



## Evaluating the Knowledge, Opinions, and Attitudes of Mothers Regarding the Breastfeeding Coaching

### Annelerin Emzirme Koçluğu Hakkındaki Bilgi, Görüş ve Tutumlarının Değerlendirilmesi

Özlem Koç<sup>1</sup>, Hava Özkan<sup>1</sup>, Nagihan Sıdar<sup>1</sup>, Duygu Can<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Atatürk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Erzurum, Türkiye.

#### ÖZ

**Amaç:** Bu araştırma, erken postpartum dönemdeki annelerin emzirme koçluğu hakkındaki bilgi, görüş ve tutumlarını değerlendirmek amacıyla yapılmıştır.

**Gereç ve Yöntem:** Araştırma, Erzurum'da Kadın Doğum Hastanesinde Aralık 2014-Şubat 2015 tarihleri arasında tanımlayıcı ve kesitsel tipte 275 anne ile tamamlanmıştır. Veriler, araştırmacılar tarafından konu ile ilgili literatürden yararlanılarak hazırlanan Kişisel Bilgi Formu ile toplanmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde; yüzdelik dağılımlar kullanılmıştır.

**Bulgular:** Annelerin %33.1'inin 20-24 yaş grubunda olduğu, %37.1'inin il merkezinde yaşadığı, %87.6'sının çalışmadığı, %43.3'ünün ilkököl mezunu olduğu, %58.5'inin son gebelikleri süresince emzirme ile ilgili eğitim almadığı, %52.4'ünün bebeklerini ilk yarım saatte emzirdiği ve "emzirme sıklığı nasıl olmalıdır" sorusuna % 81.1'inin "bebek her istediğinde emzirme yapılmalıdır" şeklinde cevap verdikleri saptanmıştır. Annelerin %94.5'i emzirme koçu kavramını duymadığını, ancak emzirme koçu hakkında verilen bilgilerden sonra %98.2'si emzirme koçu uygulamasının emzirmenin başarısını arttıracığını ifade etmişlerdir. Annelerin %81.1'inin emzirme koçu istedikleri ve %61.1'inin de emzirme koçluğu yapmak istedikleri belirlenmiştir. Annelerin özellikle ilk doğumunu yapan annelerin %99.3'ünün, emzirme koçuna ihtiyacı olduğu belirlenmiştir.

**Sonuç:** Annelerin emzirme koçluğu hakkında bilgi sahibi olmadıkları, ancak verilen bilgiler doğrultusunda emzirme sırasında kendisine destek olması için emzirme koçu istedikleri ve kendilerinin de emzirme koçluğu yapmak istedikleri belirlenmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Anne sütü, emzirme, emzirme koçluğu

#### ABSTRACT

**Objective:** This study was conducted in order to evaluate the knowledge, opinions, and attitudes of mothers in the early postpartum period regarding the breastfeeding coaching.

**Material and Method:** This descriptive and sectional study was completed with 275 mothers at a Maternity Hospital in Erzurum between December 2014 and February 2015. The data were collected through the Personal Information Form that was prepared by researchers using the relevant literature. The data were assessed by using the percentage distributions.

**Results:** It was determined that 33.1% of the mothers were in the age group of 20-24 years, 37.1% resided in the city center, 87.6% were unemployed, 43.3% were primary school graduates, 58.5% did not take training about breastfeeding throughout their last pregnancy, 52.4% breastfed their infants within the first half hour and 81.1% gave the answer "every time the infant wants" to the question "how frequently should the infant be breast-fed?". 94.5% of the mothers stated that they had no idea about the concept of breastfeeding coach; however, 98.2% thought that the practice of breastfeeding coaching would increase the breastfeeding success after being informed about the breastfeeding coach. It was determined that 81.1% of the mothers required a breast-feeding coach and 61.1% wanted to be a breastfeeding coach. 99.3% of mothers, especially primipar mothers are determined have a need to get breastfeeding coach.

**Conclusion:** It was determined that mothers were not informed about breast-feeding coaching, but they required a breastfeeding coach for support during breastfeeding and wanted to be a breast-feeding coach themselves in accordance with the information provided.

**Keywords:** Breast milk, breastfeeding, breastfeeding coaching

**Corresponding Author:** Özlem Koç

**Address** Atatürk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Erzurum, Türkiye

**E-mail:** ozlem.koc@outlook.com

**Başvuru Tarihi/Received:** 03-05-2016

**Kabul Tarihi/Accepted:** 27-06-2016





## GİRİŞ

Kadın, yaşamı boyunca kadınlık rollerini gerçekleştirirken, bir dizi fizyolojik evreden geçer. Kadının önemli yaşam dönemlerinden birisi de doğurganlık çağı içinde yer alan laktasyon dönemidir(1,2). Laktasyon, annenin meme dokusunda fizyolojik değişikliklerin olduğu, yenidoğanın emmesi ile büyüme ve gelişmesinin sağlandığı ve anne bebek arasında etkileşimin kurulduğu bir dönemdir(3). Anne sütü bebeğin gelişmesini tam olarak destekleyecek özelliklere sahip ve bebekler için eşsiz bir besin maddesidir(1,2). Çocuklarda sağlıklı büyüme ve gelişmenin sağlanmasında, anne sütünün önemli olduğu bilinen bir gerçektir(4). Bütün çağlarda ve kültürlerde, yenidoğanın/bebeğin beslenmesinde eşsiz bir gıda özelliğini taşıyan anne sütünün bebeklere en sağlıklı ulaşma yöntemi emzirme olmuştur(5,6).

Emzirmenin bebek sağlığına olduğu kadar anne sağlığına da önemli katkıları vardır(7). Emzirme sıklığı saatlere göre değil, bebeğin isteğine göre ayarlanmalıdır. Bebeğin ağlaması emzirme için geç bir bulgudur. Bebeğin emme hareketleri yapması, elini ağzına götürmesi, kol ve bacaklarını germesi gibi davranışlar sergilemesi onun emmek için hazır olduğunun işaretleridir(8-11).

Emzirmenin başlaması ve sürdürülmesi pek çok faktörden etkilenir. Ağrılı meme başı, bebeğin memeyi iyi kavrayamaması ve annenin bebeğini besleyememe endişesi ilk aylarda emzirmeyi bırakmada önemli nedenler olarak belirlenmiştir. Ayrıca annenin çalışması, annenin bebeğinden uzun süre ayrı kalması ve sosyokültürel etmenler gibi annenin bebeğini emzirmesinin önünde çeşitli engeller olabilir. Tüm bu engellerle annenin tek başına mücadele etmesi çoğu zaman mümkün olmamaktadır. Sağlık çalışanlarının anneye destek olmaları önemlidir. Emzirme ile ilgili sorunların bu konuda özel eğitim almış uzman kişiler tarafından çözülmesi “**emzirme danışmanlığı**” ile gerçekleşmektedir. Emzirmenin sürdürülmesinde ve

desteklenmesinde ebe ve hemşirelere büyük görevler düşmektedir. Sağlık kuruluşlarına başvurma nedenleri ne olursa olsun, bebeğin beslenme durumu mutlaka değerlendirilmeli, emziren annelere emzirme danışmanlığı yapılmalı, emzirme gözlenmeli ve ebeveynler emzirmenin sürdürülmesi yönünde teşvik edilmelidir(12,13).

Ülkemizde anne sütü ile beslenme yaygındır ancak ilk 6 ay tek başına anne sütü ile beslenme oranları istenilen düzeyde değildir(14). Bu açıdan annelerin desteklenmesi ve emzirme danışmanlığı önem taşımaktadır. Emzirme danışmanlığı erken postpartum dönemde hastanelerde verilmektedir(1). Fakat taburculuk sonrası dönemde de emzirmenin etkin şekilde devam edebilmesi, anne sütü ile beslenmenin sürdürülmesi, yaygınlaştırılması ve desteklenmesi için emzirme koçluğunun önemli olduğu düşünülmektedir. Emzirmenin devamlılığı ve emzirme ile ilgili sorunların azaltılmasında destek verebilen özel eğitim almış kişiler “**emzirme koçu**” olarak adlandırılmaktadır. Postpartum dönem boyunca evde annenin başarılı ve etkili emzirmeyi sağlaması için emzirme deneyimi olan ve aile ile ilişkileri iyi olan bireyler anneyi bu konuda destekleyerek emzirme koçluğu yapabilirler. Emzirme koçu deneyimli bir aile üyesi olabileceği gibi sağlık çalışanları da bu konuda anneyi desteklemek için emzirme koçluğu yapabilir(15).

Bu araştırma, erken postpartum dönemdeki annelerin emzirme koçluğu hakkındaki bilgi ve görüşlerini değerlendirmek amacıyla yapılmıştır.

## GEREÇ ve YÖNTEM

Araştırma, Erzurum'da Kadın Doğum Hastanesinde Aralık 2014-Şubat 2015 tarihleri arasında tanımlayıcı ve kesitsel olarak yapılmıştır. Minimum örneklem büyüklüğünü hesaplamak için evrendeki eleman sayısının bilindiği durumlardaki örneklem seçme formülü sonucunda 226 annenin araştırmaya



alınması gerektiği bulunmuştur. Örneklem evreni temsil etme gücü düşünülerek, belirtilen tarihler arasında 275 anne ile araştırma tamamlanmıştır. Araştırma verilerinin toplanmasında; araştırmacılar tarafından hazırlanan Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Erken postpartum dönemdeki kadınların sosyo-demografik özelliklerini, obstetrik özelliklerini, emzirme ve emzirme koçluğu ile ilgili bilgi durumlarını içeren sorulardan oluşan bu form konuya uygun literatür bilgilerinden yararlanılarak hazırlanmıştır. Veriler, araştırmacılar tarafından yüz yüze görüşme yöntemi ile toplanmıştır. Araştırmaya başlamadan önce, Erzurum Atatürk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Etik Kurulu'ndan onay ve araştırmanın yapılacağı hastaneden izin alınmıştır. Anneler araştırmaya katılmaları için davet edilirken Gönüllü Olur Formundaki bilgiler okunmuş, sözlü onamları alınmış ve uygulamadan önce annelere araştırma konusu hakkında bilgi verilmiş ve emzirme koçluğu hakkında bilgilendirme yapılmıştır. Veriler, yüzdelik dağılımlar ile değerlendirilmiştir.

## BULGULAR

Annelerin sosyo-demografik özellikleri incelendiğinde; annelerin %33.1'inin 20-24 yaş grubunda olduğu, %37.1'inin ilde yaşadığı, %43.3'ünün ilkokul mezunu olduğu, babaların %32'sinin lise mezunu olduğu, annelerin %87.6'sının çalışmadığı, belirlenmiştir. Annelerin %68.4'ünün gelirinin giderine denk olduğu, %62.2'sinin çekirdek aile yapısında olduğu saptanmıştır. (Tablo 1)

Annelerin obstetrik özellikleri incelendiğinde; gebeliklerin %81.1'inin planlı gebelik olduğu, %62.5'inin vajinal doğum yaptığı, %54.5'inin bebeklerinin cinsiyetinin erkek olduğu, %34.9'unun 2 çocuk sahibi olduğu, bebeklerin %89.8'inin miyadında doğduğu belirlenmiştir. Annelerin daha önceki çocuk ya da çocuklarının %71.6'sının anne sütü aldığı, %31.6'sının 12 ay süreyle anne sütü aldığı saptanmıştır. Annelerin %58.5'inin son gebelikleri süresince emzirme ile ilgili

eğitim almadığı, %52.4'ünün bebeklerini ilk yarım saatte emzirdiği ve % 81.1'inin "emzirme sıklığı nasıl olmalıdır?" sorusuna "bebek her istediğinde" şeklinde cevap verdikleri saptanmıştır. (Tablo 2)

**Tablo 1. Annelerin Sosyo-Demografik Özelliklerinin Dağılımı**

Demografik Özellikler	n	%
<b>Anne Yaşı</b>		
19 yaş ve altı	16	5.8
20-24 yaş	91	33.1
25-29 yaş	62	22.5
30-34	69	25.1
35 ve üstü	37	13.5
<b>Yaşadığı yer</b>		
Köy	83	30.2
İlçe	90	32.7
İl	102	37.1
<b>Anne eğitimi</b>		
İlkokul	119	43.3
Ortaokul	79	28.7
Lise	52	18.9
Üniversite	25	9.1
<b>Eş eğitimi</b>		
İlkokul	74	26.9
Ortaokul	68	24.7
Lise	88	32.0
Üniversite	45	16.4
<b>Annenin çalışma durumu</b>		
Çalışıyor	34	12.4
Çalışmıyor	241	87.6
<b>Gelir düzeyi</b>		
Gelirim giderimden az	62	22.5
Gelirim giderime denk	188	68.4
Gelirim giderimden fazla	25	9.1
<b>Aile tipi</b>		
Çekirdek aile	171	62.2
Geniş aile	104	37.8
<b>Toplam</b>	275	100

Emzirme koçluğu kavramına ilişkin görüşlerinin dağılımı incelendiğinde; annelerin %94.5'i "emzirme koçu" kavramını duymadığını belirtmiştir.



<b>Tablo 2. Annelerin Obstetrik Özellikleri ve Emzirme İle İlgili Bilgilerinin Dağılımı</b>		
<b>Obstetrik Özellikleri</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
<b>Gebeliğiniz planlı mıydı?</b>		
Planlı	223	81.1
Planlı değil	52	18.9
<b>Doğum şekli</b>		
Vajinal doğum	172	62.5
Sezaryenle doğum	103	37.5
<b>Bebeğin cinsiyeti</b>		
Kız	125	45.5
Erkek	150	54.5
<b>Çocuk Sayısı</b>		
1	77	28.1
2	96	34.9
3	73	26.5
4 ve üzeri	29	10.5
<b>Bebeğiniz zamanında doğdu mu?</b>		
Evet	247	89.8
Hayır	28	10.2
<b>Daha önceki çocuk/ya da çocukların anne sütü alma durumu nedir?</b>		
Evet aldılar	197	71.6
Hayır almadılar	3	1.1
Daha önce çocuğu yok	75	27.3
<b>Daha önceki çocuk/ya da çocuklarınızı ne kadar süre emzirdiniz? (ay olarak)</b>		
3ay	10	3.6
6 ay	48	17.5
12 ay	87	31.6
24 ay	53	19.3
Daha önce çocuğu yok ya da emmedi*	77	28.0
<b>Son gebeliğiniz süresince emzirme ile ilgili bilgi aldınız mı?</b>		
Aldım	114	41.5
Almadım	161	58.5
<b>Doğumdan sonraki emzirme zamanınız</b>		
İlk yarım saat	144	52.4
1.saat	70	25.5
2.saat	61	22.1
<b>Emzirme sıklığı nasıl olmalıdır?</b>		
Bebek her istediğinde	223	81.1
Saatte bir	40	14.5
İki saate bir ve üzeri	12	4.4
<b>Toplam</b>	<b>275</b>	<b>100</b>

\*75 annenin çocuğu yok + 2 annenin çocuğu daha önce emmemiş.

Emzirme koçluğu hakkında verilen bilgiler doğrultusunda “Kimler emzirme koçu olabilir?” sorusuna % 63.3’ünün ebe/hemşireler %40.7’sinin anneler olabilir cevabını verdikleri belirlenmiştir. Annelerin %97.1’i emzirme koçu olmanın çok sabır, empati ve sevgi gerektiren bir iş olduğunu, %92.4’ü emzirme koçu uygulamasının annenin emzirme hakkındaki olumsuz düşüncelerinde azalma sağlayacağını, %98.2’si emzirme koçu uygulamasının emzirmenin başarısını arttıracığını, %98.5’i emzirme koçu uygulamasının annenin kendine olan güvenini arttıracığını, %74.9’u emzirme koçluğu için özel bir eğitimin gerekli olduğunu belirtmişlerdir. Annelerin %81.1’i emzirme koçu istediğini, %61.1’i kendisinin de emzirme koçluğu yapmak istediğini ifade etmişlerdir. (Tablo 3)

Annelerin emzirme koçluğu yapacak kişilerin görevleri hakkındaki bilgilerinin dağılımı incelendiğinde; %97.1’i emzirme koçunun anneye ruhsal ve fiziksel destek verip onu cesaretlendirdiğini, %99.3’ü özellikle ilk doğumu olan annelere emzirme eğitimi verdiğini, %99.3’ü anneye doğru emzirme teknikleri hakkında bilgi verdiğini, %97.5’i anneye bebeği için anne sütünün ve ilk sütün faydalarını anlattığını, %96.0’ı anneye emzirmenin anne için olan faydalarını anlattığını, %88’i emzirme sırasında her şeyin yolunda gittiğini annenin fark etmesini sağladığını, %74.5’i emzirme hastanede gerçekleşiyorsa annenin ve bebeğin mahremiyetini sağladığını, %96.0’ı bu emzirme deneyimi içerisinde annenin kendine olan güvenini arttırdığını ifade etmiştir. Annelerin bilgilendirme düzeylerinin yüksek olması konuya gösterdikleri ilgiyi ortaya koymaktadır. Bu sonuçlar annelerin emzirme koçundan beklentilerini ve bilginin özümsemişliğinin göstergesidir. (Tablo 4)



<b>Tablo 3. Annelerin Emzirme Koçluğu Kavramına İlişkin Görüşlerinin Dağılımı</b>		
	n	%
<b>Emzirme koçu kavramını duydunuz mu?</b>		
Evet	15	5.5
Hayır	260	94.5
<b>Kimler emzirme koçu olabilir?*</b>		
Ebe/Hemşire	174	63.3
Anneler	112	40.7
Koçluk eğitimi alanlar	35	12.7
Doktorlar	25	9.1
Sağlıkçılar	21	7.6
<b>Emzirme koçu olmak çok sabır, empati ve sevgi isteyen bir iş midir?</b>		
Evet	267	97.1
Hayır	8	2.9
<b>Emzirme koçu uygulaması annenin emzirme hakkındaki olumsuz düşüncelerinde azalma sağlar mı?</b>		
Sağlar	254	92.4
Sağlamaz	21	7.6
<b>Emzirme koçu uygulaması emzirmenin başarısını arttırabilir mi?</b>		
Arttırabilir	270	98.2
Arttıramaz	5	1.8
<b>Emzirme koçu uygulaması annenin kendine güvenini arttırabilir mi?</b>		
Arttırabilir	271	98.5
Arttıramaz	4	1.5
<b>Emzirme koçluğu için özel bir eğitim gerekli midir?</b>		
Gereklidir	206	74.9
Gerekli değildir	69	25.1
<b>Emzirme koçu ister misiniz?</b>		
İsterim	223	81.1
İstemem	52	18.9
<b>Siz emzirme koçluğu yapmak ister misiniz?</b>		
Evet	168	61.1
Hayır	107	38.9

\*Birden fazla cevap verildi.

## TARTIŞMA

Bu araştırmaya katılan annelerin %81.1'i gebeliklerinin planlı olduğunu ifade etmiştir. Emzirme sadece bireysel bir davranış değil, aynı zaman da birçok faktörün etkilediği kompleks bir sonuçtur. Emzirme davranışını etkileyen en önemli faktörlerden biri de gebeliğin planlı olup olmadığıdır(16). Planlı gebeliği olan annelerin bebeklerini emzirme de daha istekli olduğu düşünülmektedir.

Araştırmada annelerin %62.5'inin vajinal doğum yapmış olduğu bulunmuştur. İstanbul'da yapılan bir çalışmada; doğum şeklinin emzirmeye başlamada etkili olduğu ve

sezaryenle doğum yapan annelerin %28.9'u, normal doğum yapanların %61.0'ı doğum sonrası ilk iki saatte emzirmeye başlamıştır(17).

<b>Tablo 4. Emzirme Koçunun Görevlerine İlişkin Annelerin Görüşlerinin Dağılımı</b>		
	n	%
<b>Anneye ruhsal ve fiziksel destek verip onu cesaretlendirir</b>		
Evet	267	97.1
Hayır	8	2.9
<b>Özellikle ilk doğumu olan annelere emzirme eğitimi verir</b>		
Evet	273	99.3
Hayır	2	0.7
<b>Anneye doğru emzirme teknikleri hakkında bilgi verir</b>		
Evet	273	99.3
Hayır	2	0.7
<b>Anneye bebeği için anne sütünün ve ilk sütün (kolostrumun) faydalarını anlatır</b>		
Evet	268	97.5
Hayır	7	2.5
<b>Anneye emzirmenin anne için olan faydalarını anlatır</b>		
Evet	264	96.0
Hayır	11	4.0
<b>Emzirme sırasında her şeyin yolunda gittiğini annenin fark etmesini sağlar</b>		
Evet	242	88.0
Hayır	33	12.0
<b>Emzirme eğer hastanede gerçekleşiyorsa annenin ve bebeğin mahremiyetini sağlar</b>		
Evet	205	74.5
Hayır	70	25.5
<b>Bu emzirme deneyimi içerisinde kadının kendine olan güvenini artırır</b>		
Evet	264	96.0
Hayır	11	4.0
<b>Toplam</b>	<b>275</b>	<b>100</b>

Bu araştırmaya alınan annelerin bebeklerinin % 54.5'inin cinsiyetinin erkek olduğu ve doğan kız ve erkek bebeklerin oranlarının birbirine yakın olduğu belirlenmiştir. Gerçekleşen doğumların oranlarına göre annelerin emzirme durumları TNSA 2013 sonuçları ile benzerlik göstermektedir(14).

Annelerin daha önceki çocuk ya da çocuklarının %71.6'sının anne sütü almış olması ülkemizde emzirmenin geleneksel olarak yaygın bir davranış olarak devam etmesinden ve emzirmeyi destekleme ve



geliştirmeye yönelik sağlık politikalarının başarısından kaynaklandığı düşünülebilir(18).

Araştırmada daha önce çocuklarına anne sütü verenlerin %31.6'sının 12 ay süreyle anne sütü aldığı belirlenmiştir. TNSA (2013) verileri, bebeklerin %57.9'unun yaşamın ilk iki ayında sadece anne sütü ile beslendiğini göstermektedir. Bu oranın çocuğun yaşıyla birlikte hızla azaldığı, 2-3 aylık bebeklerde %35.4, 4-5 aylık bebeklerde %9.5'e kadar gerilediği ve TNSA 2013'ten önceki üç yıl içinde doğan tüm çocuklar için ortalama emzirme süresinin 16.7 ay olduğu belirtilmiştir(14). UNICEF ve Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) tavsiyelerine göre çocuklar yaşamlarının ilk 6 ayında sadece anne sütü ile beslenmeli; katı ve lapa ek gıdalar 6 aydan sonra verilmelidir(19). Bu gıdalara ek olarak, emzirmeye iki yaşına kadar devam edilmesi önerilmektedir(14,20,21). Çocukların ilk 6 ay sadece anne sütü alma ve iki yaşına kadar emzirme oranlarının istenilen düzeye gelebilmesi için emzirme koçluğunun faydalı olacağı düşünülmektedir.

Annelerin %58.5'i son gebelikleri süresince emzirme ile ilgili eğitim almadıklarını belirtmişleridir. Yapılan araştırmalarda özellikle doğum öncesi izlemler sırasında annelere sağlık personeli tarafından anne sütü ve emzirme konusunda eğitim verilmesinin emzirmede başarıyı arttırdığı belirtilmektedir(16,21-23). Sağlık çalışanları doğum öncesi dönemden başlayarak emzirme konusunda etkin eğitimden sorumlu olmalarına rağmen sonuçlar emzirme eğitime yeterince önem verilmediğini göstermektedir(15,24,25).

Emzirmeye erken başlanması hem anne, hem de bebek sağlığı açısından oldukça faydalı bir davranıştır(26,27). Türkiye'de emzirmenin yaygın olduğu ve tüm çocukların %96'sının bir süre emzirilmiş olduğu bilinmektedir(14). Araştırmada annelerin %52.4'ünün bebeklerini ilk yarım saatte emzirdiği bulunmuştur. Bu çalışmanın bulgularını destekler nitelikte TNSA-2013 verilerinde de, çocukların %50'sinin doğumdan sonraki ilk bir

saat içinde emzirmeye başladığı bildirilmiştir(14).

Annelerin % 81.1'i emzirme sıklığı nasıl olmalıdır sorusuna 'bebek her istediğinde' şeklinde cevap vermişlerdir. Literatürde de emzirme sıklığı için "bebek her istediğinde emzirilmelidir" (19,26,28) ifadesi yer almaktadır. Araştırma sonucu literatür ile benzerlik göstermektedir.

Annelerin %94.5'inin "emzirme koçu" kavramını duymadıkları belirlenmiştir. Emzirmenin evrensel bir davranış olması ve önemliliği açısından ülkemizde ve dünyada emzirmenin etkinliği için erken postpartum süreçte sağlık kuruluşlarında emzirme danışmanlığı hizmeti sunulmaktadır(18). Bu hizmet annelerin emzirmeye başlamasını sağlamak ancak postpartum dönem boyunca yeterli olmamaktadır. Bu nedenle annelerin emzirme koçu kavramını duymamaları normal bir durumdur.

Annelere, emzirme koçluğu ile ilgili bilgilendirme yaptıktan sonra soruları cevaplamaları istenmiştir. Annelerin %63.3'ü ebe/hemşireler, %40.7'si ise annelerin emzirme koçu olabileceklerini ifade etmişlerdir. Bu sonuç annelerin eğitimi ve tecrübeli kişileri koç olarak algılamalarından kaynaklanabilir.

Annelerin %97.1'inin emzirme koçu olmanın sabır, empati ve sevgi isteyen bir iş olduğunu söylemeleri emzirme işini yaparken karşılaştıkları sıkıntıların farkında olduklarını düşündürülebilir. Özellikle ilk doğumunu yapan anneler doğum sonrası süreçte emzirme ve emzirme tekniklerini uygulamada yaşadıkları güçlükler nedeniyle yardım ve sosyal destek ihtiyacı içindedirler. Bu bilgi, emzirmenin hem anne hem de destekleyici kişinin sabırlı davranması ile başarılabilirliğini göstermektedir(29,30).

Annelerin %92.4'ünün emzirme koçu uygulamasının annenin emzirme hakkındaki olumsuz düşüncelerinde azalma



sağlayabileceğini ifade etmeleri, emzirme sırasında hastanede aldıkları desteğin faydasını görmüş olduklarını ve taburcu olduklarında emzirme koçu ile emzirmeyi devam ettirmenin önemli olabileceğini düşündürmektedir. Yapılan bazı çalışmalar; birçok ülkede annelerin büyük çoğunluğunun erken dönemde anne sütü ile beslemeyi kestiklerini göstermiştir. Doğum sonrası süreçte annelere emzirmeyi teşvik edici özgüven/yeterlilik oluşturmak ve olabilecek olumsuzlukları en aza indirmek için anneyi desteklemek önemlidir(29-32).

Anneler hastanede ebe/hemşirelerden emzirme danışmanlığı almaları sonucunda emzirmede başarılı olabilmektedirler(18). Bu başarının aynen hastanede olduğu gibi evde de devam etmesi bilgili ve eğitilmiş bir kişinin desteği ile sağlanabilir. Annelerin %98.2'sinin emzirme koçluğu uygulamasının emzirmenin başarısını arttırabileceğini ifade etmeleri; emzirirken onları destekleyecek, emzirme ile ilgili doğru uygulamaları gösterecek ve böylece daha etkili emzirmeyi sağlayabileceklerini düşünmelerinden kaynaklanabilir.

Emzirme koçu uygulaması annenin kendine olan güvenini arttırabilir mi? sorusuna annelerin %98.5'i "evet" cevabını vermiştir. Özellikle ilk doğumunu yapan annelerin emzirmeyi gerçekleştirmek ve sürdürmek için özgüven eksikliği yaşadıkları literatürde vurgulanmaktadır(18,31-34). Doğum sonunda taburcu olan anneye emzirme koçunun evde sağlayacağı sosyal destek annenin bu konudaki özgüvenini arttırabilir.

Emzirme koçluğu yapmak için özel bir eğitim gerekli midir? sorusuna annelerin %74.9'u "gereklidir" cevabını vermişlerdir. Bu sonuç emzirme sırasında annelerin kendilerine destek olmasını bekledikleri kişinin emzirme konusunda eğitilmiş ve tecrübeli olmasını istemelerinden kaynaklanmış olabilir. Başarılı bir emzirmenin başlatılması ve sürdürülmesi için bu konuda özel eğitim almış sağlık

çalışanları veya tecrübeli kişilerin yapacağı emzirme koçluğu önem taşımaktadır(1).

Annelerin %81.1'inin "emzirme koçu" istediği, %61.1'inin ise kendisinin de emzirme koçluğu yapmak istediği belirlenmiştir. Peregrin'in çalışmasında, emzirme hakkında yeterli eğitimin verilmemesi yetersiz emzirme nedeni olarak belirtilmektedir. Başarılı bir emzirme için; eğitim, akran danışmanlığı ve baba desteğinin önemli olduğu vurgulanmaktadır(35). Özellikle akran danışmanlığı emzirme konusunda tecrübeli yani emzirme koçu niteliği taşıyan bireyi düşündürmektedir.

Emzirme koçunun görevlerine ilişkin annelerin verdiği cevaplar kendilerine aktarılan bilgiyi öğrendiklerini göstermekte ve sonuçların oldukça yüksek olması annelerin emzirme koçuna olumlu baktıklarını göstermektedir. Bu sonuçlar doğum sonu süreçte başarılı emzirme için emzirme koçlarının gerekliliğini düşündürmektedir.

## SONUÇ ve ÖNERİLER

Araştırma sonucunda annelerin %50'den fazlasının ilk yarım saat içinde bebeklerini emzirdikleri ve büyük çoğunluğunun da emzirme sıklığı ile ilgili bilgi düzeylerinin iyi düzeyde olduğu bulunmuştur. Bu oranların daha da arttırılması hastanelerde yapılacak olan birebir eğitimler ile sağlanabilir. Ancak hastanelerdeki yoğunluk ve sağlık çalışanı sayısının hasta sayısına oranla yetersiz olması nedeniyle her zaman birebir eğitimin mümkün olmadığını ve annelere doğum sonu dönemde sadece hastanede yapılan emzirme danışmanlığının yetersiz kaldığını düşündürmektedir.

Annelerin, verilen bilgiler doğrultusunda emzirme sırasında kendisine destek olması için emzirme koçu istedikleri ve kendilerinin de emzirme koçluğu yapmak istedikleri belirlenmiştir. Emzirme eğitimi ve uygulaması erken postpartum dönemde hastanelerde verilmektedir. Ancak taburculuk sonrası



dönemde emzirmenin etkin bir şekilde devam etmediği bilinmektedir. Bu nedenle emzirmenin sürdürülmesi, yaygınlaştırılması ve desteklenmesi için emzirme koçluğunun önem taşıdığı düşünülmektedir. Etkin emzirmenin sağlanması için emzirme koçluğu yapabilecek kişilerin yetiştirilmesi ve bu hizmeti verecek birimlerin oluşturulması gerekmektedir.

## KAYNAKLAR

1. Cangöl E, Şahin HN. Emzirmeyi etkileyen faktörler ve emzirme danışmanlığı. Zeynep Kamil Tıp Bülteni 2014; 45(3):100-5.
2. İnce T, Kondolot M, Yalçın SS, Yurdakök K. Annelerin emzirme danışmanlığı alma durumları. Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Dergisi 2010; 53(3):189-197.
3. Taşkın L. Doğum ve Kadın Sağlığı Hemşireliği. Yenidoğanın beslenmesi.13. Baskı, Ankara: Akademisyen Tıp Kitabevi 2016; s:574.
4. Rajesh K. Chudasama, Panna C. Patel, Abhay B. Kavishwar. Determinants of exclusive breastfeeding in Sout Gujanat Region of İndia. Journal of Clinical Medicine Research 2009;1(2)102-108.
5. Karaçam Z, Kitiş Y. What do midwives and nurses in Turkey know about nutrition in the first six months of life. Midwifery 2005;21(1):61-70.
6. Hellings P, Howe C. Assessment of breastfeeding knowledge of nurse practitioners and nurse-midwives. Jorunal of Midwifery & Women Health 2000;45(3):264-270.
7. Kepekci M, Yalçinoğlu N, Devcioğlu E, Eren T, Gökçay G. Emzirme danışmanlığı birimine başvuran annelerin ve bebeklerin incelenmesi. Çocuk Dergisi 2012;12(4):164-168.
8. Yurdakök K. Anne sütü ile beslenme. Yurdakök M, Erdem G. (Editörler). Neonatoloji'de. Ankara: Alp Ofset, 2004.s:166-74.
9. Gökçay G, Garibağaoğlu M. Sağlıklı çocuğun beslenmesi. Neyzi O, Ertuğrul T (Editörler). Pediatri'de. İstanbul: Nobel Tıp Kitabevi; 2002.s:183-203.
10. Richard JS (ed). Breastfeeding 2001. Part I. Pediatric Clinics of North America 2001;48:19-20.
11. Richard JS (ed) . Breastfeeding 2001. Part II. Pediatric Clinics of North America 2001;48:19-20.
12. Sökücü FY, Aslan E. Kadının çalışma durumunun emzirmeye etkisi. İstanbul Üniversitesi Florence Nightingale Hemşirelik Dergisi 2012; 20 (1):62-68.
13. Swanson V, Kevin G. Initiation and continuation of breastfeeding: theory of planned behaviour. Journal of Advanced Nursing 2005; 50(3):272-282.
14. Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması 2013 SB/AÇS/AP Genel Müdürlüğü, H.Ü. Nüfus Etütleri Enstitüsü. Ankara:2013.
15. Colo L. My personal lactation coach. New Beginnings 2004;21(4):128.
16. Örsdemir Ç. Doğum sonu dönemde annelerin emzirmeye ilişkin bilgileri ve emzirme davranışlarının belirlenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Yakın Doğu Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Lefkoşa:2011.
17. İnce N. Annelerin emzirme konusundaki bilgileri. PTT Hastanesi Tıp Dergisi 2001; 23: 21-28.
18. Cömert G. Doğum sonu dönemde emzirme öz yeterliliği ve ilişkili faktörlerin belirlenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya: 2011.
19. WHO/UNICEF: 2000'li yıllarda bebeklerin anne sütü ile beslenmesi. UNICEF Türkiye Temsilciliği, Ankara:2000.
20. Yanikkerem E, Ay S, Göker A. Primipar ve multipar gebelerin emzirme tutumu ve yaşadıkları endişeler. Van Tıp Dergisi 2014;21:6-16.
21. Brown A, Lee M. An exploration of the attitudes and experiences of mothers in the United Kingdom who chose to breastfeed exclusively for 6 months postpartum. Breastfeeding medicine 2011;6: 197-204.
22. Kaewsarn P., Moyle W. and Creedy D. Thai nurses beliefs about breastfeeding and postpartum practices. Journal of Clinical Nursing 2003;12(4):467-475.
23. Akyüz A., Kaya T. ve Şenel N. Annenin emzirme davranışını ve emzirmeyi etkileyen durumların belirlenmesi. TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni 2007;6(5):331-335.
24. Chen H. Effects of home visits and telephone contacts on breastfeeding. Midwifery 2007;9(5):197-209.
25. Saner G., Dağoğlu T., Uzkan I., Neyzi O. Promotion of breastfeeding in the postpartum mother. Turk Journal Pediatrics 1985;27:63-8.
26. UNICEF, Başarılı emzirme teknikleri kitapçığı, İstanbul Üniversitesi Çocuk Sağlığı Enstitüsü, Barok Yayıncılık, AÇSAP Genel Müdürlüğü, Ankara.
27. Ulusal Aile Planlaması Hizmet Rehberi Kontraseptif Yöntemler T.C. Sağlık Bakanlığı Ana Çocuk Sağlığı ve Aile Planlaması Genel Müdürlüğü. Ankara, 2005;2:333-334.





28. Kurnaz D. Erken postpartum dönemde annelerin emzirmeye ilişkin tutum ve başarılarını etkileyen faktörler. Adnan Menderes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Aydın: 2014.
29. Thome M, Alder E, Ramel A. A population-based study of exclusive breastfeeding in Icelandic women: is there a relationship with depressive symptoms and parenting stress? *International Journal of Nursing Studies* 2004;4:11-20.
30. Wojnar D. Maternal perceptions of early breastfeeding experiences and breastfeeding outcomes. *Clinical Effectiveness in Nursing*, 2004;93-100.
31. Dennis CL. Theoretical underpinnings of breast-feeding confidence: a self-efficacy framework. *Journal of Human Lactation*, 1999;15:195-201.
32. Blyth R, Creedy DK., Dennis CL. Effect of maternal confidence on breastfeeding duration: an application of breastfeeding self-efficacy theory. *Birth*, 2002;29(4):278-84.
33. Dennis CL, Faux S. Development and psychometric testing of the breastfeeding self-efficacy scale. *Research in Nursing and Health*, 1999;22:399-409.
34. Creedy DK, Dennis CL, Blyth R, Moyle W, Pratt J, Vries SM. Psychometric characteristics of the breastfeeding self-efficacy scale: data from an Australian sample. *Research in Nursing and Health*, 2003;26:143-52.
35. Peregrin T, Education, peer counselling and parental support. Three ways to encourage a healthful breastfeeding schedule. *Journal of American Dietetic Association*, 2002;102(7):943.

## **2. Uluslararası & 6. Ulusal Ebelik**

### **Öğrencileri Kongresi'nde sözel bildiri**

olarak sunulmuştur.