedir.

Emzirmenin erken dönemde yani doğumunun ardından ilk saat içinde başlatılması, hem anne hem de bebek için oldukça önemlidir. Emzirme, doğumdan sonraki ilk saat içinde başlatılırsa, yeni doğmuş bir çocuğun hayatta kalma şansı %44 oranında artmaktadır.⁶ Anneden gelen ilk süt, kolostrum, oldukça besleyici özelliktedir ve yenidoğanı enfeksiyonlardan korumayı sağlayacak şekilde oldukça yoğun antikor içermektedir. Emzirmenin erken dönemde gerçekleştirilmesi, anne ve bebek arasındaki bağın erken dönemde kurulmasını sağlayarak, düzenli anne sütü üretimine yardımcı olmaktadır.³⁶ Erken emzirme açısından Türkiye'deki mevcut duruma bakacak olursak, TNSA 2008 verilerine göre; bebeklerin yalnızca %39'u doğumdan sonraki ilk saat içinde emzirmektedir. TNSA 2013 raporunda, doğumdan sonraki ilk saat içinde emzirme oranı %50'ye yükselmiştir, 2018 TNSA raporunda ise daha büyük bir artış göstererek %71.3'e çıkmıştır (**Tablo 1**).³³⁻³⁵ 2018 raporuna göre; emzirmenin yaşamın ilk saatinde başlatılması, kız bebek doğumlarında (%75) erkek bebek doğumlarına göre (%67) daha fazladır. Emzirmenin erken başlatılması kırsalda (%67) kent merkezlerine göre (%73) daha az yaygındır. Yaşamın ilk saatinde emziren çocukların oranı annenin eğitim düzeyi ile yükselmektedir; hiç eğitim almamış veya ilkökul mezunu olmayan anneler arasında bu oran %64 iken, daha ileri eğitim düzeyine sahip anneler arasında %71'in üzerine çıkmaktadır. Orta refah seviyesindeki evlerde yaşayan bebeklerin %66'sı, düşük refah seviyesindeki evlerde yaşayan bebeklerin %73'ü ve yüksek refah seviyesindeki evlerde yaşayan bebeklerin %75'i doğumun ardından ilk bir saat içinde emzirilmiştir.³⁴ Yapılan çalışmalar, sezaryen ile gerçekleşen doğumların da ilk bir saat içinde emzirmeyi olumsuz etkilediğini ortaya koymuştur.³⁷⁻³⁹ Yapılan bir çalışma, bebeklerin %92'sinin doğumdan sonraki ilk iki saat içinde emzirildiğini belirlemiştir.⁴⁰ Dünya geneline baktığımızda bebeklerin %42'si doğumdan sonra ilk bir saat içinde emzirilmektedir.⁴¹ DSÖ ilk bir saat içerisinde anne sütü ile beslenme oranlarını %0-29 arası kötü, %30-49 arası orta, %50-89 arası iyi, %90-100 arasını ise çok iyi şeklinde derecelendirmiştir.⁴² 2018 TNSA verilerine göre Türkiye'de ilk bir saat içinde emzirme oranı iyi olarak nitelendirilebilir. Yaşamın ilk gününde emzirmeye başlama oranı 2008 raporunda %73.4 iken, 2013 raporunda %70.2, 2018 raporunda ise %85.6 olarak belirtilmiştir.³³⁻³⁵

Prelakteal besin alma (anne sütünden önce başka gıdalarla beslenme), önerilen bir uygulama olmamasına rağmen uygulanmaktadır.³⁴ İlk altı ay içinde alternatif gıdaların sağlanması veya bebeğin diyetine tamamlayıcı gıdaların eklenmesi, onları ishal ve solunum yolu enfeksiyonları gibi olası hastalıklara maruz bırakır.⁶ Prelakteal besin alma oranları karşılaştırıldığında, TNSA 2008 verilerinde %23.2, 2013 verilerinde %25.7 olan değer 2018 verilerinde %41.7'ye kadar yükselmiştir (**Tablo 1**).³³⁻³⁵ TNSA 2018 verilerine göre; prelakteal besin alma, annenin eğitimi ve hane halkı refahı ile orantılı olarak artmaktadır.³⁵ Sezaryenle doğum yapan annelerin normal doğum yapanlara göre daha yüksek oranda bebeklerine ilk altı ay içinde ek besin verdikleri görülmüştür.⁴³

Tablo 1. Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması (TNSA) 2008, 2013 ve 2018 Verilerinin Emzirme Açısından Karşılaştırılması³³⁻³⁵

	TNSA 2008	TNSA 2013	TNSA 2018
Emzirme (hayatlarının bir döneminde)	%97	%96	%98
Sadece anne sütü ile beslenme	%69 (ilk iki ay)	%58 (ilk iki ay)	%41 (altı aydan küçük)
Ortanca emzirme süresi (ay)	16	17	16,7
Erken emzirme (ilk bir saat içinde)	%39	%50	%71,3
İlk bir gün içinde emzirilen	%73,4	%70,2	%85,6
Prelakteal besin alma (emzirme öncesi)	%23,2	%25,7	%41,7

Dünya'da ve Türkiye'de Emzirmeyi Destekleyen Politikalar

Dünya Sağlık Örgütü ve UNICEF yenidoğan ve bebeklik döneminde açlığın önlenmesi ve emzirmenin artırılması için alınması gereken önlemleri ve temel stratejileri belirlemişlerdir.⁴⁴ Emzirmenin devamlılığı için hükümetlere ve tüm işverenlere, en az 18 hafta süreyle ücretli doğum izni ve tercihen de altı aylık bir süre için aile dostu politikalar oluşturmaları önerisinde bulunmuşlardır.⁴⁵ Uluslararası platformda Bebek Dostu Hastane uygulaması ile anne sütünün artırılması için örnek uygulamalar geliştirmişlerdir.⁴⁶ DSÖ ve UNICEF'in ortak bildiri olan Başarılı Emzirmede 10 Adım Stratejisi Türkiye'de de yürütülen politikaların temelini oluşturmaktadır. Sağlık Bakanlığı 1991 yılından beri Anne Sütünün Teşviki ve Bebek Dostu Sağlık Kuruluşları Programı'nı bu politika kapsamında sürdürmektedir. Doğum öncesi dönemi de kapsayacak

şekilde emzirmenin özendirilmesi, erken dönemde başlatılması ve sürdürülmesinin sağlanması amaçlanmıştır.⁴⁷

2010 yılında beri Türkiye'de devlet memuru olarak çalışan kadınlara, doğumdan önce sekiz doğumdan sonra sekiz hafta olmak üzere toplam 16 hafta süreyle izin hakkı tanınmıştır. Doğum izninin ardından ilk altı ay süreyle günde üç saat, ikinci altı aylık sürede ise bir buçuk saat süt izni verilmektedir.⁴⁸ "Doğum yapan memurlara, analık izni sonrasında birinci doğumda iki ay, ikinci doğumda dört ay, sonraki doğumlarda ise altı ay günlük çalışma süresinin yarısı kadar mesai yapma hakkı tanınmıştır. Bu süre içerisinde süt izni verilmez, mali ve sosyal haklarda herhangi bir kesinti yapılmaz, çoğul doğumlarda bu süreler birer ay eklenir." şeklinde düzenlemeler yapılmıştır.⁴⁹ Özel sektörde çalışan kadınların doğum izinleri, devlet memurlarına tanınan hak ile aynıdır. Farklı olarak 4587 sayılı iş kanununa tabi olarak çalışan kadınlara, ilk 12 ay süreyle günde bir buçuk saat süt izni verilir.⁵⁰ Kanunlarda gerçekleşen düzenlemelerin, emzirmeyi olumlu yönde etkilediği bilinmektedir.⁵¹

Hemşirelere Düşen Görevler

Sağlık hizmetlerinin sunumunda büyük bir işgücü olan hemşirelerin eylemlerinin, küresel düzeyde kaygı verici konularda oldukça etkili olduğu bilinen bir gerçektir. Bu yüzden, küresel sağlık hedeflerine ulaşabilmek için, hemşirelerin harekete geçirilmesi oldukça önemlidir.¹³ Yenidoğan sağlığını sürdürmek ve geliştirmek amacıyla emzirmenin başlatılması ve sürdürülmesi, hemşirelerin hedeflerinden biri olmalıdır.² Yapılan pek çok çalışma hemşirelerin emzirmeye olumlu katkısını ortaya koymuştur.^{39,52,53} Çoğu zaman ilk erişilen kişi olan ve tüm ortamlarda çalışan hemşireler, bebek beslenmesinin desteklenmesinde benzersiz bir konumdadırlar.¹³ Türkiye'deki hemşirelik yönetmeliği, yenidoğan hemşiresinin emzirme açısından görev, yetki ve sorumluluklarını; anne sütü ve önemini anlatma, emzirme tekniğini öğretme, bebeğin beslenmesi ve meme bakımı olarak; kadın sağlığı ve hastalıkları hemşiresinin emzirme açısından görev, yetki ve sorumluluklarını, emzirme danışmanlığını yapma şeklinde belirlemiştir.⁴⁸ 2010 yılında geliştirilen Ulusal Anne Dostu Hastane Kriterleri kapsamında, emzirmeye yönelik olarak tüm sağlık çalışanlarının yapmaları gerekenler belirtilmiştir.⁵⁴ Ayrıca aile sağlığı merkezlerinde görev yapan hemşire ve ebeler tarafından emzirmenin başlatılması ve devamlılığının sağlanması amacıyla emzirme danışmanlığı hizmetleri verilmektedir. Bu alanda çalışan hemşireler emzirmenin başarılı bir şekilde sürdürülebilmesi ile görevlidirler. Yapılan çalışmalarda hemşirelerin gerçekleştireceği eğitim, bakım ve danışmanlık rolleri ile emzirme davranışına olumlu katkıları olduğu görülmüştür.^{53,55}

Sonuç

Emzirme, temelde kadın ve çocuk sağlığı için pek çok yarar sunar. Optimal emzirme uygulamalarının uzun vadede ulusal üretkenlik ve çevresel sürdürülebilirlik üzerine olumlu katkıları vardır. Bu nedenle, emzirmenin korunması, özendirilmesi, sürdürülmesi ve devlet politikası olarak desteklenmesi 2030 yılına kadar Sürdürülebilir Kalkınma Amaçları'na ulaşmak için oldukça önemlidir. Emzirmenin özendirilmesi, başlatılması ve sürdürülmesinin sağlanması hemşireye düşen görevlerdendir. Hemşireler laktasyon döneminde ve öncesinde kadınlara bilgi ve destek sağlama üzerinde önemli etkiye sahiptirler. Ayrıca yanlış davranış ve uygulamaları tespit edip, emzirmenin önündeki diğer engelleri de belirleyebilirler. Bu anlamda hemşireye düşen görev, emzirmenin başlatılabilmesinde ve başarılı bir şekilde sürdürülmesinde yardımcı olmaktır. Hemşireler, annelerin emzirme uygulamaları üzerindeki etkilerini onlara gereksinim duydukları bilgi ve desteği sağlamak yoluyla gerçekleştirirler. Bununla birlikte, hemşireler emzirmenin önündeki engeller ile birlikte emzirme eğitimi ve emzirme becerileri eksikliklerini de tespit edebilirler.

Hemşireler olarak bizler; emzirmenin temel sağlık ve sosyal faydaları ile emzirmenin nasıl destekleneceği hakkında oldukça fazla bilgi ve girişime sahibiz, ancak küresel olarak emzirme verilerinin günümüz koşullarında hala önerilen düzeyde olmayışı üzüntü vericidir. Sağlık politikası olarak yenidoğan ve çocuk sağlığını geliştirmek, emzirme verilerinde iyileşmeyi arttırmak ve hızlandırmak amacıyla, gerekli hedeflerin belirlenip yatırımların yapılması önem arz etmektedir. Ayrıca, küresel anlamda ve Türkiye sınırları içinde düşünüldüğünde, emzirmeyi kültürel alışkanlıkları göz önüne alarak uygun bir şekilde teşvik etmek, bilginin kabul edilmesini ve muhtemelen anneler tarafından benimsenip uygulanması şansını da arttıracaktır.

Bilgi

Çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Kaynaklar

1. Arlı M, et al. Anne ve Çocuk Beslenmesi. Ankara: PEGEM Akademi; 2017.
2. Sevil Ü, Ertem G. Perinatoloji ve Bakım. İzmir: Ankara Nobel Tıp Kitapevleri; 2016.
3. Çatak B, Öner C. Bebek Ölümünün Temel Nedenleri Değişiyor mu? Kayıt Temelli Kesitsel bir Çalışma.
4. World Health Organization [Internet]. Bebek ve Çocuk Beslenmesi. 2018 [updated 2018 Feb 16; cited 2020 Jan 12]; Available from: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs342/en/>.
5. United Nations Development Programme [Internet]. Sürdürülebilir Kalkınma Amaçları. [cited 2018 Oct 25]; Available from: <http://www.tr.undp.org/content/turkey/tr/home/sustainable-development-goals.html>.
6. Katsinde SM, Srinivas SC. Breast Feeding and The Sustainable Development Agenda. Indian Journal of Pharmacy Practice. 2016;9(3).
7. Özmert EN. Erken Çocukluk Gelişiminin Desteklenmesi-I: Beslenme. Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Dergisi 2005;48:179-95.
8. Oskay Ü, et al. 2017 Uluslararası Hemşireler Birliği Teması'na Genel Bakış. Florence Nightingale Hemşirelik Dergisi 2018. 2018;26(1):69-78.
9. Şentürk Ş, et al. Toplumun Beslenmede Bilinçlendirilmesi, Saha Personeli için Toplum Beslenmesi Program Eğitim Materyali. Beslenme Ve Diyetetik Bölümü Sağlık Bakanlığı Temel Sağlık Hizmetleri Genel Müdürlüğü, Hacettepe Üniversitesi, Ankara. 2002.
10. Şanlıer N, Aytekin F. Ankara da Yaşayan 0 36 Ay Çocukların Bazı Antropometrik Ölçümleri ve Anne Sütü ile Beslenme Durumlarının Saptanması. Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi 2004;24(1).
11. Çoban A, Saruhan A. Anne-bebek etkileşiminde hemşirenin rolü. Ege Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi 2005;21(2):89-96.
12. Sağlık Bakanlığı [Internet]. 'Emzirme Sürdürülebilir Kalkınma İçin Bir Anahtardır'. 2016 [updated 2016 Oct 3; cited 2020 Jan 13]; Available from: <https://www.saglik.gov.tr/TR,2568/bremzirme-surdurulebilir-kalkinma-icinbrbir-anahtardir.html>.
13. Burton E. ICN Delegation at the 71st World Health Assembly: Report. International Council Of Nurses. 2018.
14. Özilice Ö, Günay T. Emzirme ve Sürdürülebilir Kalkınma. İzmir Dr Behçet Uz Çocuk Hast Dergisi 2018;8(1):1-7.
15. Economic U, Council S. Report of the inter-agency and expert group on sustainable development goal indicators. Stat Comm 2016;13.
16. World Health Organisation [Internet]. Children: reducing mortality. 2019 [updated 19.09.2019; cited 04.04.2020]; Available from: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/children-reducing-mortality>.
17. UNICEF [Internet]. Yeni bir rapora göre beş yaş altı ölümlerdeki istikrarlı azalmaya rağmen her gün 7.000 yeni doğan ölümü meydana geliyor. 2017 [updated 19.10.2017; cited 04.04.2020]; Available from: <https://www.unicefturk.org/yazi/yenidogan>.
18. World Health Organization [Internet]. Babies and Mothers Worldwide Failed by lack of investment in Breastfeeding. Geneva/New York [updated 2017 Aug 1; cited 2020 Jan 13]; Available from: <https://www.who.int/news-room/detail/01-08-2017-babies-and-mothers-worldwide-failed-by-lack-of-investment-in-breastfeeding>.
19. Horta BL, Victora CG, World Health Organisation. Short-term effects of breastfeeding: a systematic review on the benefits of breastfeeding on diarrhoea and pneumonia mortality. 2013.
20. Horta B, Victora C, World Health Organisation. Long-term effects of breastfeeding: a systematic review. 2013.
21. World Health Organisation [Internet]. Ten Facts on Breastfeeding. [updated 2017 Aug;c ited 2020 Jan 1]; Available from: <https://www.who.int/features/factfiles/breastfeeding/en/>.
22. Yardımcı H, Özçelik AÖ. Anne Sütü Oligosakkaritleri Ve Sağlık Üzerine Etkileri. Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi 2015;24:69.
23. Irmak N. Anne Sütünün Önemi ve İlk 6 Ay Sadece Anne Sütü Vermeyi Etkileyen Unsurlar. The Journal Of Turkish Family Physician 2016;7:27-31.
24. Tayman C. Anne sütünün yetişkinlikteki kronik hastalıklara etkileri. Türk Dünyası Uygulama ve Araştırma Merkezi Yenidoğan Dergisi 2017;2(2):218-29.
25. Güney R, Çınar N. Anne Sütü ve Mikrobiyota Gelişimi. Journal Of Biotechnology And Strategic Health Research 2017:17-24.
26. Bode L, et al. It's alive: microbes and cells in human milk and their potential benefits to mother and infant. Oxford University Press; 2014.

27. Jost T, et al. Assessment of bacterial diversity in breast milk using culture-dependent and culture-independent approaches. *British Journal of Nutrition* 2013;110(7):1253-62.
28. Ward TL, et al. Human milk metagenome: a functional capacity analysis. *BMC microbiology* 2013;13(1):116.
29. Hunt KM, et al. Characterization of the diversity and temporal stability of bacterial communities in human milk. *PloS one* 2011;6(6).
30. Murphy K, et al. The composition of human milk and infant faecal microbiota over the first three months of life: a pilot study. *Scientific reports* 2017;7(1):1-10.
31. Gölbaşı Z, et al. Kısa Mesaj ve Telefon Aramaları İle Desteklenen Postpartum Emzirme Danışmanlığının İlk Altı Aydaki Emzirme Davranışına Etkisi. *Acu Sağlık Bilimleri Dergisi* 2019;10(1):33-41.
32. UNICEF Basın Merkezi [Internet]. Yeni doğan her 5 bebekten 3'ü ilk bir saat içinde emzirilmiyor. 7/2018 [cited 2020 Jan 14]; Available from: <http://unicef.org.tr/basinmerkezidetay.aspx?id=32873&d=1&dil=tr>.
33. Hacettepe Üniversitesi Nüfus Etütleri Enstitüsü. Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması. Ankara, Türkiye: 2013.
34. Hacettepe Üniversitesi Nüfus Etütleri Enstitüsü. Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması. Ankara, Türkiye 2018.
35. Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması, 2008. Hacettepe Üniversitesi Nüfus Etütleri Enstitüsü, Sağlık Bakanlığı Ana Çocuk Sağlığı ve Aile Planlaması Genel Müdürlüğü, Başbakanlık Devlet Planlama Teşkilatı Müsteşarlığı ve TÜBİTAK, Ankara, Türkiye. 2008:144-45.
36. Kurnaz D. Erken postpartum dönemde annelerin emzirmeye ilişkin tutum ve başarılarını etkileyen faktörler: Adnan Menderes Üniversitesi; 2014.
37. Chen C, et al. Influences of cesarean delivery on breastfeeding practices and duration: A prospective cohort study. *Journal of Human Lactation* 2018;34(3):526-34.
38. Gülşen I, Cetişli NE, Başkaya VA. Doğum Şekline Göre Annelerin Postpartum Ağrı, Yorgunluk Düzeyleri ve Emzirme Öz-Yeterlilikleri. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Elektronik Dergisi* 2018;11(3):224-32.
39. Çalık KY, Çetin FC, Erkaya R. Annelerin emzirme konusunda uygulamaları ve etkileyen faktörler. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi* 2017;6(3):80-91.
40. Vefikuluçay D. Annelerin Doğum Sonrası Dönemde Emzirmeye İlişkin Bilgilerinin Saptanması. Bilim Uzmanlığı Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doğum Ve Kadın Hastalıkları Hemşireliği Programı, Ankara. 2002.
41. UNICEF W. Capture the Moment—Early initiation of breastfeeding: The best start for every newborn. New York: UNICEF. 2018.
42. World Health Organization [Internet]. Breastfeeding. [cited 2019 Dec 17]; Available from: https://www.who.int/nutrition/topics/exclusive_breastfeeding/en/.
43. Ünsal H, et al. Toplumda anne sütü verme eğilimi ve buna etki eden faktörler. *Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Dergisi* 2005;48(3):226-33.
44. Tatar GM, Günay O. Kahramanmaraş İl Merkezindeki Gebelerin Emzirme Konusundaki Bilgi ve Tutumları. *Sağlık Bilimleri Dergisi* 2009;18(3):175-86.
45. World Health Organization [Internet]. Empower Parents, Enable Breastfeeding. [updated 2019 Aug 1; cited 2019 Dec 18]; Available from: <https://www.who.int/news-room/commentaries/detail/world-breastfeeding-week-2019-message>.
46. Dengi ASD, Çakmak S. Postpartum dönemdeki annelerin emzirme ve anne sütünün önemi hakkındaki bilgilerinin değerlendirilmesi. *Türkiye Aile Hekimliği Dergisi* 2019;23(1):9-19.
47. Özgüneş ZÖ. Annelere verilen emzirme eğitiminin başarılı emzirmeye etkisi. *Sağlık Bilimleri Enstitüsü*; 2019.
48. TC Resmi Gazete Hemşirelik Yönetmeliği. 08 Mart 2010. Sayı: 27515. Başbakanlık Basımevi. Ankara.
49. Resmî Gazete. Kamu Personeli Genel Tebliği. 13 Nisan 2016. Sayı: 29683.
50. TC Resmi Gazete. İş Kanunu. 10 Haziran 2003. Sayı: 25134. Başbakanlık Basımevi. Ankara
51. Eren T, et al. Kadın hekimlerin emzirme deneyimleri ve yasa değişikliğinin emzirme üzerindeki etkisi. *Türk Pediatri Arşivi* 2018;53(4):238-44.
52. Avcı E. Annelerin anne sütü ile ilgili sağlık okuryazarlık düzeylerini değerlendirme aracı geliştirme, sağlık okuryazarlık düzeylerini ve etkileyen faktörleri saptama. Tıp Fakültesi Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi, Gazi Üniversitesi Tıp Fakültesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Gaziantep, Türkiye. 2013.
53. Cangöl E, Hotun Şahin N. Emzirmenin Desteklenmesinde Bir Model: Pender'in Sağlığı Geliştirme Modeline Dayalı Motivasyonel Görüşmeler. 2017.
54. Sağlık Bakanlığı. Anne Dostu Hastane Değerlendirmeci Rehberi. Ankara.
55. Uzun K, Kolcu M, Öcebe DK. Anne Sütü ile Beslenmede Kanıtı Dayalı Uygulamalar. *Hemşirelik Bilimi Dergisi* 2018;1(2):29-32.