

DERLEME MAKALE

COVID-19 Pandemi Sürecinde Emziren Annelere ve Emzirme Hemşirelerine İnsan Bakım Kuramı Temelli Yaklaşım

 Gamze DURMAZOĞLU¹  Merlinda ALUŞ TOKAT²  Hülya OKUMUŞ³

¹Dr., İzmir Bozyaka Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Doğum ve Kadın Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı, İzmir, Türkiye.

²Doç. Dr., Dokuz Eylül Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Doğum ve Kadın Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı, İzmir, Türkiye.

³Prof. Dr., Dokuz Eylül Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Doğum ve Kadın Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı, İzmir, Türkiye.

Öz

COVID-19 pandemi sürecinde emzirmenin anne ve bebek açısından güvenliği en sık merak edilen konulardandır. Uluslararası kılavuzlar, annelerin COVID-19 olsun veya olmasın, uygun önlemlerle emzirmeye devam edilmesini önermektedir. Bu makalenin amacı pandemi sürecinde emzirmeyi sürdürmek ve desteklemek için İnsan Bakım Kuramı'na (İBK) dayalı bir uygulama örneği oluşturmaktır. Pandemi sürecinden olumsuz etkilenen annelerin hem kendisi hem bebeği için kaygı düzeyi normal zamana göre daha yüksektir. Bu nedenle emzirme hemşiresi annenin duygu ve düşüncelerini açığa çıkarmasına yardımcı olurken bu ilkelere uygun, ahlaki ve etik sorumluluklarının bilincinde davranmaya çalışmalıdır. Emzirme hemşiresi, anneye emzirme sırasında destek olurken, İBK'nın iyileştirici süreçlerinden biri olan sevgi temelli yaklaşımları kullanarak, annelerin COVID-19'a ilişkin endişelerini azaltacak, anne rahatlayacak ve emzirme olumlu yönde etkilenecektir. Hemşirenin hem anneye hem de kendisine karşı merhamet, şefkat ve sevgi dolu yaklaşımları, iyileştirici hemşireliğin bir parçasıdır. Pandemi döneminde emzirmenin başlatılıp sürdürülmesini ve sağlık profesyonellerinin motivasyonunu olumlu yönde etkileyecek, karşılıklı iyileşmeyi sağlayacak olan iyileştirici yaklaşımların kullanılmasının yararlı olacağı düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Emzirme, Pandemi, Hemşire, İnsan Bakım Kuramı.

Abstract

Human Caring Theory-Based Approach To Breastfeeding Mothers And Lactation Consultant During The Covid-19 Pandemic Process

During the COVID-19 pandemic, safety of breastfeeding is one of the most frequently asked issues for mother and her baby. International guidelines recommends initiate or continue to breastfeed in this process. The purpose of this article is create an application example based on the Human Caring Theory (HCT) to sustain and support breastfeeding during the pandemic process. The anxiety level of the mothers who are adversely affected by the pandemic process is higher for both themselves and their babies compared to the normal time. Therefore, Lactation Consultant Nurse should try to act in accordance with these principles and be aware of her moral and ethical responsibilities while helping the mother to reveal her feelings and thoughts. During the support of breastfeeding, protective measures should also be followed. While the breastfeeding nurse will support the mother during breastfeeding, using love-based approaches, one of the HCT improvement processes, will reduce mothers' concerns about COVID 19, the mother will be relieved and breastfeeding will be positively affected. Nurses' compassionate, affectionate and loving approaches to mother and herself are part of caritas nursing. It is thought that it would be beneficial to start and continue breastfeeding during pandemic period and to use caritas processes that will positively affect the motivation of health professionals and ensure mutual healing.

Keywords: Breast-feeding, Pandemic, Nurse, Human Caring Theory.

Geliş Tarihi / Received: 09.09.2021 **Kabul Tarihi / Accepted:** 20.06.2022

Correspondence Author: Gamze Durmazoğlu, PhD, İzmir Bozyaka Eğitim ve Araştırma Hastanesi, İzmir, Türkiye.

E-Mail: gzm2805@hotmail.com, Telefon: +90 535 857 41 37.

Cite This Article: Durmazoğlu G., Tokat Aluş M., Okumuş H., Covid-19 Pandemi Sürecinde Emziren Annelere ve Emzirme Hemşirelerine İnsan Bakım Kuramı Temelli Yaklaşım, Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Elektronik Dergisi. 2022; 15(4): 568-581.

Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Elektronik Dergisi published by Cetus Publishing.



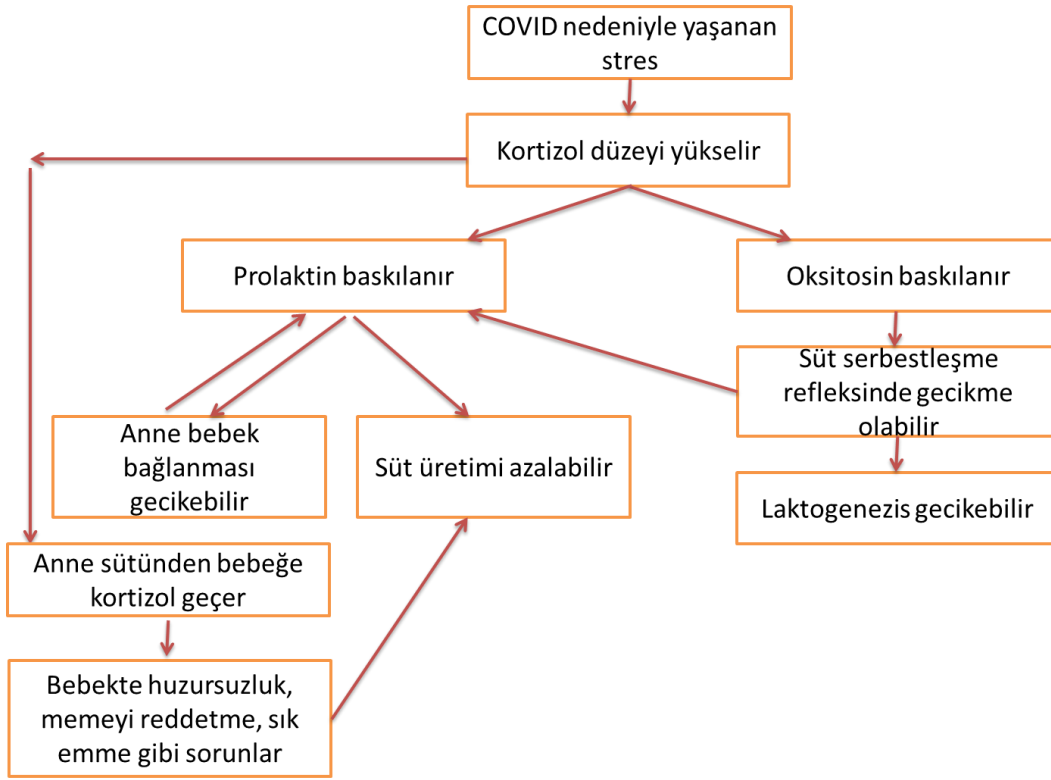
Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Elektronik Dergisi 2021 Open Access. This article is distributed under the terms of the Creative Commons Attribution 4.0 International License

Giriş

Pandemiler bir kıta veya tüm Dünya'ya yayılan ve etkisini gösteren salgın hastalıklardır. Günümüzde Dünya SARS-CoV-2 (COVID-19) koronavirüs adlı salgın bir hastalığın, etkisi altındadır (Zhou vd., 2019; Zhu vd., 2019). Ocak 2020'de Dünya Sağlık Örgütü COVID-19 salgınını uluslararası ve endişe verici bir halk sağlığı acil durumu olarak ilan etmiştir (Walls vd., 2020). COVID-19 kişiden kişiye yakın damlacık yoluyla bulaşan viral bir hastalıktır. Enteral yoldan, konjonktival mukozadan veya damlacıklar ile kontamine olan çevresel yüzeyler ile temas sonrası da COVID-19 insandan insana bulaşmaktadır (Davano vd., 2020).

Bu salgın sürecinde emzirmenin güvenliği en sık merak edilen konular arasında yer almıştır (Davano vd., 2020). Anne sütü, bebekler için en iyi beslenme kaynağıdır ve onları hastalıklara karşı korur. Ancak anneler COVID-19'un (koronavirüsün) anne sütünden geçip geçmeyeceği ve bebeklerini korumak için neler yapabilecekleri konusunda endişeler yaşamaktadır (UNICEF, 2020). Uluslararası kılavuzlar, emziren annelerin COVID-19 olsun veya olmasın, uygun önlemlerle emzirmeye devam edilmesini önermektedir (International Lactation Consultant Association, 2020). Solunum yolu ile bulaşan virüslerin anne sütü ile bulaşabileceğini gösteren kanıt yoktur. Gebeliğin üçüncü trimesterinde COVID-19 pozitif olan dokuz anne üzerinde retrospektif olarak yürütülen bir çalışmada COVID-19 enfeksiyonunun intrauterin bulaş potansiyeli değerlendirilmiştir. Amniyotik sıvıda, kordon kanında ve anne sütünde SARS-CoV-2 varlığı negatif olarak değerlendirilmiştir (Chen vd., 2020). Virüs ancak emzirme sırasında solunum damlacıkları yoluyla anneden bebeğe bulaşabilmektedir. Bu nedenle annenin koruyucu önlemlere çok özen göstererek emzirmeye devam etmesi önerilmektedir (Canadian Paediatric Society, 2020; The Royal College of Midwives and Royal College of Obstetricians & Gynaecologists, 2020).

Hormonal bir süreç olan emzirme çevresel birçok faktörden olumlu veya olumsuz yönde etkilenebilir. Enfeksiyonu bulaştırma kaygısıyla bebeğini emzirme, annenin stres hormonlarını (kortizol) artırarak laktasyonun gerçekleşmesi için gereken prolaktin ve oksitosinin salgısını azaltacaktır. Ayrıca anne sütünden bebeğe geçen kortizol, emzirmeyi engeller, memeyi reddetme veya sık emme gibi sorunlara neden olacaktır (Şekil 1) (Tatarlar ve Tokat, 2016). Emzirmeyi COVID sürecinde sağlıklı bir şekilde sürdürebilmek için enfeksiyonun bulaşı kadar, anneyi bu süreçte rahatlatarak güvende hissetmesini sağlamak çok önemlidir. Bu durumda kliniklerde ve aile sağlığı merkezlerinde görev yapan emzirme hemşireleri annelere uygun bakım davranışları sunarak bu süreci sağlıklı bir şekilde desteklemelidirler.



Şekil 1. Stresin Hormonlar ve Laktasyonla İlişkisi

Pandemi dönemi, tüm bu kaygılar nedeniyle, COVID-19 pozitif veya riskli anneler için emzirip emzirmemeye karar verme sürecinde zorluk yaşayabilecekleri bir dönemdir. Bu süreçte sağlık profesyonelleri terapötik ilişkiyi geliştirerek aileleri yargılamadan desteklemek ve emzirme oranlarını istendik düzeyde sürdürmek için yardımcı olmalıdır (Munro, Buckett, Sou, Bansback, ve Lau, 2019). Anne sütü ve emzirmenin anne, bebek ve toplum için fizyolojik, psikolojik ve ekonomik yönden birçok yararı olduğundan özellikle toplumun genel sağlığını bozan durumlarda annelerin normal süreçlere göre daha fazla desteklenmeye gereksinimleri olması nedeniyle emzirme hemşirelerinin de anneleri desteklemek için daha özenli olmaları gerekmektedir (Özkara, Fidancı, ve Yıldız, 2016; Victora, 2016). Pandemi süreci ile ilişkili olarak postpartumdönemdeki annelerin güçlüklerle başetmelerini güçlendirmede ve duygularını ifade etmelerini sağlamada hemşirenin sevgiye dayalı bakım verici davranışları oldukça önemlidir.

Watson'ın İnsan Bakım Kuramı (İBK), bakımın kişilerarası ilişkiler yoluyla iyileştirme gücünün varlığına inanılması gerektiğini vurgulamaktadır (Sitzman ve Watson, 2018). Ayrıca bu kuram sevginin gücüne odaklanır (Clark, 2016). İBK bu özellikleri nedeniyle obstetri hemşireleri tarafından tercih edilen bir kuramdır (Boz ve Duman, 2021; Durmazoğlu, Yenal ve Okumuş, 2016).

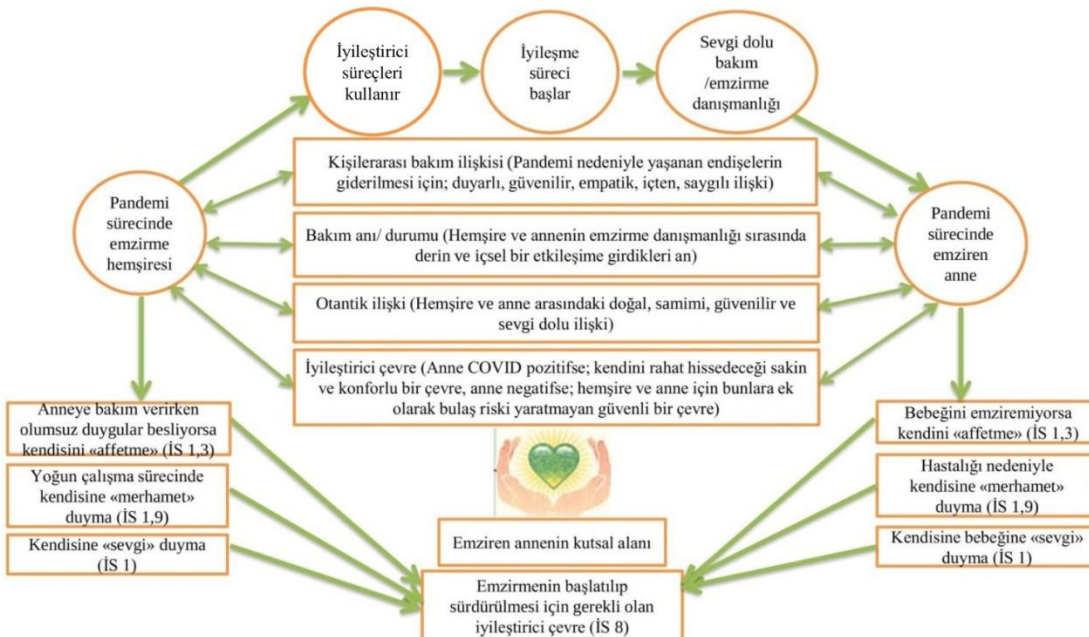
Yapılan bir çalışmada; sağlık profesyonellerinin emzirme problemi yaşayan annelere yeterli yardım, destek ve ilgi gösteremedikleri, annelerin bu dönemde saygı, empati, samimiyet, anlayış, güven ve yardım bekledikleri belirlenmiştir (Durmazoğlu vd., 2016). Pandemi sürecinde oldukça yoğun çalışan

sağlık profesyonellerinin özellikle emzirme desteği bekleyen annelerin ihtiyaçlarına hassasiyetle cevap verebilmeleri zaman zaman zorlaşmaktadır. Bu hassas dönemde sağlık profesyonellerinin emziren annelere yaklaşımlarına rehberlik edecek bir çalışmaya rastlanmamıştır. O nedenle bu makalenin amacı COVID-19 pandemi sürecinde emzirmeyi sürdürme ve desteklemede, anneler ve emzirme hemşireleri için İBK'ı doğrultusunda sevginin gücüne dayalı bir yaklaşımın nasıl kullanılacağına ilişkin bir uygulama örneği oluşturmak, emzirme hemşirelerinin mesleki gelişimine katkı sağlamaktır.

Gelişme

Watson'ın İnsan Bakım Kuramı

Hemşirelik, insan varlığının bütünlüğünü anlamaya ve korumaya, topluma ve insanlığa şefkatli ve bilgili insan bakımı sunmaya çalışan ömür boyu bakım ve iyileşme yolculuğudur (Watson, 2009). Bu yolculukta mesleki deformasyonlar gelişmiş ve hemşirelik; teknolojik ve görev odaklı, biyomedikal uygulamalara önem veren, kurumsal talepler ve ağır hasta yükü arasında kalmış bir meslek haline gelmiştir (McMillan, 2017). Kuramda sevgi en önemli iyileşme kaynağıdır ve sevgi temelli yaklaşımlar hemşireliği girişimsel ve tıbbi odaklı bir meslek olmaktan kurtarmaktadır diye belirtilmektedir (Watson, 2003). Sevgiyi ve kalp merkezli merhameti şekillendirmek için hemşire ve birey arasında otantik (doğal, samimi, güvenilir ve sevgi dolu, yargılayıcı olmayan) bakım- iyileştirme ilişkisini derinleştirmek gerekir. Watson bakım ve sevgi arasındaki bağlantıları iyileştirici süreçler (İS) ile geliştirmiştir (Boz, 2020). İnsan Bakım Kuramı'nın temel yapısını oluşturan kavramlar; kişilerarası bakım ilişkisi, bakım durumu ve bakım anı ve iyileştirici süreçlerdir (Şekil 2) (Watson, 2018).



Şekil 2. Watson'ın İnsan Bakım Kuramı'na Göre Anneye ve Emzirme Hemşiresine Sevgiye Dayalı Yaklaşım Haritası (23)

Şekil 2’de İnsan Bakım Kuramı’nın temel yapısını oluşturan kişilerarası bakım ilişkisi, bakım durumu ve bakım anı ve iyileştirici süreç kavramları ilişkilendirilerek, bakım, anne, emzirme hemşiresi arasındaki süreçler açıklanmaktadır. Pandemi sürecinde İnsan Bakım Kuramı’nın temel yapısını oluşturan kavramlar doğrultusunda sunulan bakım ile emzirme hemşiresi emziren annenin kutsal alanına girmeyi başarabilir. Böylece iyileştirici süreçlerin kullanımı ve sevgi dolu bir bakım ile bakım anı hem emzirme hemşiresi hem de anne için iyileştirici olabilir. Çünkü sevgiye dayalı yaklaşım ile bakım anında kurulan kişilerarası bakım, otantik ilişki emzirme hemşiresi ve annenin pandemi nedeniyle yaşanan endişelerini giderecektir.

Kişilerarası bakım ilişkisi, hemşire ve birey arasındaki bilimsel, profesyonel, etik, estetik, yaratıcı ve kişiselleştirilmiş ilişkiyi ifade eder. *Bakım durumu* hemşire ve bireyin eşsiz yaşam deneyimleri ve varoluşsal alanlarında şefkat dolu bir alan oluşturulmasıdır. *Bakım anı* hem hemşire hem de birey için nasıl bir iletişim kuracaklarını belirleyen andır. *Watson iyileştirici süreçleri (İS)*, hemşireler ve diğer bireylere bu kuramın yapısını, bakım durumu ve bakım anını uygulamada kullanabilecekleri bir rehber oluşturabilmesi için hazırlamıştır (Sitzma, 2018). Pandemi sürecinde bu kurama dayalı yaklaşımların uygulamada kullanımı için emzirme hemşiresinin bakım bilincine ilişkin farkındalık oluşturulmalıdır. *Bakım davranışları*; bakım sırasında kullanılan kelimeleri, düşünceleri, duyguları, hareketleri, beden dilini, dokunuşları, bilgiyi kapsar. Emzirme hemşiresinin anne ile bakım anında açık ve ulaşılabilir olması, anneye dokunması, otantik ilişki kurması, göz teması kurması, annenin rahatını sağlaması, gülümsemesi bakım davranışlarıdır (Kol ve Boz, 2020).

COVID 19 Pandemi Sürecinde Emziren Anne Olmak ve Sevgi Temelli Yaklaşım

Kişilerarası Bakım İlişkisi

Kişilerarası bakım ilişkisi anne ve emzirme hemşiresinin karşılıklı etkileşime geçmesiyle başlar (Watson, 2006). Bu etkileşim sürecinde emzirme hemşiresi anne ile duyarlı, uyumlu, saygılı, sevgiye dayalı, güvenilir bir bakım ilişkisi içinde olmalıdır. Pandemi sürecinden olumsuz etkilenen annelerin tıpkı emzirme problemleri ile baş etmeye çalışan anneler gibi bu ilişkinin empatik, samimi ve içten olmasını bekleyecekleri düşünülmektedir (Clark, 2016). O nedenle emzirme hemşiresi annenin duygu ve düşüncelerini açığa çıkarmasına yardımcı olurken bu ilkelere uygun, ahlaki ve etik sorumluluklarının bilincinde davranmaya çalışmalıdır. COVID 19 tanısı almış ya da pandemi sürecinden etkilenmiş annenin yaşadığı korku, endişe ve güçlüklerle baş etmesine yardımcı olmak, uygun göz teması kurarak etkin dinlemek, annenin emzirme ile ilgili alacağı kararlarda ona rehberlik ederek kararlarına saygılı olmak kişilerarası bakım örnekleridir. Kişilerarası bakım ilişkisinin kurulmasıyla annenin COVID-19 nedeniyle yaşadığı özel deneyimleri, hissettiği öznel duyguları, düşünceleri daha kolay açığa çıkabilir (Boz, 2018; Kabasakal ve Kitiş, 2021).

Pandemi sürecinde, emziren anneler, hastanelere gidip danışmanlık almak yerine internet kullanarak emzirme eğitimi gereksinimlerini karşılamayı tercih etmektedirler (Brown ve Shenker, 2021). Senkron eğitimlerde emzirme danışmanı anne ile ekran aracılığıyla da olsa yüz yüze gelir. Bu durumda

kişilerarası ilişkide olması gereken duyarlılık, saygı, samimiyet gibi davranışlar sürdürülmelidir. Asenkron eğitimlerde ise daha önceden hazırlanan videoların çekimlerinde bu ilkelere uygun davranışlar sergilenmelidir. Örneğin gülümseme, yumuşak ses tonu ve samimi konuşmalar sürdürülmelidir.

Bakım Anı/Bakım Durumu

Bakım anı/durumu, emzirme hemşiresinin insani yönünü içerir ve iyileşmeyi güçlendirir (Ozan ve Okumuş, 2017). İyileşme, hemşire ve anne arasında içsel bir bağlantı kurulduğu/gerçekleştiği andır. Bu bağ ancak emzirme hemşiresinin anneyi dinlemesi, varlığını hissettirmesi ve annenin duygularını ifade etmesiyle gerçekleşir (Watson, 2006). Bakım anı/durumu emzirme hemşiresi ve emziren anne için derin ve içsel bir etkileşimin olduğu, hemşirenin anne ile bir araya geldiği, bakım için fırsat oluşturan yer ve zamandır. Bakım anında/durumunda iki farklı birey olan ve anne ve hemşire kalpten gelen bir samimiyetle yeni keşiflerine başlarlar (Ozan ve Okumuş, 2017). Örneğin, emzirme hemşiresinin danışmanlık vermek için annenin odasında bulunduğu an bakım anıdır. Online destek programlarında ise emzirme hemşiresinin ekranda anneye karşılaştığı an bakım anıdır. Asenkron eğitimlerde anneye “ben buradayım” mesajını vermek önemlidir. Anne her ne kadar önceden hazırlanmış olan videoları izlese de emzirme hemşiresinin videolarda verdiği sözsüz mesajlardan; mimiklerinden, bakışlarından, duygularından etkilenecektir.

İyileştirici Süreçler

COVID sürecinde emzirmenin desteklenmesi sırasında aynı zamanda koruyucu önlemlere de uyulması gereklidir. Bu uygulamaların annede güven duygusunu geliştireceği, annelerin gereksinimlerine göre sevgi temelli yaklaşımlar ile birleştiğinde, COVID 19'a ilişkin endişeleri azaltacağı, emzirme sırasında fiziksel ve duygusal olarak rahatlayacakları ve emzirme başarısının sağlanacağı düşünülmektedir. Bu nedenle pandemi sürecinde emziren annelere verilen danışmanlık hizmetlerinde iyileştirici süreçleri temel almak önemlidir.

İS 1. İnsancılık-adanmışlık değerler sistemi: İnsancıl değerler arasında iyilik, empati, ilgi, kendine ve başkalarına karşı sevgi dolu yaklaşımlar bulunur. Bu değerler bireylerin çocukluk deneyimlerinden kaynaklanırlar ve inançlar, kültürler ve sanatla güçlendirilirler (Perkins, 2021). COVID-19 tanısı almış/almamış emzirme dönemindeki bir anneye bakım verme sürecinde bu değerler sistemine uygun bakım davranışları göstermek çok önemlidir. Emziren anneyi desteklemede primer olarak ele alınması gereken konulardan biri anneyi ve bebeğini enfeksiyondan korumaktır (Perkins, 2021). Fakat emzirme hemşiresi annede maske gibi mekanik bazı bariyerler olsa da bebeği ile göz iletişimi sağlamak, eline dokunmak, okşamak yolu ile sevgi odaklı bir iletişim sağlayabileceğini vurgulamalıdır.

Anne COVID-19 tanısı almış ve hastanede tedavi görüyorsa emzirip emziremeyeceği anne ve sağlık ekibinin değerlendirmesine bağlıdır (Center for Disease Control, 2019). Sağlık ekibi emzirmenin sürdürülmesi gerektiğini düşünüyorsa anneye tüm açıklamalar yapıp, annenin tüm soruları yanıtlanıp, endişeleri giderildikten sonra emzirme kararı anneye bırakılmalıdır. Bu süreçte annenin emzirme

konusunda sadece uygulama desteğine değil, duygusal desteğe de ihtiyacı vardır. Bu nedenle emzirme hemşiresi annenin emzirmeye ilişkin yetenek ve becerilerini onurlandırarak, pandemi nedeniyle evinden çıkma konusunda kaygılı olan annenin bilgi ve danışma ihtiyaçlarını sevgi temelli uzaktan eğitim sistemleri ile karşılamalıdır. Online danışmanlık verdiğimiz bir anne isterse emzirme sırasında kamerasını açabilir, istemezse videosunu göndererek, emzirmesinin ve bebeği ile iletişiminin emzirme hemşiresi tarafından değerlendirilmesini sağlayabilir.

İS 2. İnanç- umut: İnanç-umut faktörüne göre, bireylerin inançları, sağlığın geliştirilmesi ve sürdürülmesinde etkilidir. Emziren anneler, emzirme sorunu olduğu zaman hemen umutsuzluğa kapılırlar. Böyle durumlarda annelerin inançlarına saygı göstererek, umudu desteklenmeli, emzirme konusunda cesaretlendirilmelidir (Perkins, 2021). Emzirme hemşiresi annenin yanında olarak onu dinlemeli, emzirmeye ilişkin umudunu güçlendirmelidir. Online emzirme eğitim programlarında da anne ile otantik bir iletişim ortamı oluşturularak emzirme konusunda inanç ve umut aşılmalıdır (Hull, Kam, ve Gribble, 2020; ILCA, 2020). Düzenli emzirme çizelgesi tutmanın önemi ve bu çizelgelerde emzirme sıklığı ve süresini değil, her emzirmeden sonra kendisi ve bebeğinin duygusu, huzuru, gülümsemesi gibi duygularını not almasının yararlarının açıklanması, annenin emzirmeye ilişkin olumlu duygularını geliştirerek umudunu arttırabilir.

İS 3. Duyarlılık: Bireylerin kendilerine ve başkalarına karşı duyarlılık geliştirmesinin tek yolu, duygularını tanıması ve kabul etmeleridir. Bireylere karşı duyarlı olan hemşireler, onların rahatı ve iyileşmesi için yardımda bulunabilirler (Perkins, 2021). COVID-19 tanısı almış anne için alınacak önlemlerde duyarlılık faktörüne uygun yaklaşımlarda bulunulması bakımın tamamlayıcılarından. Sadece maske, hijyen ve mesafe kurallarına uymak anne için psikolojik olarak zorlayıcı olabilir (Australian Breastfeeding Association, 2020; CDC, 2020). Emzirme hemşiresi anneyi içtenlikle dinlemeli, kendisini ve duygularını ifade etmesine yardımcı olmalıdır. Daha sonra bu süreçte bebeğiyle bağ kurma yolları öğretilmelidir. Örneğin, annenin emzirmesine karar verilirse, bebeğini emzirirken öpmemeli fakat hijyen kurallarına uyararak elini okşayabilmeli, bebeğin beşiği ile anne yatağı arasında en az iki metre mesafe olsa da göz iletişimini sürdürmeli, damlacıkları arttırmayacak alçak sesle bebeği ile konuşmalı veya sesini kayıt ederek dinletmelidir (Durmazoğlu vd., 2020; CDC, 2020; Australian Breastfeeding Association, 2020).

İS 4. Yardım-güven ilişkisi: İnsan bakım ilişkisi kişilerarasıdır. Bu nedenle bakım sırasında hemşire ve bireyler birbirlerinin deneyimlerini paylaşırlar. Yardım-güven ilişkisi kişilerarası süreçte hemşire ve bireylerin birbirlerini anlamalarını sağlar. Böylece bakım alan birey kendini güvende hisseder (Kabasakal ve Kiti, 2021; Ozan ve Okumuş, 2017; Perkins, 2021). Pandemi sürecinde emzirme desteğine ihtiyacı olan annelerin, kaygı ve streslerini yönetmeye yardımcı olmak için öncelikle ebe ve hemşirelere güven duyma ihtiyacı duydukları belirlenmiştir (Hull, Kam, ve Gribble, 2020). Yardım-güven ilişkisinin kurulması ile COVID-19 tanılı anne hemşireye güven duyar ve duygularını paylaşabilmesi kolaylaşır. Bu

da annenin tedaviye uyumunu sağlayarak iyileşme sürecini hızlandırabilir. Bu süreçte anneye bebeğini emzirebileceği söylense de anne hala emzirmenin güvenliği konusunda endişeli olabilir. Bu nedenle emzirme hemşiresi otantik bakım davranışları ile bu alanda profesyonel olduğunu anneye hissettirerek güven kazanmalıdır.

İS 5. Olumlu ve olumsuz duyguların ifadesi: Uygun bir şekilde dinleme, anlama, iyileştirici bir çevre oluşturma, uygun desteklerden yardım alma duyguların ifadesini kolaylaştırmaktadır (Perkins, 2021; Erbay, Yıldırım, Fadıloğlu, ve Aykar, 2018). Emzirme sürecinde COVID-19 tanısı almış veya almaktan korkan anne için duyguların ifade edilmesinin çok önemli olduğu düşünülmektedir. Emzirme hemşiresi anneleri dinleyerek olumlu duygularını desteklemeli, olumsuz duygularıyla baş etmesi için alternatif seçenekler sunabilmelidir. Emziren anne COVID-19 tanısı almamış olsa bile, hastalanma korkusu ve bebeğine bulaş riski onu endişelendiriyor olabilir. Anne korkularını ifade ettikten sonra, emzirme hemşiresi anne sütünün koruyuculuğu, anne bebek ilişkisini sürdürmenin yollarını anlatarak annenin olumlu duygularını pekiştirmelidir. Anneyi desteklemek için; olumlu deneyim yaşayan annelerin öyküleri, ses kayıtları gibi uygulamalar da dinletilebilir.

İS 6. Problem çözme: COVID-19 tanılı emziren anneler ile yapılan bir çalışmada; anneler sağlık profesyonellerinin yanlarına gelmek istemediğini düşünerek sorunlarını telefonla veya bir odanın diğer ucundan tanımlamak zorunda kaldıklarını, bebeğin meme ucunu kavrayamadığı durumlarda, kendilerini destekleyecek sağlık personelleri ile daha yakın olmak istediklerini belirtmişlerdir (Brown ve Shenker, 2020). Emzirme hemşiresi anne ile açık iletişim içinde bulunmalı, enfeksiyon ilkelerine dikkat edildiği konusunda güven vermelidir. Emzirme hemşiresinin ses tonu, kendinden emin davranışları annenin güvenini kazanır ve problemlerin çözümünü sağlayabilir. Yüz yüze desteği uygun bulmayan anneler online destek programlarına yönlendirilmelidir. Annenin tercihlerine saygılı, samimi ve anlayışla yaklaşılmalıdır.

İS 7. Öğrenme- öğretme: Öğrenme-öğretmede bireyin bilgiyi almaya hazır oluşu ve zamanlama önemlidir (Ozan ve Okumuş, 2017). COVID-19 tanısı almış annenin öğrenme isteği, bilgi düzeyi ve anlama kabiliyeti olduğu gibi kabul edilerek anneye uygun bireysel yöntemlerle eğitim verilmelidir. Emzirme hemşiresi emzirme sırasında anneyi desteklemek için kendisine yaklaştığı sırada anne kaygılanabilir, anne o anda emzirme hemşiresini dinlemekte zorluk çekebilir. Online destek programlarında; asenkron programlarda eğitim videoları hazırlanarak emzirme ya da süt sağma gibi uygulamaları annelerin izlemesi sağlanmalıdır. Senkron programlarda ise; emzirme hemşiresi iyileştirici süreçler ışığında uygulamaları yaparak anneye anlatmalı, emzirme eğitiminde uygulanması önerilen öğrendiğini anlat yönteminin kullanımı ile annenin öğrendiklerini anlatması ve uygulama yapması sağlanmalıdır (Ghiasvand, Riazi, Hajian, Kazemi, ve Firoozi, 2017; Kul Uçtu, 2020).

İS 8. İyileşme çevresi: İyileşme çevresi oluşturulmasının amacı kaliteli bakım ve şifa sağlamaktır. İyileşme çevresi oluşturmak için gerekenler ise; konfor, gizlilik, güvenlik, temizlik,

estetiktir. Bu temel özelliklerin yanında; görselleştirme, gevşeme, müzik-ses, dokunma, sanat vb. tekniklerin kullanımı ile çevre düzenlemesi tamamlanmalıdır (Perkins, 2021; Aktaş, Arabacı, ve Dülgerler, 2020). İyileşme çevresi oluşturmak, her durumda geçerlidir. Pandemi sürecinde de tanı alan, almayan ya da yakınları tanı alan her birey için önemlidir. Bu süreçte emziren annelerinde hem kendileri hem bebekleri için kaygı düzeyleri çok yüksektir. Emziren anneler de çok iyi bir tanılama yaptıktan sonra gerekli iyileşme çevresi oluşturulmalıdır. Öncelikle annenin alışkanlıkları, gelenekleri ve hoşlandığı çevresel özellikler öğrenilmelidir. Ardından çevre annenin isteği ve koruyucu önlemler doğrultusunda ruhsal ve duygusal açıdan konforlu bir şekilde düzenlenmelidir. Annenin odası ısı, ışık, nem, koku vb. açılardan değerlendirilmelidir. Online emzirme danışmanlıklarında da iyileştirici çevre oluşturmak için; mutlu anne-bebek görüntüleri ve meditasyon metinlerinde dinlendirici müziklerin kullanılması uygun olacaktır. Ayrıca online öğretim etkinliklerinde motivasyonun sürdürülebilirliği ve mesajın tam olarak iletilmesinde renk seçiminin ve görsellerin de etkinliği unutulmamalıdır (Aktaş, Arabacı, ve Dülgerler, 2020; Perkins, 2021).

İS 9. Gereksinimlere yardım: Annelere bakım verme sırasında fiziksel ve ruhsal gereksinimleri belirlenmeli ve karşılanmalıdır. Pandemi sürecinde anneler aile, akran desteği ve sosyal ilişkilerin sınırlı olması nedeniyle fiziksel ve ruhsal gereksinimlerinin karşılanmasında güçlük yaşayabilirler. Bu nedenle emzirme hemşireleri annede bütüncül bir yaklaşımla fiziksel ve ruhsal rahatlık sağlayarak hem yüz yüze hem de online olarak profesyonel emzirme danışmanlığı sunmalıdır.

COVID-19 Sürecinde Emzirme Hemşiresi Olmak ve Bakım Davranışları

Emzirmeyi destekleme süreci anne ile hemşire arasında yakın teması gerektiren bir süreçtir. Bu süreçte annenin kaygılanmamasının ve rahat hissetmesinin önemi kadar emzirme hemşiresinin de kendini güvende hissetmesi önemlidir. Pandemi sürecinde emzirmeye destek olmak için COVID tanılı anne veya riskli anneye yakın temasta olmak hemşireyi de bulaş riski nedeniyle kaygılandırabilir. Bu nedenle sevgiye dayalı yaklaşım sadece emziren anneye değil yöneticileri tarafından emzirme hemşirelerine de uygulanmalıdır.

İBK'na göre bakım bilincine sahip olan kalp merkezli bakım veren hemşire "İyileştirici Hemşire"dir. İyileştirici hemşire, kendi ve bireyin ruhuyla bağlantı kurar, annenin pandemiye yönelik kaygılarını anlayabilir (Durgun Ozan, 2020). Emzirme hemşiresinin anne ve bebeğine kendi kaygılarını yansıtmadan hem de anneyi rahatlatarak bakım sağlayabilmesi için iyi hazırlanmış olması gerekir. Emzirme hemşiresinin hem anneye hem de kendisine karşı merhamet, şefkat ve sevgi dolu yaklaşımları, iyileştirici hemşireliğin bir parçasıdır (Leone-Sheehan, 2021). O nedenle hemşireler kendilerini iyileştirebilmek için de iyileştirici uygulamaları kullanmalıdırlar.

Bakım davranışları kelimeleri, düşünceleri, duyguları, hareketleri, jestleri, beden dilini, dokunuşları ve bilgiyi içermekle birlikte; bakım anında varlığını sunmak, orada hazır bulunmak, açık ve ulaşılabilir olmak, dokunmak, otantik dinlemek, kabul etmek, rahatlığı sağlamak ve gülümsemek bazı Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Elektronik Dergisi <https://dergipark.org.tr/tr/pub/deuhfed>

bakım davranışı örnekleridir. Bu davranışları içselleştiren emzirme hemşiresi bakım davranışları ile bakımın görünür kılınmasına da katkı sağlamış olur (Emine ve İlkay, 2020).

Sonuç

Neredeyse tüm dünyayı etkisi altına alan pandemi sürecinde emziren annelerin ortak sorunlarından biri emzirme sürecinin yönetimidir. Uygun önlemler alındığı takdirde annelerin bebeklerini emzirmeleri önerilmektedir (ILCA, 2020; ILCA, 2020). Bu süreçte anneye fiziki ve manevi desteği verecek olan sağlık profesyonellerinin yaklaşımları çok önemlidir.

Sağlık profesyonelleri pandemi sürecinde emziren annelere daha iyi bakım sunmak için Watson'ın İBK'na uygun şekilde; saygılı, empatik, anlayışlı, güven verici ve yardım edici bakım davranışları göstermelidirler. Annelerin yaşadıkları problemler ile başa çıkabilmeleri için fiziksel ve duygusal anlamda iyileştirici bir çevre oluşturulmalıdır. Sağlık profesyonelleri, annelere varlıklarını hissettirirken aynı zamanda da umut aşılamalıdır. Bu bakım davranışları annelerin emzirme davranışlarını olumlu yönde etkileyecektir.

Sağlık profesyonellerinin annelerle olan temaslarında yaşayacakları bulaş endişesinin de giderilmesi önemlidir. Bu nedenle Watson'ın İBK'nda da belirttiği gibi sağlık profesyonelleri anneye olduğu kadar kendilerine de sevgi ve şefkatle yaklaşmalıdırlar. Endişeleri giderilmek için bakım-iyileştirme yöntemlerinden (meditasyon, masaj, terapötik dokunuş, aromaterapi vb.) yararlanmalıdırlar. Sağlık profesyonellerinin bakım anında yaşadıkları annelerin emzirme deneyimlerini birbirleri ile paylaşacakları terapötik ortamlar oluşturulmalı, yönetimsel olarak da desteklenmelidirler.

İnsan Bakım Kuramı ile görev odaklı geleneksel bakımın ötesine geçilir. Sevgi, merhamet/şefkat ve nezaket gibi temel duygular ve insan ruhunu besleyen davranışlarla iyileşme süreci hızlanır. Bu nedenle pandemi döneminde hem emzirmenin başlatılıp sürdürülmesini hem de sağlık profesyonellerinin motivasyonunu olumlu yönde etkileyecek, karşılıklı iyileşmeyi sağlayacak olan Watson'ın İnsan Bakım Kuramına odaklı yaklaşımların kullanılmasının yararlı olacağı düşünülmektedir.

Bilgilendirme

Derlemenin hazırlanmasına tüm yazarlar katkıda bulunmuştur. Derlemenin fikrine MAT, tasarım, denetleme ve eleştirel incelemesine MAT ve HO katkı sağlamıştır. Literatür taraması, fikir ve tasarımına ise GD katkı sağlamıştır. Araştırma ve yayın etiğine uyulmuştur. Bu derlemede herhangi bir potansiyel çıkar çatışması yoktur. Bu derleme herhangi bir kongrede tam metin veya bildiri olarak yayınlanmamış, daha önce hiçbir dergide yayınlanmamış, yayınlanmak üzere kabul edilmemiş ve değerlendirme altına alınmamıştır.

Kaynaklar

Aktaş, Y., Arabacı, L. B., & Dülgerler, Ş. (2020). Watson İnsan Bakım Modeli'ne Göre Şizofreni Tanılı Bir Hastada Hemşirelik Bakımı: Olgu Sunumu. *İzmir Katip Çelebi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 5(1), 51-57.

Australian Breastfeeding Association. (2020). Breastfeeding and COVID-19. 29 Haziran 2022 tarihinde <https://www.breastfeeding.asn.au/bfinfo/covid-19> adresinden erişildi.

Boz, İ. (2018). İyileştirici bakım çevresi. *Balıkesir Sağlık Bilimleri Dergisi*, 7(1), 56-61.

Boz, İ. (2020). *Jean Watson kimdir?*. H. Okumuş & İ. Boz (Der.), *Postmodern hemşirelik*:

Boz, İ., Akgün, M., & Duman, F. (2021). A feasibility study of a psycho education intervention based on Human Caring Theory in nulliparous women with fear of childbirth. *Journal of Psychosomatic Obstetrics & Gynecology*, 42(4), 300-312.

Brown, A., & Shenker, N. (2021). Experiences of breastfeeding during COVID-19: Lessons for future practical and emotional support. *Maternal & child nutrition*, 17(1), e13088.

Canadian Pediatric Society. (2020). Breastfeeding when mothers have suspected or proven COVID-19. 29 Haziran 2022 tarihinde <https://www.cps.ca/en/documents/position/breastfeeding-when-mothers-have-suspected-or-proven-covid-19> adresinden erişildi.

Center for Disease Control. (2020). Coronavirus disease (COVID-19) and breastfeeding. 29 Haziran 2022 tarihinde <https://www.cdc.gov/breastfeeding/breastfeeding-special-circumstances/maternal-or-infant-illnesses/covid-19-and-breastfeeding.html> adresinden erişildi.

Chen, H., Guo, J., Wang, C., Luo, F., Yu, X., Zhang, W., ... & Zhang, Y. (2020). Clinical characteristics and intrauterine vertical transmission potential of COVID-19 infection in nine pregnant women: a retrospective review of medical records. *The lancet*, 395(10226), 809-815.

Clark, C. S. (2016). Watson's human caring theory: Pertinent transpersonal and humanities concepts for educators. *Humanities*, 5(2), 21.

Davanzo, R., Moro, G., Sandri, F., Agosti, M., Moretti, C., & Mosca, F. (2020). Breastfeeding and coronavirus disease-2019: Ad interim indications of the Italian Society of Neonatology endorsed by the Union of European Neonatal & Perinatal Societies. *Maternal & Child Nutrition*, 16(3), e13010.

Durgun Ozan, Y. (2020). *İnsan bakım kuramının temel kavramları*. H. Okumuş & İ. Boz (Der.), *Postmodern hemşirelik: İnsan Bakım Kuramı içinde* (75-85). Ankara,:Nobel Tıp Kitabevleri.

Durmazoğlu, G., Yenal, K., & Okumuş, H. (2020). Maternal emotions and experiences of mothers who had breastfeeding problems: a qualitative study. *Res Theory Nurs Pract*, 34(1), 3-20.

Erbay, Ö., Yıldırım, Y., Fadıloğlu, Ç., & Aykar, F. Ş. (2018). Hipertansif atak yaşayan hastalara Watson'ın insan bakım modeli kullanılarak uygulanan hemşirelik bakımı: Olgu sunumu. *Turk J Cardiovasc Nurs*, 9(19), 82-88.

Ghiasvand, F., Riazi, H., Hajian, S., Kazemi, E., & Firoozi, A. (2017). The effect of a self-care program based on the teach back method on the postpartum quality of life. *Electronic physician*, 9(4), 4180.

Hull, N., Kam, R. L., & Gribble, K. D. (2020). Providing breastfeeding support during the COVID-19 pandemic: Concerns of mothers who contacted the Australian Breastfeeding Association. *Breastfeeding Review*, 28(3), 25-35.

International Lactation Consultant Association (ILCA). (2020). Resources for lactation supporters Providing infant and young child feeding advice during COVID-19. 29 Haziran 2022 tarihinde <https://ilca.org/wp-content/uploads/2020/03/Resources-for-Lactation-Supporters-Covid-19.pdf> adresinden erişildi.

İnsan Bakım Kuramı içinde (5-12). Ankara,:Nobel Tıp Kitabevleri.

Kabasakal, A., & Kitiş, Y. Watson'ın İnsan Bakım Modelinin Kavramsal Açından İncelenmesi. *Sağlık Akademisi Kastamonu*, 6(2), 45-50.

Kol, E., & Boz, İ. (2020). Yoğun bakım hemşireliğinde bakım davranışları üzerine bir literatür derleme. *Yoğun Bakım Hemşireliği Dergisi*, 24(1), 32-38.

Kul Uçtu, A., & Özerdoğan, N. (2020). Emzirme eğitiminde öğrendiğini anlat (teach-back) yönteminin kullanımı. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 23(1), 162-168.

Leone-Sheehan, D. M. (2021). *Jean Watson: Watson's Philosophy and Theory of Transpersonal Caring. Nursing Theorists and Their Work E-Book*. 29 Haziran 2022 tarihinde https://books.google.com.tr/books?hl=tr&lr=&id=usg5EAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA68&dq=Jean+Watson:+Watson%E2%80%99s+Philosophy+and+Theory+of+Transpersonal+Caring&ots=a_UTorexCV&sig=NugaWjHS5FdXIEw9o6zJzBC2etg&redir_esc=y#v=onepage&q=Jean%20Watson%3A%20Watson%E2%80%99s%20Philosophy%20and%20Theory%20of%20Transpersonal%20Caring&f=false adresinden erişildi.

Lukose, A. (2011). Developing a practice model for Watson's theory of caring. *Nursing Science Quarterly*, 24(1), 27-30.

McMillan MO. (2017). *The effects of Watson's Theory of Human Caring on the nurse perception and utilization of caring attributes and the impact on nurse communication*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Gardner-Webb University. Boiling Springs.

Munro, S., Buckett, C., Sou, J., Bansback, N., & Lau, H. (2019). Shared decision making and breastfeeding: Supporting families' informed choices. *British Columbia Medical Journal*, 61(10), 394.

Ozan, Y. D., & Okumuş, H. (2017). Effects of nursing care based on watson's theory of human caring on anxiety, distress, and coping, when infertility treatment fails: A randomized controlled trial. *Journal of caring sciences*, 6(2), 95.

Özkara, H., Fidancı, B. E., Yıldız, D., & Kaymakamgil, Ç. (2016). Emzirme danışmanlığı. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 15(6): 551- 555.

Perkins, J. B. (2021). Watson's Ten Caritas Processes with the Lens of Unitary Human Caring Science. *Nursing Science Quarterly*, 34(2), 157-167.

Sitzman, K., & Watson, J. (2018). *Caring science, mindful practice: Implementing Watson's human caring theory*. Springer Publishing Company.

Tatarlar, A., & Tokat, M. A. (2016). Vajinal doğum sırasında yaşanan korkunun laktasyona, emme davranışlarına ve ilk emzirme sonuçlarına etkisi. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 15(2).

The Royal College of Midwives and Royal College of Obstetricians & Gynaecologists. (2020). *Coronavirus (COVID-19) Infection in Pregnancy. Information for health care professionals*. 29 Haziran 2022 tarihinde <https://www.rcog.org.uk/globalassets/documents/guidelines/2020-04-17-coronavirus-covid-19-infection-in-pregnancy.pdf> adresinden erişildi.

UNICEF. (2020). Breastfeeding during the COVID-19 pandemic. 29 Haziran 2022 tarihinde <https://www.unicef.org/eap/breastfeeding-during-covid-19>.

Victora, C. G., Bahl, R., Barros, A. J., França, G. V., Horton, S., Krasevec, J., ... & Group, T. L. B. S. (2016). Breastfeeding in the 21st century: epidemiology, mechanisms, and lifelong effect. *The lancet*, 387(10017), 475-490 adresinden erişildi.

Walls, A. C., Park, Y. J., Tortorici, M. A., Wall, A., McGuire, A. T., & Veessler, D. (2020). Structure, function, and antigenicity of the SARS-CoV-2 spike glycoprotein. *Cell*, 181(2), 281-292.

Watson J. (2018). *Unitary caring science: Philosophy and praxis of nursing*. University Press of Colorado, 40-67.

Watson, J. (2003). Love and caring: Ethics of face and hand—An invitation to return to the heart and soul of nursing and our deep humanity. *Nursing administration quarterly*, 27(3), 197- 202.

Watson, J. (2006). Caring theory as an ethical guide to administrative and clinical practices. *Nursing Administration Quarterly*, 30(1), 48-55.

Watson, J. (2009). Caring as the essence and science of nursing and health care. *Mundo saúde*, 33(2), 143-9.

Zhou, P., Yang, X. L., Wang, X. G., Hu, B., Zhang, L., Zhang, W., ... & Shi, Z. L. (2020). A pneumonia outbreak associated with a new coronavirus of probable bat origin. *Nature*, 579(7798), 270-273.

Zhu, N., Zhang, D., Wang, W., Li, X., Yang, B., Song, J., ... & Tan, W. (2020). A novel coronavirus from patients with pneumonia in China, 2019. *New England journal of medicine*, 382, 727-733.