

## Emzirme Danışmanlığında Güncel Yaklaşımlar

### Current Approaches in Breastfeeding Counseling

Filiz Şensoy<sup>1</sup>  Derya Yüksel Koçak<sup>2</sup> 

<sup>1</sup> Cedit Aile Sağlığı Merkezi, Samsun, TÜRKİYE

<sup>2</sup> Hitit Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Çorum, TÜRKİYE

**Geliş tarihi/ Date of receipt:** 22/12/2020 **Kabul tarihi/ Date of acceptance:** 22/07/2021

© Ordu University Faculty of Health Sciences, Department of Nursing, Turkey, **Published online:**26/12/2021

#### ÖZ

Emzirme, maternal ve fetal sağlığının korunması, geliştirilmesi ve iletişimi üzerine olumlu etkileri bulunan beslenme şeklidir. Emzirmenin başlatılması, devamlılığı, emzirme sorunlarının çözümü, öz yeterliliğin artırılması, emzirme oranlarının yükseltilmesinde emzirme eğitim programları etkili olmaktadır. Sağlık ekibi içerisindeki ebe ve hemşireler bakım verici, karar verici, hasta hakları savunuculuğu, danışman ve eğitici rollerini kullanarak prenatal dönemden itibaren gebelik ve postpartum dönemde annelerin emzirme davranışlarını geliştirebilir. Günümüzde emzirme eğitiminde ve motivasyonun artırılmasında teknoloji kullanımı geleneksel emzirme eğitimine nazaran çok daha fazla ilgi çekmektedir. Ebe, hemşire, hekim tarafından verilen emzirme eğitim programlarında; mesaj, e-posta, video gösterisi, web tabanlı emzirme programları kullanımı giderek artmaktadır. Emzirme eğitim programlarının düzenlenmesi aşamasında güncel destek programlarının kullanımı yarar sağlamaktadır. Bu derlemede; emzirmenin desteklenmesinde hemşire ve ebeler tarafından son yıllarda yaygın olarak kullanılan güncel yaklaşımlar incelenmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Ebelik, emzirme, emzirme danışmanlığı, hemşirelik

#### ABSTRACT

Breastfeeding is a form of nutrition that has positive effects on the protection and development of maternal and fetal health and communication. Breastfeeding training programs are effective in initiating and continuing breastfeeding, solving breastfeeding problems, increasing self-efficacy, and increasing breastfeeding rates. Midwives and nurses within the healthcare team can improve breastfeeding behaviors of the mothers from the prenatal period to the birth and postpartum period by using the roles of caregivers, decision makers, patient rights advocates, counselors and trainers. Today, the use of technology in breastfeeding education and increasing motivation attracts much more attention than traditional breastfeeding education. In breastfeeding training programs given by midwives, nurses and physicians; The use of messages, emails, video shows, web-based breastfeeding programs is increasing. It is beneficial to use up-to-date support programs during the regulation of breastfeeding training programs. In this review; Current approaches that are widely used by nurses and midwives in recent years in supporting breastfeeding have been examined.

**Keywords:** Breastfeeding, breastfeeding consultation, midwifery, nursing

**ORCID IDs of the authors:** FŞ: 0000-0003-0846-1728; DYK: 0000-0001-6890-6755

**Sorumlu yazar/Corresponding author:** Dr. Öğr. Üyesi Derya Yüksel Koçak  
Hitit Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Çorum, TÜRKİYE

**e-posta/e-mail:** deryayuksel.guven@gmail.com

**Atıf/Citation:** Şensoy F, Koçak DY. (2021). Emzirme danışmanlığında güncel yaklaşımlar. Ordu Üniversitesi Hemşirelik Çalışmaları Dergisi, 4(3), 427-435. DOI: 10.38108/ouhcd.844447

## Giriş

Sağlıklı büyüme ve gelişim için yeterli ve dengeli beslenme gereklidir. Anne sütü ile beslenme, sağlıklı beslenmenin üç ana ögesi olan yiyecek, sağlık ve bakımı karşılamaktadır. Anne sütü yeni doğanın sağlıklı büyüebilmesi için tüm besin içeriğinden ve beslenme şekillerinden üstündür. Anne sütü ile beslenme morbidite ve mortalite oranlarını azaltmaktadır (Yılmaz ve Taşpınar, 2016). Bebeğin yanlış, az ya da fazla beslenmesi ileri yaşlarda genel sağlık üzerine olumsuz etkiler oluşturmaktadır. Bu nedenle anne ve ebeveynlerin sağlıklı beslenme konusunda bilinçlendirilmesi ve eğitilmesi toplum sağlığı hizmeti çerçevesinde yer almaktadır (Şatır ve ark., 2017).

Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) ve Birleşmiş Milletler Çocuklara Yardım Fonu (UNICEF), çocukların doğum sonu ilk bir saat içerisinde emzirmeye başlanmasını ve yaşamın ilk altı ayı sadece anne sütü almasını, su dahil başka yiyecek veya içecek verilmeden gece veya gündüz istediği sıklıkla emzirilmesini, biberon, şişe, emzik kullanılmamasını önermektedir. Yine altı aydan itibaren çocukların yeterli ve güvenli tamamlayıcı gıdalar tüketmeye başlamasını ve emzirmeye iki yıl veya daha uzun süre devam edilmesini önermektedir (WHO, 2020).

UNICEF 2019 yılı raporunda doğumu izleyen ilk bir saat içerisinde emzirme oranı %43 iken ilk altı ay sadece anne sütü ile beslenme oranı %41'dir. En yüksek orana sahip ülkeler sırası ile Ruanda % 86.9, Burundi %82.3, Si Lanka %82'dir. Türkiye %30.1 oranı ile 135 ülke arasında 42. sırada yer almaktadır (UNICEF, 2020a; UNICEF, 2020b; UNICEF, 2020c). TNSA 2018 verileri ışığında anne sütü ve emzirme verileri incelendiğinde Türkiye'de son 2 yılda doğan çocukların %98'i herhangi bir dönemde herhangi bir süre emzirilmiştir. Doğum sonu ilk saat içinde emzirme oranı %71'dir (TNSA, 2018). Bu oran TNSA 2013 (49.9) verilerine nazaran artış göstermiştir (TNSA, 2013). Son iki yılda doğan çocukların %41'i sadece anne sütü ile emzirilmiştir. Bu oran 0-1 aylık dönemde %59, 2-3 aylık dönemde %45, 4-5 aylık dönemde %14'e gerilemektedir (TNSA, 2018). Emzirme konusunda yaşanan meme sorunları, annenin tecrübesizliği, sosyal destek azlığı, ruhsal sorunlar, annenin iş yaşamına dönüşü ve ilk altı aydan önce ek gıdalara başlanması emzirmenin erken kesilmesine sebep olmaktadır (Durmazoğlu ve Okumuş, 2019).

Emzirmenin korunması, özendirilmesi ve desteklenmesinde ebe ve hemşirelere büyük görevler düşmektedir. Ebe ve hemşireler emzirme eğitimi ve emzirme desteğini mesleki rollerinin önemli bir parçası olarak görmektedir (Swerts ve ark., 2016). Kadın sağlığı ve hastalıkları hemşiresinin görev yetki ve sorumluluklarında, ana ve çocuk sağlığının korunup geliştirilmesinde emzirme eğitim ve danışmanlığı önemli yer almaktadır (Hemşirelik Yönetmeliği, 2010). Emzirme eğitimlerinin sosyal ve kültürel inanışlar çerçevesinde planlanması, uygulanması ve emzirme takibinin belirli aralıklar ile devam ettirilmesi gerekmektedir (Gonzalez-Darias ve ark., 2020). Ebe ve hemşireler, gebelikten başlayarak emzirme konusunda eğitim ve danışmanlık vermektedirler. Antenatal dönemde anne ile ilk karşılaşma esnasında annenin emzirmeye yönelik duygu ve düşünceleri değerlendirilerek emzirme uyum eğitimlerine başlanması etkileşimi güçlendirmede önemlidir (Işık ve Arça, 2019; Ugurlu ve Yavan, 2016). Bu nedenle bu derlemenin amacı; son yıllarda teknolojik imkanlar yoluyla hemşire ve ebeler tarafından emzirme danışmanlığında kullanılan güncel yaklaşımları incelemek ve literatürdeki veriler ışığında tartışmaktır.

## Emzirme Eğitimi

Emzirme eğitimi; bir amaç doğrusunda belirlenen kitleye yönelik yapılan bilgilendirme, davranış oluşturma, devamlılığını sağlama sürecinden oluşmaktadır. Bilgilendirme süreci bireyi teşvik etmek ve davranış değişimi için hazırlanma sürecidir. Davranış oluşturma süreci yeni davranış benimsemeye hazır olunan, davranış kalıplarının öğrenildiği süreçtir. Devamlılığı sağlama süreci yeni kazanılan davranışın bireyin kişiliği ile bütünleştiği süreçtir (Şimşek ve ark., 2015). Emzirmenin başlatılması ve sürdürülmesinde eğitimlerin rolü büyüktür. Emzirme eğitimleri bireysel ve grup eğitimleri, akran eğitimleri, klinik eğitimler, ev ziyaretleri şeklinde uygulanabilir (Khorshidifard ve ark., 2017). Emzirme eğitimleri, gebelere, eşlerine ve ailelerine gebelik öncesi başlayarak sonrasında devam etmelidir.

İlk altı ayda sadece anne sütü alma oranlarını artırmak için en etkili eğitim programının, antenatal dönemde başlaması, postpartum dönemde de devam etmesi önerilmektedir (Durmazoğlu ve Okumuş, 2019). Annelere

emzirme desteği sağlanmasında sağlık personeli, sosyal çevre, eş önemli yer tutmaktadır. Emzirme destek program ve eğitimlerinin gelişimi, teknolojinin de gelişmesi ile ivme kazanmıştır. Bensley ve ark. (2014)'nın Amerika Birleşik Devletleri'nde 8144 kişi ile yaptığı çalışmada telefon ile verilen emzirme danışmanlığı, online danışmanlık, online web tabanlı eğitim yöntemlerinin ebeveynler için daha ilgi çekici olduğu ve ulaşılabilirliğin arttığı belirlenmiştir (Bensley ve ark., 2014). Emziren annelerin kliniklere danışmanlık almak için başvurmaları durumunda sağlık personelinin zamanının kısıtlı olması, iş yükünün fazla olması gibi durumlar yeterli desteğin sağlanamamasına neden olmaktadır. Çalışma saatleri dışında da ebe, hemşire, çocuk doktoruna ulaşılabilmesi emzirmeyi olumsuz etkilemektedir (Gonzalez-Darias ve ark., 2020). Benzer nedenlerle emzirme eğitiminin verilemediği veya etkin danışmanlık yapılmadığı durumlarda, artan teknoloji kullanımı alternatif yöntemler üreterek emzirme eğitiminde yarar sağlamaktadır.

Günümüzde teknolojinin gelişmesi, erişimin kolay olması sayesinde geleneksel olarak uygulanan eğitimlerin yerini daha yeni, modern, görsel teknolojiler ile verilen eğitimler almıştır. Emzirmenin desteklenmesinde teknolojinin kullanımının hızla artış gösterdiğini belirten bir meta-analiz çalışmasında teknoloji kullanımı ile emzirme oran ve sürelerinde artış olduğu belirtilerek emzirme eğitimlerinde mesajlaşma, web tabanlı eğitimler, sanal danışmanlık, uzaktan eğitim, CD-ROM gibi sistemlerin kullanılması önerilmektedir (Lau ve ark., 2016). Bu bölümde teknoloji destekli emzirme eğitimleri, teorileri, yaklaşım modelleri ve metotları incelenmiştir.

### 1. Akran Eğitimi

Akran danışmanlığı genel anlamıyla bir kişinin akranına yardım etmesidir. Akran danışmanlığı, "kişisel, sosyal ve akademik konularda akranlarına yardım etmeleri için seçilen kişilerin yani akran danışmanların, yardım becerileri ile ilgili eğitim gördükleri ve eğitim sonrasında sundukları yardım ile ilgili kazanım sağladıkları bir süreç" olarak tanımlanmaktadır (Aladağ ve Tezer, 2016). Günümüzde akran eğitimi ile verilen emzirme eğitimleri önemli yer tutmaktadır. Kanıtlar anne sütü ve emzirme programında akran danışmanı ile temasın emzirmeyi başlatma ve sürdürme kararlarını kolaylaştırdığını göstermektedir (Bennett ve ark., 2018). Akran desteği eğitimlerinin içeriğinin standart olarak oluşturulmadığı ve geliştirilmeye ihtiyaç duyduğu belirtilmektedir.

Amerika'da yapılan bir araştırmada akran desteği programında aynı etnik yapıya sahip akran danışmanlarına çalışma öncesi gerekli eğitim verilmiştir. Annelere telefon, e-posta, hastane ziyaretleri, ev ziyaretleri yolu ile temel emzirme bilgileri verilmiş, motivasyon, duygusal destek sağlanmış ve mesai saatlerinin dışında da hizmet devam ettirilmiştir. Çalışma sonucunda annelerin emzirme öz güveninin arttığı bildirilmiştir (Bennett ve ark., 2018). Bir başka çalışmada Gleason ve ark. (2020) emziren annelere yönelik çok seviyeli karışık emzirme modeli ile ikinci, altıncı ve on ikinci aylarda saha düzeyinde beş farklı ve bağımsız seviyede emzirme desteği sağlamıştır. Bunlar; emziren akran danışmanları, Uluslararası Kurul Sertifikalı Laktasyon Danışmanları, postpartum ev ziyaretleri, herhangi bir personelden emzirme eğitimi, ilk 30 gün formül mama verilmemesidir. Her bir destek ile herhangi bir zamana kadar emzirme oranı ve tamamen emzirme oranında artış gözlenmiştir (Gleason ve ark., 2020).

Lee ve ark. (2019) tarafından Kuzey Tayvan'da yapılan yarı deneysel çalışmada postpartum birinci ve beşinci hafta Uluslararası Yönetim Kurulu Sertifikalı Laktasyon danışmanları ve akran destek grupları tarafından düzenlenen emzirme eğitimleri sonucunda annelerin emzirme oranlarının ve öz yeterlilik düzeylerinin arttığı belirlenmiştir (Lee ve ark., 2019). Assibey-Mensah ve ark. (2019) New York'ta 2149 emziren anneye sağlık bakanlığı emzirme destek eğitimleri çerçevesinde akran desteği ile telefonla, yüz yüze ve posta ile eğitim vermiş ve akran desteğinin emzirme üzerine etkisini incelemiştir. En az bir telefon görüşmesi veya yüz yüze görüşme ile sağlanan emzirme desteğinin anneleri %16-%35 oranında olumlu etkilediği ve emzirme oranlarını artırdığı belirlenirken posta ile sağlanan emzirme desteğinin ise sonuçları önemli ölçüde etkilemediği tespit edilmiştir (Assibey-Mensah ve ark., 2019). Görüldüğü üzere akran destek programlarının emzirme öz yeterliliği, emzirme oranları üzerine yararları vardır. Ebe ve hemşireler tarafından akran destek programlarının içerik ve planlamasının standardize edilmesi benzer sosyo-kültürel bireylerden akran eğitmenler seçilmesi ve telefon, e-posta, yüz yüze görüşme ile emzirme desteğinin artırılması emzirme oran, tutum ve öz yeterliliğini iyileştirecektir. Gelenek, örf ve adetlerine bağlı Türk toplumunda doğum yapan kadına çevresindeki anne, kız kardeş, eşin annesi, eşin kardeşi, komşu, arkadaş veya daha önce doğum yapmış emzirmiş tanıdıklar tarafından emzirme

desteği verilmekte ve emzirme davranışı tecrübelerle dayalı olarak öğretilmeye çalışılmaktadır. Aslında bu tür bir emzirme desteği de akran eğitimi olarak kabul edilebilir fakat Türk toplumunda akran eğitimi veren kişiler profesyonel anlamda sağlık eğitimi olmayan kişilerdir.

## 2. Telefon Danışmanlığı

Uzun yıllardır sağlık bakımında telefon ile iletişim kullanılmaktadır. Emzirmenin desteklenmesinde verilen eğitimin sürekliliğinin sağlanması amacıyla annelerin iletişim araçları ile izlenmesinin yararı büyüktür (Uçtu ve Özerdoğan, 2018). Antenatal dönemde başlanan emzirme destek programlarının postpartum dönemde de devamı için kolay ve etkili bir yol olan telefon ve kısa mesaj hizmeti bilginin taşınmasını sağlamaktadır. Gölbaşı ve ark. (2019)'nın emziren annelere yönelik yaptığı deneysel çalışmada hastanede verilen emzirme eğitiminin ardından taburculuk ile birlikte iki ay süresince kısa mesaj ve telefon danışmanlığı ile emzirme desteklenmiş, eğitimin annelerin büyük çoğunluğu tarafından olumlu karşılandığı ve emzirme davranışlarını iyileştirdiği tespit edilmiştir (Gölbaşı ve ark., 2019). Martinez-Brockman ve ark. (2018) tarafından Amerika Birleşik Devletleri'nde 174 kadın ile yapılan çok bölgeli randomize kontrollü çalışmada, postpartum dönemde akran danışmanları tarafından standart eğitime ek olarak kısa mesaj ile emzirme danışmanlığı verilmiş ve postpartum ikinci hafta ve üçüncü ayda erken temas ve emzirme oranına etkisi değerlendirilmiştir. Akran danışmanlığı ve kısa mesaj ile sağlanan emzirme eğitiminin emzirmeye erken başlanmasını olumlu etkilediği bulunmuştur (Martinez-Brockman ve ark., 2018).

İspanya'da yapılan yarı deneysel çalışmada sertifika ve eğitim almış sağlık personelleri emzirme eğitimlerini telefon görüşmesi ile desteklemiş, gebelere 12. haftaya kadar danışmanlığa ek olarak telefon ile de emzirme desteği verilmiştir. Müdahale grubunun kontrol grubuna göre üç kat daha fazla emzirme oranına sahip olduğu bulunmuştur (Harris-Luna ve Badr, 2018). Amerika Birleşik Devletleri'nde yapılan başka bir deneysel çalışmada hastaneye kabul sonrası telefon ile emzirme eğitimi modeli kullanılmıştır. Telefon ile emzirme eğitimi modelinin kırsal alanda yaşayan, hizmetlerden yararlanamayan bireylerde de kullanımının emzirmeyi olumlu etkilediği ve emzirme oranının telefon ile emzirme eğitimi alan annelerde daha yüksek olduğu bulunmuştur (Uscher-Pines ve ark., 2019). Fu ve ark. (2014) tarafından Çin'de 722 emziren anne ile yürütülen randomize kontrollü

çalışmada emzirmenin postpartum erken dönemde sağlık profesyonellerinin desteğiyle başlatılması ve ilk bir aylık süreçte telefonla emzirme desteğinin sürdürülmesinin postpartum ilk altı ay anne sütü alma oranını artırmada etkili olacağı vurgulanmıştır (Fu ve ark., 2014).

Ebe ve hemşireler tarafından antenatal dönemden başlayan emzirme eğitimine ek olarak postpartum dönemde telefon ve kitle iletişim araçları ile desteklenen emzirme eğitiminin emzirme süresini arttırdığı yapılan çalışmalarda ortaya konmuştur. Günümüzde iletişim aracı olarak telefon kullanımının yaygınlaştığı açıktır. Bu nedenle özellikle kırsal alanda sağlık kuruluşuna başvuramayan annelerin telefon ile desteklenmesi ulaşılabilirlik anlamında kolaylık sağlayacaktır.

## 3. Online ve Web Tabanlı Danışmanlık

Sağlık bakım sistemindeki teknolojik değişiklikler, klinikte bireylerin bakım ve eğitimlerinden sorumlu sağlık personelinin verdiği hizmetleri ve bu hizmetlerin sunuş şekillerini de değiştirmektedir (Glinkowski ve ark., 2013). Teknoloji alanındaki gelişmelerin yanısıra internet kullanımının artması ve bireylerin sağlık ile ilgili daha fazla bilgi edinmek istemesi internet ortamında bilgi arayışını arttırmıştır (İnci ve Serçekuş, 2015). Günümüzde hızlı erişimin sağlanması ve uzmanlık gerektirmeden bilgiyi edinebilmek için sıklıkla internetin kullanıldığı görülmektedir. Özellikle antenatal ve postpartum dönemde emzirme desteği ihtiyacının arttığı vurgulanmıştır (Uçtu ve Özerdoğan, 2020). Bensley ve ark. (2014) tarafından Amerika Birleşik Devletleri'nde 8144 kadın ile yaptığı kesitsel çalışmada kadınların çoğunun internete erişiminin olduğu, iletişim için sıklıkla internet kullandığı ve çevrimiçi sağlık bilgilerine ulaştığı bulunmuştur (Bensley ve ark., 2014). Maliyet açısından etkin bir yöntem olan video-konferans eğitimleri de günümüzde aktif olarak kullanılmaktadır. Kellams ve ark. (2016) 522 düşük sosyo-ekonomik düzeye sahip kadına uygulanan emzirme videosunun, emzirmenin başlatılmasına, emzirme oranlarına ve hastanede kalış süresine etkisini incelemiştir. Bu çalışmada, müdahale grubuna 25 dakika süren emzirme önerileri, laktasyon fizyolojisi, bebeğin memeyi kavraması, açlık işaretleri, emzirmenin önemi konulu eğitim videosu, kontrol grubuna ise 20 dakikalık gebelikte sağlıklı beslenme, gebelikte egzersiz konulu eğitim videosu izletilmiştir. Müdahale ve kontrol grubunda emzirme oranları ve hastanede kalış süreleri istatistiksel olarak benzer tespit edilmiş ancak kontrol grubunun daha fazla

emzirme desteğine başvurduğu bildirilmiştir (Kellams ve ark., 2016).

Evde görüntülü online danışmanlık hizmetleri son yıllarda tüm dünyada ilgi görmektedir ve destek hizmetlerine ulaşamayan bireyler için erişim kolaylığı sağlamaktadır. Yapılan bir çalışmada Amerika'da postpartum dördüncü haftaya kadar annelere Uluslararası Sertifikalı Laktasyon danışmanı tarafından haftalık olarak görüntülü ve video ile online emzirme eğitimi verilmiştir. Dört haftalık süreç sonunda emzirme başarısının %40 oranında arttığı tespit edilmiştir. Online emzirme eğitiminin yaşam rutinlerini engellememesi, dışarıya çıkmaya gerek kalmadan eğitim alınması avantajlarıdır (Rojjanasrirat ve ark., 2012).

3D Game tabanında 12 aşamalı bir platform oluşturularak yürütülen çalışmada oyun tabanlı öğrenme müdahalesinin emzirme öz yeterliliği ve emzirme algısına etkisi incelenmiştir. Aşamaların her birinde video eğitim, danışmanlık ve soru-cevap yapılmıştır. Bir aylık süre sonunda gruplar arasında emzirme öz yeterlilik oranlarında benzerlik saptanmıştır. Mobil ve web tabanlı ulaşılabilirliğinin artırılması ve devamlılığın sağlanmasının önemli olduğu vurgulanmıştır (Grassley ve ark., 2017). Ayrıca erken postpartum dönemde 141 anne ile yürütülen bir çalışmada kontrol grubuna standart destek programı müdahale grubuna ise web tabanından çevrim içi interaktif emzirme eğitimi verilmiş ve 30 gün boyunca program çıktılarını kayıt edilmiştir. Her iki grup birinci, ikinci, üçüncü aylarda çevrimiçi anket ile değerlendirilmiştir. Sonuçta müdahale grubunun birinci, ikinci, üçüncü aylarda emzirme oranlarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir (Ahmed ve ark., 2016).

Yapılan çalışmalar web tabanlı eğitimlerin emzirme öz yeterliliğinin artırılmasında, emzirme desteğinin sağlanmasında, sürdürülebilirliğin artırılmasında yararlı ve güncel olduğunu göstermektedir. Günümüzde hayatın her alanında internet kullanımı ve bilgiye ulaşımın yaygınlaştığı açıktır. Evden çıkması ve sağlık kuruluşuna başvurması zaman ve maliyet olarak zor olan, internet erişimi olan annelerde alternatif bir yöntem olarak görünmektedir. Ayrıca formal eğitime göre web tabanlı eğitim daha ilgi çekici ve etkili olabilir.

#### 4. Öğrendiğini Anlat Yöntemi (Teach-Back)

'Öğrendiğini Anlat' yöntemi, 'Bana Göster' yöntemi ve 'Döngüyü Kapatma' yöntemi olarak tanımlanmaktadır. Öğrendiğini anlat yöntemi bireylerin tanı, tedavi ve ilaç kullanımları ile ilgili önemli bilgileri anlamaları ve hatırlamaları için

kullanılan bir iletişim yöntemidir. Sağlık ekibi ve bireyler arasında hemen hemen tüm etkileşimler için kullanılabilir olup ekip ruhunu da güçlendirecek bir yöntemdir. Sağlık alanında bireylerin kavramsal olarak verilen bilgileri kendilerince özdeşleştirerek, düzenleyerek sunması esasına dayanmaktadır. Verilen bilgilerin kişilerce doğru olarak anlaşılıp anlaşılmadığını belirleyebilmek için de etkili bir yöntemdir. Bu yöntem yine bireylerin kendi tedavilerinde rol almalarını ve güvenliğini sağlama açısından yararlıdır. Öğrendiğini anlat yönteminin bireylerin sağlık okuryazarlık oranına, sağlık hizmetinin sunumunda iletişimin zenginleşmesine, bireylerin kişisel sağlık sorumluluğuna, araştırma ve sağlık okuryazarlığına olumlu etkisi olduğu belirtilmektedir (Uçtu ve Özerdoğan, 2018).

Morony ve ark. (2018)'nin Norveç'te yaptığı randomize kontrollü çalışmada 376 anneye mobil sağlık bakımı yoluyla 261 anneye ise öğrendiğini anlat yöntemi ile yedi hafta süreli emzirme danışmanlık hizmeti verilmiştir. Çalışma sonucunda öğrendiğini anlat yönteminin; bireylerin sağlık personelinin dinleme becerisini ve sağlık bilgi düzeyini artırdığı belirlenmiştir (Morony ve ark., 2018). Yapılan çalışmalarda öğrendiğini anlat yöntemi ile verilen sağlık eğitimlerinin diğer eğitim yöntemlerine nazaran daha uzun süreli olması gerektiği belirtilmektedir (Badaczewski ve ark., 2017). Emzirme başarısının artırılmasında standart uygulanan emzirme eğitimlerine göre öğrendiğini anlat yöntemi ile verilen eğitimin daha etkili olduğu belirtilmektedir. Öğrendiğini anlat yöntemiyle verilen emzirme eğitimlerinin emzirme öz yeterliliği ve emzirme başarı ve tutumu üzerine yararı olduğu belirtilmektedir (Uçtu ve Özerdoğan, 2020).

Öğrendiğini anlat yöntemi hem teorik hem de uygulamalı emzirme eğitimleri için uygun bir yöntemdir. Anne, ebe ve hemşireler ile ortak paydada yer almakta ve emzirme sürecine aktif olarak katılmaktadır. Ebe ve hemşireler, emzirme bilgisinin ve öz etkinliğin artırılmasında koordinasyon sağlanması için anneye motivasyon sağlamalı, sosyo-kültürel ve bilişsel farklılıkları göz ardı etmemelidir. Ebe ve hemşireler tarafından öğrendiğini anlat yöntemi ile verilen emzirme eğitimleri; anneler tarafından teorik ve uygulamalı tekrarlarının yapılmasını, sağlık okuryazarlığının artırılmasını, davranış değişikliğini ve olumlu sağlık davranışı kazandırılmasını sağlayabilir.

#### 5. Model Kullanımı

Sağlık modelleri; hemşirelik bakımın geliştirmesi, rehberlik etmesi, bulguların bilimsel olarak açıklanması konularında destek ve gelişim sağlamaktadır (Şengün ve ark., 2013). Addicks ve McNeil (2019)'in antenatal dönemde belirlenen 81 kadın ile yaptıkları randomize kontrollü çalışmada iki gruba ayrılan kadınlara motivasyonel görüşme ve psiko-eğitim programı uygulamıştır. Müdahaleler postpartum dönemde klinikte, toplum sağlığı alanında ve evde gerçekleştirilmiştir. Takipler telefon ile devam etmiştir. Sonuçlar postpartum birinci ayda değerlendirilmiş olup motivasyonel görüşme tekniği grubunda yer alan kadınların psiko-eğitim grubunda yer alan kadınlara göre daha yüksek emzirme oranına sahip olduğu, motivasyonel görüşme tekniğinin emzirme tutumlarını iyileştirdiği belirlenmiştir (Addicks ve McNeil, 2019). Cangöl ve Hotun Şahin (2017)'nin 100 kadın ile yaptığı randomize kontrollü çalışmada Nola Peder'in Sağlığı Geliştirme Modeli'ne dayalı olan gebelikte ve doğum sonu dönemde uygulanan emzirme motivasyon programının emzirme süresi ve sıklığına etkisi araştırılmıştır. Müdahale grubundaki annelerin kontrol grubundaki annelere göre daha erken emzirmeye başladıkları ve daha az sorun yaşadıkları belirtilirken, emzirme öz-yeterlilik düzeylerinin ve ilk emzirme deneyimi oranlarının istatistiksel olarak anlamlı miktarda yüksek olduğu belirtilmektedir (Cangöl ve Hotun Şahin, 2017). Nola Peder'in Sağlığı Geliştirme Modeli'ne göre kadının önceki emzirme deneyimi ve kişisel özellikleri ile ilgili bilgi alınmalıdır. Deneyim ve kişisel başarı emzirme davranışı kazandırılmasını etkilemektedir. Bu nedenle hemşireler eğitim planlamasında bireysel farklılıkları, kültürel özellikleri, emzirme tutum ve deneyimleri göz önünde bulundurmalıdır. Daha önceki deneyimde emzirmeye engel olan faktörler, yanlış bilgi, tutum ve davranışlar da sorgulanmalıdır. Böylece emzirmenin başlatılmasının ve devamının önündeki engeller belirlenerek ortadan kaldırılabilir.

Shorey ve ark. (2019) Singapur'da teknoloji tabanlı, Bowlby'nin bağlanma teorisi ve Bandura'nın sosyal bilişsel teorisini içeren bir ebeveynlik programı oluşturmuş ve antenatal ve postnatal dönemde mobil sağlık uygulaması kullanmıştır. Kullanılan mobil sağlık uygulamasında bireylere emzirme öz yeterliliği, bağlanma, duygusal olarak yaşanan zorluklar ve bunlar ile baş etme yöntemleri hakkında bilgiler sunulmuştur. Ebeveynlere de soru sorabilmeleri için platform oluşturulmuştur. Çalışma sonucunda bu eğitim platformunun standart olarak kullanılan

eğitim programlarına göre emzirme öz yeterliliğini ve ebeveyn öz yeterliliğini artırdığı, anksiyete düzeyini azalttığı ve algılanan sosyal desteği artırdığı tespit edilmiştir (Shorey ve ark., 2019). Primipar annelerin multiparlar annelere oranla emzirmeye başlama oranının düşük olduğu, emzirme ve anne sütünün devamı konusunda daha fazla endişe ve kaygı duyduğu, ek gıdalara başlama ve emzirmenin erken evrede kesilmesine daha yatkın oldukları belirtilirken Amerika'da yapılan çalışmada emzirme dönemindeki primipar kadınlara kendilerinin uygulayabileceği, izlem alışkanlığını geliştireceği ve kişisel olarak emzirme bilincini artıracığı düşünülen Bandura'nın Sosyal Bilişsel Kuramı'na dayandırılan emzirme günlüğü kullanılmış ve web tabanlı LACTOR isimli portal geliştirilmiştir. Çalışma sonunda anneler ve danışmanlar arasında iletişimin kuvvetlendiği, annelerin memnuniyetinin yüksek olduğu, emzirme öz yeterliliğinin arttığı bildirilmiştir (Ahmed ve Ouzzani, 2013). Bandura'nın Sosyal Bilişsel Kuramı'na dayandırılan başka bir çalışmada 45 kadına antenatal dönemde emzirme eğitimleri düzenlenmiştir. Müdahale grubunda yer alan kadınlar ile üç günde ikişer saat teorik bilgiler, rol-play ile uygulamalar, emzirmeye dair engeller ve baş etme yöntemleri tartışılmıştır. Postpartum dönemde annelerin emzirme öz yeterlilik düzeyleri incelendiğinde müdahale grubunun öz yeterlilik düzeyinin daha yüksek olduğu bulunmuştur (Khorshidifard ve ark., 2017).

Emzirme eğitimlerinin kuram ve modele dayalı olması uygulamaların bilimsel yönünü geliştirmektedir. Emzirme eğitimlerinin kurama dayalı, bilimsel çerçevede sistematik uygulanması emzirme oranlarını, emzirme tutum ve öz yeterliliğini olumlu etkilemektedir. Bu nedenle hemşire ve ebelerin kuram ve model kullanımı konusunda eğitilmesi yararlı olacaktır.

### 6. Ev Ziyaretleri

Postpartum dönem annelerin sağlık hizmeti ve eğitim almaya en duyarlı olduğu dönemlerden biridir. Bu dönemde sunulan emzirme eğitimi ve çeşitli yöntemlerle desteklenen emzirmeyi teşvik programı; başarılı emzirme süresinin ve kalitesinin artmasını sağlayacaktır. Ev ziyaretleri ile ebeveynlere ve bebeğe en üst seviyede emzirme davranışı sağlanacağı belirtilmiştir. Türkiye'de Erenel ve Eroğlu (2005) tarafından 46 anne ile yapılan çalışmada annenin ihtiyacına göre emzirme eğitimi verilmiş ve belirli periyotlarda ev ziyaretlerinde emzirme eğitimine devam edilmiştir. Ev ziyaretlerinin dışında annelere telefon ile de

danışmanlık sağlanmıştır. Kontrol grubunda ise standart emzirme eğitimi verilmiştir. Çalışma sonucunda müdahale grubunun emzirmenin başlatılması ve sürdürülmesinde daha başarılı olduğu belirlenmiştir (Erenel ve Eroğlu, 2005). Lewkowitz ve ark. (2018) Amerika’da; sosyoekonomik düzeyi düşük, obez kadınlarla yaptığı çalışmada haftada bir saat evde emzirme danışmanlığı verilmiştir. Müdahale grubundaki annelere ek olarak Glanz’ın ‘Bilişsel Davranış Değişikliği Teorisi’ne dayalı yaşam tarzı eğitimleri de verilmiştir. Emzirme başlama oranları müdahale grubunda %78, kontrol grubunda %74 olarak belirlenirken gruplar arası istatistiksel olarak fark bulunmamıştır (Lewkowitz ve ark., 2018). Arbour ve ark. (2019) çalışmasında ev ziyaretleri ile eğitime ek olarak ağ bağlantılı öğrenme ile destek sağlanmıştır. Emzirme başlangıcının %47’den %61’e yükseltildiği, altı aylık bebeklerin ise sadece anne sütü ile beslenme oranının %5’ten %8’e yükseldiği tespit edilmiştir (Arbour ve ark., 2019). Quinn ve ark. (2019) İrlanda’da gönüllü emzirme destek grupları oluşturmuş ayrıca 15 emziren anne ile de yarı yapılandırılmış görüşmeler gerçekleştirmiştir. Emzirme destek gruplarının emzirme öz yeterliliğini arttırdığı belirlenirken, daha fazla kaynak gerektirdiği ve geliştirilmesi gerektiği de vurgulanmıştır (Quinn ve ark., 2019).

Sağlık personeli tarafından sunulan ev ziyaretlerinin özellikle kırsal alanda yaşayan, sağlık kuruluşuna kolay başvuramayan, ulaşım imkanı, maliyet, zaman, iletişim, çocukların ve birlikte yaşanan diğer bireylerin bakım yükü benzeri bireysel faktörler nedeniyle ev ortamından uzaklaşmayan annelere avantaj sağlayacak bir uygulama olduğu düşünülmektedir.

### Sonuç

Literatürde yer alan çalışma sonuçları hemşire ve ebeler tarafından telefon aramaları, mesaj, e-posta, web tabanlı eğitim portalları, görüntülü konferans görüşmeleri, sağlık kurumlarının kullanımı, akran eğitimleri, ev ziyaretleri, ebeveyn destekleri, video destekli eğitimler gibi yapılandırılmış olarak yürütülen emzirme eğitim programlarının emzirmenin erken başlatılmasını, emzirme süresini ve emzirme öz yeterliliğini arttırdığını göstermektedir. Emzirme destek programlarının antenatal dönemde başlayıp postpartum dönemde de aksatılmadan devam edilmesi gerekmektedir. Ebe ve hemşirelerin teorik bilgilerini etkili şekilde aktaracağı uygun ortam ve teknik donanımın planlanması yapılmalıdır. Emzirme eğitimlerinde

standart olarak kullanılan resim, broşür gibi materyaller dışında güncel eğitim yöntem ve tekniklerin kullanımı da artırılmalıdır.

**Araştırmanın Etik Yönü/ Ethics Committee Approval:** Literatür incelemesi yapılmış ve kaynaklar bölümünde kullanılan literatür gösterilmiştir.

**Hakem/Peer-review:** Dış hakem değerlendirmesi.

**Yazar Katkısı/Author Contributions:**

Fikir/ kavram: FŞ, DYK; Tasarım: FŞ, DYK; Danışmanlık: DYK; Kaynak tarama: FŞ, DYK; Makalenin Yazımı: FŞ, DYK; Eleştirel inceleme: DYK  
**Çıkar çatışması/Conflict of interest:** Çalışmada herhangi bir çıkar çatışması söz konusu değildir.

**Finansal Destek/Financial Disclosure:** Çalışma için herhangi bir finansal destek alınmamıştır.

### Çalışma Literatüre Ne Kattı?

- Emzirme danışmanlığında güncel yaklaşımlar ile ilgili bilgi verilmiştir.
- Emzirme oranı, öz yeterliliği ve tutumunun artırılmasında güncel emzirme danışmanlığının etkisi açıklanmıştır.
- Emzirme danışmanlığında sağlık personelinin rolü belirtilmiştir.

### Kaynaklar

- Addicks SH, McNeil DW. (2019). Randomized controlled trial of motivational interviewing to support breastfeeding among appalachian women. *Journal of Obstetric, Gynecologic & Neonatal Nursing*, 48(4), 418-432.
- Ahmed A, Ouzzani M. (2013). Development and assessment of an interactive web-based breastfeeding monitoring system (LACTOR). *Maternal and Child Health Journal*, 17(5), 809-815.
- Ahmed AH, Roumani AM, Szucs K, Zhang L, King D. (2016). The effect of interactive web-based monitoring on breastfeeding exclusivity, intensity, and duration in healthy, term infants after hospital discharge. *Journal of Obstetric, Gynecologic & Neonatal Nursing*, 45(2), 143-154.
- Aladağ M, Tezer E. (2016). Akran danışmanlığı nedir? Ne değildir?. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(27), 139-152.
- Arbour M, Mackrain M, Fitzgerald E, Atwood S. (2019). National quality improvement initiative in home visiting services improves breastfeeding initiation and duration. *Academic Pediatrics*, 19(2), 236-244.
- Assibey-Mensah V, Suter B, Thevenet-Morrison K, Widanka H, Edmunds L, Sekhobo J. ve ark. (2019). Effectiveness of peer counselor support on

- breastfeeding outcomes in wic-enrolled women. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 51(6), 650-657.
- Badaczewski A, Bauman LJ, Blank AE, Dreyer B, Abrams MA, Stein RE. ve ark. (2017). Relationship between Teach-back and patient-centered communication in primary care pediatric encounters. *Patient Education and Counseling*, 100(7), 1345-1352.
- Başbakanlık Mevzuatı Geliştirme ve Yayın Genel Müdürlüğü. Hemşirelik Yönetmeliği 2010. Erişim tarihi: 13.07.2020, <https://www.mevzuat.gov.tr/mevzuatmetin/yonetmelik/7.5.13830-ek-2%20ve%203.htm>.
- Bennett CF, Galloway C, Grassley JS. (2018). Education for WIC peer counselors about breastfeeding the late preterm infant. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 50(2), 198-202.
- Bensley RJ, Hovis A, Horton KD, Loyo JJ, Bensley KM, Phillips D. ve ark. (2014). Accessibility and preferred use of online Web applications among WIC participants with Internet access. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 46(3), S87-S92.
- Cangöl E, Hotun Şahin N. (2017). The effect of a breastfeeding motivation program maintained during pregnancy on supporting breastfeeding: a randomized controlled trial. *Breastfeeding Medicine*, 12(4), 218-226.
- Durmazoğlu G, Okumuş H. (2019). Yenilikçi ve güncel eğitim yöntemlerinin kullanıldığı emzirme eğitimlerinin incelenmesi. *Samsun Sağlık Bilimleri Dergisi*, 4(1), 23-31.
- Erenel AŞ, Eroğlu K. (2005). Doğum sonrası ilk altı ayda ev ziyareti yoluyla desteklenen emzirme eğitimi modelinin etkili emzirme davranışı üzerine etkisi. *Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 12(2), 43-54.
- Fu ICY, Fong DYT, Heys M, Lee ILY, Sham A, Tarrant M. (2014). Professional breastfeeding support for first-time mothers: a multicentre cluster randomised controlled trial. *BJOG: An International Journal of Obstetrics & Gynaecology*, 121(13), 1673-1683.
- Gonzalez-Darias A, Diaz-Gomez NM, Hernandez-Perez C, Rodriguez-Martin S, Aguirre-Jaime A. (2020). 'Supporting a first-time mother' Assessment of success of a breastfeeding promotion programme. *Midwifery*, 85, 102687.
- Gölbaşı Z, Tuğut N, Karataş M, Çetin A. (2019). The effect of postpartum breastfeeding counselling supported with short message services and telephone calling on breastfeeding practices over six months. *Acıbadem Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 10(1), 33-41.
- Gleason S, Wilkin MK, Sallack L, Whaley SE, Martinez C, Paolicelli C. (2020). Breastfeeding duration is associated with wic site-level breastfeeding support practices. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 52(7), 680-687.
- Glinkowski W, Pawłowska K, Kozłowska L. (2013). Telehealth and telenursing perception and knowledge among university students of nursing in Poland. *Telemedicine and E-Health*, 19(7), 523-529.
- Grassley JS, Connor KC, Bond L. (2017). Game-based online antenatal breastfeeding education: A pilot. *Applied Nursing Research*, 33, 93-95.
- Harris-Luna ML, Badr LK. (2018). Pragmatic trial to evaluate the effect of a promotora telephone intervention on the duration of breastfeeding. *Journal of Obstetric, Gynecologic & Neonatal Nursing*, 47(6), 738-748.
- Işık HK, Arça G. (2019). Anne sütü ve emzirmeye ilişkin ebe ve hemşirenin rolü. *Sağlık Bilimleri Üniversitesi Hemşirelik Dergisi*, 1(3), 221-228.
- İnci FH, Serçekuş P. (2015). Anne sütü ve emzirme ile ilgili web-tabanlı eğitim materyallerinin değerlendirilmesi. *Pamukkale Tıp Dergisi*, (1), 45-50.
- Kellams AL, Gurka KK, Hornsby PP, Drake E, Riffon M, Gellerson D. ve ark. (2016). The impact of a prenatal education video on rates of breastfeeding initiation and exclusivity during the newborn hospital stay in a low-income population. *Journal of Human Lactation*, 32(1), 152-159.
- Khorshidifard M, Amini M, Dehghani MR, Zaree N, Pishva N, Zarifsanaiy N. (2017). Assessment of breastfeeding education by face to face and small-group education methods in mothers' self-efficacy in kazeroun health centers in 2015. *Women's Health Bulletin*, 4(3), e41919.
- Kul Uçtu A, Özerdoğan N. (2018). Öğrendiğini anlat (teach-back) yöntemiyle verilen emzirme eğitim metodu uygulama rehberi. *Ankara, Vize Yayıncılık*, s. 5-18.
- Kul Uçtu A, Özerdoğan N. (2020) Emzirme eğitiminde öğrendiğini anlat (teach-back) yönteminin kullanımı. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 23(1), 162-168.
- Lau Y, Htun TP, Tam WS, Klainin-Yobas P. (2016). Efficacy of e-technologies in improving breastfeeding outcomes among perinatal women: a meta-analysis. *Maternal & Child Nutrition*, 12(3), 381-401.
- Lee YH, Chan GL, Chang HY. (2019). Effects of education and support groups organized by IBCLCs in early postpartum on breastfeeding. *Midwifery*, 75, 5-11.
- Lewkowitz AK, López JD, Stein RI, Rhoades JS, Schulz RC, Woolfolk CL et al. (2018). Effect of a home-based lifestyle intervention on breastfeeding initiation among socioeconomically disadvantaged African American women with overweight or obesity. *Breastfeeding Medicine*, 13(6), 418-425.



- Martinez-Brockman JL, Harari N, Segura-Pérez S, Goeschel L, Bozzi V, Pérez-Escamilla R. (2018). Impact of the lactation advice through texting can help (latch) trial on time to first contact and exclusive breastfeeding among WIC participants. *Journal Of Nutrition Education and Behavior*, 50(1), 33-42.
- Morony S, Weir KR, Bell KJ, Biggs J, Duncan G, Nutbeam D. ve ark. (2018). A stepped wedge cluster randomised trial of nurse-delivered Teach-Back in a consumer telehealth service. *Plos One*, 13(10), e0206473.
- Quinn EM, Gallagher L, Vrie J. (2019). A qualitative exploration of breastfeeding support groups in Ireland from the women's perspectives. *Midwifery*, 78, 71-77.
- Rojjanasirirat W, Nelson EL, Wambach KA. (2012). A pilot study of home-based videoconferencing for breastfeeding support. *Journal of Human Lactation*, 28(4), 464-467.
- Shorey S, Ng YPM, Ng ED, Siew AL, Morelius E, Yoong J. ve ark. (2019). Effectiveness of a technology-based supportive educational parenting program on parental outcomes (part 1): randomized controlled trial. *Journal Of Medical Internet Research*, 21(2), e10816.
- Swerts M, Westhof E, Bogaerts A, Lemiengre J. (2016). Supporting breast-feeding women from the perspective of the midwife: A systematic review of the literature. *Midwifery*, 37, 32-40.
- Şatır G, Çelik M, Kemhacıoğlu M. (2017). Emzirme döneminde olan annelerin bebek besleme alışkanlıkları ve bunları etkileyen faktörler. *SDÜ Tıp Fakültesi Dergisi*, 24(3), 60-66.
- Şengün F, Üstün B, Bademli K. (2013). Türkiye'de kuram/modele dayalı hemşirelik araştırmalarının incelemesi. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 16(2), 132-139.
- Şimşek MŞ, Çelik A, Akgemci T. (2015) Davranış Bilimlerine Giriş ve Örgütlerde Davranış, Konya, Eğitim Yayınevi, s. 59.
- Türkiye Nüfus Sağlık Araştırması (TNSA). 2013 Ana Raporu. Erişim tarihi: 20.04.2020, [http://www.hips.hacettepe.edu.tr/tnsa2013/rapor/TNSA\\_2013\\_ana\\_rapor.pdf](http://www.hips.hacettepe.edu.tr/tnsa2013/rapor/TNSA_2013_ana_rapor.pdf).
- Türkiye Nüfus Sağlık Araştırması (TNSA). 2018 Ana Raporu. Erişim tarihi: 20.04.2020, [http://www.hips.hacettepe.edu.tr/tnsa2018/rapor/TNSA2018\\_ana\\_rapor.pdf](http://www.hips.hacettepe.edu.tr/tnsa2018/rapor/TNSA2018_ana_rapor.pdf).
- Ugurlu M, Yavan T. (2016). The effectiveness of breastfeeding education: An integrative review. *Journal of Behavioral Health*, 5(4), 182-190.
- Uscher-Pines L, Ghosh-Dastidar B, Bogen DL, Ray KN, Demirci JR, Mehrotra A. ve ark. (2019). Feasibility and effectiveness of telelactation among rural breastfeeding women. *Academic Pediatrics*, 20(5), 652-659.
- United Nations International Children's Emergency Fund (UNICEFa). From the first hour of life. Making the case for improved infant and young child feeding everywhere 2020. Erişim tarihi: 23.06.2020, <https://www.unicef.org/press-releases/why-family-friendly-policies-are-critical-increasing-breastfeeding-rates-worldwide>.
- United Nations International Children's Emergency Fund (UNICEFb). From the first hour of life. Making the case for improved infant and young child feeding everywhere 2020. Erişim tarihi: 23.06.2020, [https://www.unicef.org/nutrition/index\\_100585.html](https://www.unicef.org/nutrition/index_100585.html).
- United Nations International Children's Emergency Fund (UNICEFc). From the first hour of life. Making the case for improved infant and young child feeding everywhere 2020. Erişimtarihi: 23.06.2020, <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/326049/WHO-NMH-NHD-19.22-eng.pdf>.
- World Health Organization (WHO). Breastfeeding 2020. Erişim tarihi: 09.04.2020, [https://www.who.int/healthtopics/breastfeeding#tab\\_1](https://www.who.int/healthtopics/breastfeeding#tab_1).
- Yılmaz C, Taşpınar A. (2016). Doğum sonrası erken dönemde ebeveynlere verilen emzirme eğitiminin bebeklerin ilk altı ay anne sütü alma durumuna etkisi. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 6(3), 25-34.