

## 6-18 AY ARASI BEBEĞİ OLAN ANNELERİN EMZİRME VE ANNE SÜTÜNE İLİŞKİN GELENEKSEL UYGULAMALARI

TRADITIONAL PRACTICES RELATED TO BREAST MILK AND BREASTFEEDING OF MOTHERS WITH BABIES OF 6-18 MONTHS

Ayten Dinç<sup>1</sup> İstek Dombaz<sup>2</sup> Dursun Dinç<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Sağlık Yüksekokulu, Ebelik Bölümü, Çanakkale  
<sup>2</sup>Adnan Menderes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ebelik Ana Bilim Dalı Yüksek Lisans Programı, Aydın.  
<sup>3</sup>Ezine Yahya Çavuş Aile Sağlığı Merkezi, Çanakkale

### Yazışma Adresi:

Ayten Dinç  
 Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, Sağlık Yüksekokulu, Ebelik Bölümü, Terzioğlu Yerleşkesi, 17100, Çanakkale 17100  
 Çanakkale – Türkiye

E posta: aytendinc@comu.edu.tr

Kabul Tarihi: 17 Mart 2015

Balıkesir Sağlık Bilimleri Dergisi  
 ISSN: 2146-9601  
 e-ISSN: 2147-2238

[bsbd@balikesir.edu.tr](mailto:bsbd@balikesir.edu.tr)  
[www.bau-sbdergisi.com](http://www.bau-sbdergisi.com)

DOI:10.5505/bsbd.2015.40316

### ÖZET

**AMAÇ:** Bu çalışma 6-18 ay arası bebeği olan annelerin, emzirme ve anne sütüne ilişkin geleneksel uygulamalarını belirlemek amacıyla yapılmıştır.

**YÖNTEMLER:** Tanımlayıcı tipteki çalışmanın evrenini Aralık 2012-Şubat 2013 tarihleri arasında Çanakkale ili, Ezine ilçesindeki bir Aile Sağlığı Merkezine kayıtlı 6-18 ay bebeği olan tüm anneler oluşturmuştur. Araştırmanın örneklemine, çalışmaya katılmayı kabul eden 212 anne alınmıştır. Araştırma verileri araştırmacılar tarafından geliştirilen anket formu aracılığıyla yüz yüze görüşme yöntemiyle toplanmıştır. Veriler Ki-kare, yüzdellik ve aritmetik ortalama ile değerlendirilmiştir.

**BULGULAR:** Yaş ortalaması 28.47±4.71 olan annelerin, %51.4'ü okur yazar/ilkokul mezunu, %82.5'i ev hanımı, %75.5'i orta gelirli ve %53.8'i kasabada ikamet etmektedir. Annelerin %85.4'ü ilk 6 ayda anne sütünün yeterli olduğunu düşünmektedir. Annelerin anne sütünü artırdığını düşündükleri besinler %58 sütlü tatlılar, %42 soğan/sarımsak, %16.6 bulgur, %16.5 kuru üzüm, %11.3 börülcedir. Sütü artırdığına inanılan içecekler %57.5 bitkisel çaylar, %50.5 su, %38.2 süttür. Anne sütünü artırmak için yapılan geleneksel uygulamalar ise %29.7 sık emzirme, %23.1 nazar boncuğu takma, %23.1 çok sıvı tüketmedir. Annelerin ortalama emzirme süresi 12.61±4.31 ay olup, %13.2'si ilk 6 ay içinde bebeklerini memeden ayırmıştır. Annelerin memeden ayırma yöntemleri incelendiğinde; biberonla ek besin vermek (%25.3), su ve meyve suyuyla oyalamak (%14), memeye salça sürmek (%10), saç koymak (%10), kara sürmek (%8.7), bebeği ayrı eve göndermek (%8.7) gibi geleneksel yöntemler uyguladıkları tespit edilmiştir. **SONUÇ:** Çalışmanın sonucunda, annelerin anne sütünü artırmak ve bebeklerini memeden ayırmak için geleneksel yöntemlere başvurdukları saptanmıştır. Ebe/hemşirelerin bu uygulamaları değerlendirmeleri ve eğitimde annelerin bireysel ve kültürel özelliklerini dikkate almaları önemli olacaktır.

**Anahtar Kelimeler:** Anne sütü, emzirme, geleneksel uygulamalar

### SUMMARY

**OBJECTIVE:** This research was made in order to determine the traditional practices related to breast milk and breastfeeding of mothers with babies of 6 to 18 months.

**METHODS:** Mothers, who are registered to the Family Health Center in Ezine district in Çanakkale from September 2012 to February 2013 constituted the research's system, those mothers having babies from 6 to 18 months. 212 mothers that accepted to attend to the study were obtained to research's sample. The research's dates were gathered by the researchers with the survey form that was done face to face. Descriptive statistics, Chi-square, frequency and average were used in data analysis.

**RESULTS:** The mean age of mothers was 28.47±4.71, 82.5% were housewives, 51.4% were literate/primary school graduates, 75.5% had middle income and 53.8% live in town. 85.4% of mothers think breast milk is enough for the first six months. Food which mothers think increases breast milk are 58% milk desserts, 42% onion/garlic, 16.6% wheat, 16.5% dried grape, 11.3% cowpea. Drinks that are thought to increase breast milk are %57.5 herbal teas, %50.5 water, %38.2 milk. Traditional practices to increase breast milk are 29.7% frequent lactating, 23.1% affixing an annulet, 23.1% drinking liquids a lot. The average lactating period of mothers is 12.61 ± 4.31 month, 13.2% of mothers separate their babies from the breasts. When mothers' separation methods from breast are examined, giving additional food by baby bottle (25.3%), putting of with water and fruit juice (14%), spreading tomato paste on the breasts(10%), putting hair (10%), spreading black color (8.7%), sending the baby to another house (%8.7) such traditional practices are observed.

**CONCLUSION:** This study showed that mothers for increasing breast milk and separating their babies from the breast mothers' applying for traditional practices. Thus, it would be important that nurses and midwives should evaluate these practices and should keep the individual and cultural characteristics of mothers during their educations in mind.

**Keywords:** Breast milk, breastfeeding, traditional practices

## GİRİŞ

Anne sütü ile beslenme yenidoğanın gelişmesi, sağlığının korunması ve sürdürülmesi için son derece gerekli ve önemlidir. Dünya Sağlık Örgütü ve UNICEF her bebeğin doğumdan itibaren 6 ayla kadar tek başına anne sütü ile beslenmesini, bundan sonra da ek besinlerle birlikte olmak koşuluyla en az 2 yaşına kadar anne sütüyle beslemenin devam ettirilmesini önermektedirler.<sup>1</sup> Ancak, sadece anne sütüyle beslenme oranı dünyada %34.8-%38, gelişmekte olan ülkelerde %37 iken, az gelişmiş ülkelerde %20'lere kadar düşmekte, buna paralel olarak da ek gıdalarla besleme oranı artmakta ve %55-%80'lere yaklaşmaktadır.<sup>2</sup>

Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması 2008 verilerine göre emzirme Türkiye'de çok yaygındır; tüm çocukların % 97'si bir süre emzirilmiştir. Yaşamlarının ilk iki ayında bebeklerin %69'u sadece anne sütü ile beslenmiştir. Bebekler 2-3 aylık olduğunda, sadece anne sütü ile beslenenlerin oranı %42'ye düşmektedir. İlk altı ayda yaklaşık her beş çocukta ikisi sadece anne sütü ile beslenmektedir. Tüm çocuklar için ortanca emzirme süresi 16 aydır.<sup>3</sup>

Annelerin ilk altı ayda bebeklerini sadece anne sütüyle beslememeleri ve erken dönemde ek gıdalara geçmelerinde en önemli neden, sütünün yetersiz olduğu düşüncesidir.<sup>4,5</sup> Her kadın iki bebek büyütecek kadar süt üretme kapasitesine sahip olmasına rağmen, araştırmalar sütünün yetmediğini düşünen annelerin oldukça fazla olduğunu göstermektedir.<sup>6-8</sup> Sütünün yetmediğini düşünen ve bebeklerini emzirmek isteyen anneler sütlerini artırmak için çeşitli yöntemlere başvurmakta, geleneksel olarak bazı besinlerin ve bitkisel içeceklerin tüketimine önem vermektedirler.<sup>5,9</sup>

Emzirme, anne bebek ilişkisinin en güzel ve özel bölümüdür. İdeal beslenmenin ötesinde aralarındaki sevgi bağının kurulduğu, güçlendiği ve birbirleri için anlamlarını keşfettikleri bir dönemdir. Bu dönem bebek kadar anne için de önemlidir.<sup>1</sup> Bu nedenle de sonlandırılması hem anne hem de bebek için zor verilen bir karardır. Çoğu anne için bebeğini süttten nasıl keseceğini belirlemek emzirmenin en zor yanındır. Süttten kesme yöntemi olarak yüzyıllar boyunca geleneksel farklı yöntemler denenmiş ve geliştirilmiştir. Genellikle emzirmeyi adım adım azaltarak süttten kesme ve bir anda süttten kesme yöntemleri kullanılmaktadır. Emzirmeyi adım adım azaltarak süttten kesme yöntemi, bebeğin günlük emzirmelerden herhangi birine ilgisini yitirdiğinde o emzirme öğünü atlayarak yerine yaşına bağlı olarak biberon verme ya da başka bir yiyecek sunmayı deneme şeklinde uygulanmaktadır. Bir anda süttten kesme yaklaşımı çoğu toplumda bebekleri süttten kesmek için yaygın şekilde uygulanmaktadır. Bu yöntem en az bir yaş

ve üzeri olan, değişik yiyecekleri zaten yiyor durumdaki çocuklara uygulanır. Bir anda süttten kesmekte en sık kullanılan yöntem, anne memesinin tadını ya da görüntüsünü değiştirerek çocuğu iğrendirme şeklinde memeden vazgeçirmek, diğeri bir yöntem ise bebektten ayrılmadır.<sup>10</sup>

Annelerin emzirmeye karar vermelerinde ve sürdürmelerinde anahtar kişi olan ebe ve hemşirelerin emzirmeyi destekleme konusundaki görev ve sorumlulukları doğum öncesi dönemden başlayarak bebeğin emzirmeden kesileceği döneme kadar devam etmelidir.

Doğum sonu dönemde anne sütünü artırmak ve emzirmenin sonlandırılması amacıyla kullanılan geleneksel yöntemlerin bilinmesi, annelere ve ailelere verilecek eğitim ve danışmanlık hizmetlerinin planlanması, etkinliğinin sağlanması, anne ve bebek sağlığına yönelik olumsuz etkilerinin değerlendirilmesi açısından yol gösterici olacaktır. Araştırma Çanakkale ili Ezine ilçesindeki 6-18 ay arası bebeği olan annelerin emzirme ve anne sütüne ilişkin geleneksel uygulamalarını belirlemek amacıyla yapılmıştır.

## GEREÇ VE YÖNTEM

**Araştırmanın Tipi ve Yeri:** Tanımlayıcı ve kesitsel tipteki bu çalışma Çanakkale ili, Ezine ilçesi Yahya Çavuş Aile Sağlığı Merkezinde gerçekleştirilmiştir.

**Araştırmanın Evreni ve Örnekleme:** Araştırmanın evrenini 1 Aralık 2012- 28 Şubat 2013 tarihleri arasında Aile Sağlığı Merkezine kayıtlı 6-18 ay bebeği olan 220 anne oluşturmuştur. Araştırmada örneklem seçim yöntemine gidilmemiş evrenin tümüne ulaşılacak hedeflenmiştir. Bebek ve Çocuk İzlem Fişleri'nden 0-6 aylık bebeği olan annelerin sayıları ve adresleri belirlenmiş ve çalışmaya katılmayı kabul eden 212 anne örnekleme alınmıştır.

**Verilerin Toplanması:** Araştırma verileri araştırmacılar tarafından geliştirilen anket formu aracılığıyla toplanmıştır. Anket formu annelerin sosyo-demografik özellikleri (12 soru), obstetrik öyküleri (11 soru) ve emzirme durumlarını (19 soru) içeren toplam 42 sorudan oluşmuştur. Aile sağlığı merkezine kayıtlı 6-18 ay bebeği olan anneler telefonla aşı ya da izlem nedeniyle aile sağlığı merkezine davet edilmiştir. Anneler emzirme odasına alınarak yüz yüze görüşme yöntemiyle anket uygulanmıştır. Verilerin toplanması her bir anne için ortalama 20-25 dakika sürmüştür.

**Verilerin analizi:** Elde edilen verilerin analizi SPSS 16.0 paket programında Ki-kare, yüzdelik hesaplama ve aritmetik ortalama ile değerlendirilmiştir.

**Araştırmanın Etik Yönü:** Verilerin toplanabilmesi için Çanakkale İl Halk Sağlığı Müdürlüğü'nden resmi izin alınmıştır. Çalışmaya gönüllü olarak katılan anneler

bilgilendirilerek sözlü ve yazılı onamları alınmıştır. Verilerin doğru olarak elde edilebilmesi için, onam formunda isim belirtmenin zorunlu olmadığı, her türlü bilginin gizli kalacağı açıklanmıştır. Verilerin toplanmasını takiben her anneye anne sütünü artıran uygulamalar ve süttten kesme yöntemleri hakkında bilgi verilmiş, bu konuda gerekli bilgi ve desteği alabilmeleri için ebe/hemşirelerine ve/veya doktorlarına danışmaları ve önerilerine göre davranmaları gerektiği açıklanmıştır.

**Araştırmanın Sınırlılıkları:** Bu araştırmanın örneklemini Çanakkale ili Ezine ilçesinde yaşayan anneler oluşturmuştur. Verilerin güvenilirliği görüşmecilerin verdiği bilgiler ile sınırlıdır.

## BULGULAR

Araştırmaya katılan annelerin yaş ortalaması 28.47±4.71, evlenme yaşı ortalaması 21.02±3.57, eşlerinin yaş ortalaması 32.59±4.9'dur. Annelerin eğitim durumları incelendiğinde; %51.4'ü okur yazar-ilkokul, %33.5'i lise, %10.8'i üniversite mezunudur. Annelerin sadece %17.5'i bir işte çalışmakta, %82.5'i ev hanımıdır. Annelerin %19.8'i gelirlerini düşük, %75.5'i orta, %4.7'si yüksek olarak görmektedirler. Ailelerin %53.8'i kasabada, %25.9'u köyde, %20.3'ü şehirde ikamet etmekte olup, %86.3'ü çekirdek aile, %13.7'si geniş aileye ve yaklaşık %65.6'sı birden fazla çocuğa sahiptir (Tablo 1).

**Tablo 1.** Annelerin Tanıtıcı Özelliklerinin Dağılımı (n=212)

Anne Yaşı	n	%
19-24	41	19.3
25-29	88	41.5
30-34	63	29.7
35 ve üzeri	20	9.4
<b>Anne Eğitimi</b>		
Okur yazar değil	9	4.2
Okur yazar- ilkokul	109	51.4
Lise	71	33.5
Üniversite	23	10.8
<b>Aile Tipi</b>		
Çekirdek aile	183	86.3
Geniş aile	29	13.7
<b>Gelir Durumu</b>		
Gelir giderden az	42	19.8
Gelir gidere denk	160	75.5
Gelir giderden fazla	10	4.7
<b>Yaşanılan Yer</b>		
Köy	55	25.9
İlçe	157	74.1
<b>Annenin Çalışma Durumu</b>		
Çalışan	37	17.5
Ev hanımı	175	82.5
<b>Yaşayan Çocuk Sayısı</b>		
1	73	34.4
2	93	43.9
≥3	46	21.7

Annelerin %54.7'si bebeklerini ilk 30 dakika içinde emzirmiş, %83.5'i ilk besin olarak anne sütü vermiş ve %85.4'ü ilk 6 ayda anne sütünün yeterli olduğunu düşünmektedir. Annelerin ortalama emzirme süresi 12.61±4.31 ay olup, %9.4'ü ilk 6 ay içinde bebeklerini anne sütünden ayırmıştır. Annelerin, anne sütünü kesme nedenleri incelendiğinde; %53.6 annenin yeterli süre emzirdiğini düşünmesi, %11.3 bebeğin emmeyi bırakması, %9.3 annenin hastalığı, %8.6 anne sütünün yetersiz olması, %5.3 bebeğin biberona alışması olarak saptanmıştır. Annelerin %85.4'ü ilk 6 ayda sütünün yeterli olduğu görüşünde idi (Tablo 2).

**Tablo 2.** Annelerin İlk Emzirmeye Başlama, Doğumdan Sonra İlk Verilen Besin, Anne Sütünü Kesme Zamanı ve Nedenleri İle İlk 6 Ayda Sütlerinin Yeterliliğine İlişkin Düşünceleri (n=212)

İlk Emzirme Zamanı	n	%
Yarım saat	116	54.7
İlk bir saat içinde	70	33.0
İlk bir gün içinde	26	12.3
<b>Doğum Sonrası İlk Verilen Besin</b>		
Sadece anne sütü	177	83.5
Şekerli su	19	9.0
Mama	16	7.5
<b>Anne Sütünü Kesme Zamanı</b>		
Halen emziriyor	61	28.8
2-3 ay	2	0.9
4-6 ay	18	8.5
6-12 ay	57	26.9
12-18 ay	74	34.9
<b>Anne Sütünü Kesme Nedeni</b>		
Yeterli sürede emzirdiğini düşünmesi	81	53.6
Bebeğin emmek istememesi	17	11.3
Annenin sütünün yetersiz olması	13	8.6
Bebeğin biberona alışması	8	5.3
Annenin hastalığı	14	9.3
Bebeğin hastalığı	3	2.0
Anne üzüntüden	1	0.7
Annenin evden ayrılması	1	0.7
Annenin çalışmaya başlaması	7	4.6
Yeni gebelik	6	4.0
<b>Annelerin İlk 6 Ayda Sütlerinin Yeterliliğine İlişkin Düşünceleri</b>		
Yeterli	181	85.4
Yetersiz	31	14.6

Annelerin %72.6'sı emzirme ve anne sütünü artırıcı uygulamalar/önlemler konusunda bilgi almışlardır. Bilgi edinme en çok ebe/hemşireden (%45.5) ve komşudan (%38.3) olmuştur (Tablo 3).

**Tablo 3.** Annelerin Emzirme ve Anne Sütünü Artırıcı Önlemler/Uygulamalar Konusunda Bilgi Alma Durumları (n=212)

Bilgi Alma Durumu	n	%
Alan	154	72.6
Almayan	89	27.4
<b>Bilgi Alınan Kaynak</b>		
Doktor	12	7.8
Ebe/hemşire	70	45.5
Medya	13	8.4
Komşu	59	38.3

Annelerin anne sütünü artırdığını düşündükleri besinler incelendiğinde; %58 sütlü tatlılar, %42 soğan/sarımsak, %16.6 bulgur, %16.5 kuru üzüm, %16 fındık/fıstık/ceviz, %11.3 börülce, %9.9 bal/pekmez, %7.1 yeşillik, %6.6 hurma ve %6.1 kimyon yedikleri tespit edilmiştir. Sütü artırdığına inanılan içeceklerin ise; %57.5 bitkisel çaylar, %50.5 su, %38.2 süt, %37.7 meyve suyu, %22.2 loğusa şerbeti olduğu saptanmıştır. Anneler bitkisel çay olarak; %29.2 ihlamur, %22.2 rezene, %22.2 ada çayı, %14.6 humana çayı, %11.8 anason, %9 kuşburnu, %3.3 ayva yaprağı ve %1.4 ısırgan otu kullanmışlardır (Tablo 4).

**Tablo 4.** Annelerin Anne Sütünü Artırdığını Düşündükleri Yiyecekler ve İçecekler (n=212)

Yiyecekler	n	%
Sütlü Tatlılar	123	58
Soğan/Sarımsak	89	42
Bulgur	35	16.6
Kuru Üzüm	35	16.5
Fındık/Fıstık/Ceviz	34	16
Börülce	24	11.3
Bal/Pekmez	21	9.9
Yeşillik	15	7.1
Hurma	14	6.6
Kimyon	13	6.1
<b>İçecekler</b>		
Bitkisel Çay	122	57.5
Su	107	50.5
Süt	81	38.2
Meyve Suyu	80	37.7
Loğusa Şerbeti	47	22.2
<b>Bitkisel Çaylar</b>		
Ihlamur	62	29.2
Adaçayı	47	22.2
Rezene	47	22.2
Humana çay	31	14.6
Anason	25	11.8
Kuşburnu	19	9.0
Ayva yaprağı	7	3.3
Isırgan otu	3	1.4

\*Satır yüzdesi alınmıştır.

Anne sütünü artırmak için yapılan geleneksel uygulamalar ise; %29.7 sık emzirmek, %23.1 nazar boncuğu takmak ve okutmak, %23.1 çok sıvı tüketmek, %7.5 uzun süre emzirmek, %7.1 dinlenmek, %6.6 memeyi ovmak ve %2.8 kurşun döktürmektir (Tablo 5).

**Tablo 5.** Annelerin Anne Sütünü Artırdığını Düşündüğü Geleneksel Uygulamalar (n=212)

Geleneksel Uygulamalar	n	%
Sık emzirmek	63	29.7
Çok sıvı tüketmek	49	23.1
Nazar boncuğu takmak /okutmak	49	23.1
Uzun süre emzirmek	16	7.5
Dinlenmek	15	7.1
Memeyi ovmak	14	6.6
Kurşun döktürmek	6	2.8

\*Satır yüzdesi alınmıştır.

Annelerin süttten ayırma yöntemleri incelendiğinde; biberonla ek besin vermek (%25.3), su ve meyve suyuyla oyalamak (%14), meme ucuna saç koymak (%10), memeye salça sürmek (%10), kara sürmek (%8.7), bebeği ayrı eve göndermek (%8.7), memeye biber sürmek (%7.3), memeyi koli bandı ile bantlamak (%6), memeye ruj sürmek (%2), vazelin sürmek (%2), süpürge sapı koymak (%2), bal ve tuz sürmek (%1.3), kahve telvesi sürmek (%0.7), memeyi nane ile sarmak (%0.7) gibi geleneksel yöntemler uyguladıkları tespit edilmiştir (Tablo 6).

**Tablo 6.** Annelerin Bebeklerini Anne Sütünden Ayırmak İçin Kullandıkları Geleneksel Yöntemler (n=151)

Yöntem	n	%
Biberonla ek besin vermek	38	25.2
Su veya meyve suyu ile oyalamak	21	13.9
Saç koymak	15	9.9
Salça sürmek	15	9.9
Bebeği başka eve göndermek	15	9.9
Kara sürmek	14	9.3
Biber sürmek	11	7.3
Koli bandı ile bantlamak	9	6.0
Ruj sürmek	3	2.0
Vazelin sürmek	3	2.0
Süpürge sapı koymak	3	2.0
Bal ve tuz sürmek	2	1.3
Nane ile sarmak	1	0.7
Kahve telvesi sürmek	1	0.7

\*Satır yüzdesi alınmıştır.

## TARTIŞMA

Anne sütü ile beslenme, sağlıklı beslenmenin ilk ve en önemli adımıdır. Ülkemizde emzirme çok yaygındır ve geleneksel bir olaydır. Ancak bebeğini emzirmeye geç başlamak gibi hatalı uygulamalar yeterli ve kaliteli emzirme programını engellemektedir. Bu konuda yapılan çalışmalarda, ek besinlerin erken dönembaşlanmasının anne sütü verme sıklığı ve süresi üzerinde olumsuz etki yaptığı gösterilmiştir.<sup>3,11,12</sup>

TNSA-2008 verilerine göre, tüm çocukların emzirilmeye başlama zamanı ile ilgili bilgiler; ülkemizde anne sütü ile beslenmeye başlamanın oldukça geç olduğunu göstermektedir. Emzirilen çocukların sadece %39'u

doğumdan sonraki ilk bir saat içinde emzirilmeye başlanmıştır; %27'si ise doğumdan sonraki ilk 24 saatte hiç emzirilmemiştir.<sup>3</sup> Bizim çalışmamızda ilk bir saat içinde emzirmeye başlama oranı TNSA 2008'e göre oldukça yüksek olup %87.7'dir. Çalışmamızda annelerin %83.5'i ilk besin olarak anne sütü vermiş ve %85.4'ü ilk 6 ayda anne sütünün yeterli olduğunu düşünmektedir. Annelerin ortalama emzirme süresi 12.61±4.31 ay olup, %9.4'ü ilk 6 ay içinde anne sütünü kesmiştir.

Araştırmamızda annelerin anne sütünü kesme nedenleri incelendiğinde; yeterli düzeyde emzirdiğini düşünmesi (%53.6), bebeğin emmek istememesi (%11.3), anne sütünün yetersiz olması (%8.6), annenin hastalığı (%9.3), bebeğin biberona alışması (%5.3) saptanmıştır. Ünsal ve ark.'nın çalışmasında anne sütünü kesmenin en sık nedeni (%36.3) bebeğin bırakması olarak gösterilmiştir.<sup>11</sup> Çalışmamızın ilginç sonuçlarından birisi de annelerin %4'ünün tekrar gebe kalmayı anne sütünü kesme nedeni olarak göstermesidir. Bu da annelerin doğum sonu kontrasepsiyon konusunda daha fazla bilgi ve desteğe ihtiyacı olduğunu göstergesidir.

Çalışmamızda annelerin %72.6'sının emzirme ve anne sütünü artırıcı uygulamalar/önlemler konusunda bilgi aldığı saptanmıştır. Bu bilgilerin; %45.5'inin ebe ve hemşireden, %38.3'ünün komşu veya ailelerinden, %8.4'ünün medyadan, %7.8'inin doktordan alındığı saptanmıştır. Atmaca'nın çalışmasında annelerin %49.3'ü aile ve çevresinden %17.8'i medyadan, Koç&Tezcan'ın çalışmasında %61'inin sağlık personelinden, %28.8'inin ise kitap, gazete, dergi ve broşür gibi kaynaklardan anne sütü ile ilgili bilgi aldıkları görülmüştür.<sup>13,14</sup> Çalışmamız anne sütünü artırıcı uygulamalar/önlemler konusunda sağlık personelinden yeterli bilgi alınmadığını göstermektedir. Bulgular, sağlık kuruluşlarında sağlık eğitim programlarına daha fazla önem verilmesi gerektiğini ortaya çıkarmaktadır. Ayrıca kitle iletişim araçlarından da yararlanılarak sağlık uzmanları tarafından anne sütü ile ilgili bilgi ve uygulamalar tüm annelere ulaştırılmaya çalışılmalıdır.

Anne sütünü artırmada bebeklerin doğru teknik ve sık aralıklarla emzirilmesi, memelerin boşaltılması, yeterli uyku ve dinlenme ile annelerin özgüvenlerinin artırılması etkili uygulamalar olarak bildirilmesine rağmen,<sup>15</sup> pratikte daha çok çeşitli kültürel uygulamalar yapılmaktadır.<sup>5</sup> Bunların genellikle besin ve sıvı tüketimine yönelik uygulamalar olduğu dikkati çekmektedir.<sup>9</sup>

Çalışmalar annelerin %30-60 kadarının sütlerini artırmak amacıyla bitkisel çayları kullandıklarını ortaya koymuştur. Genellikle rezene, ıhlamur, anason, ayva yaprağı, ada çayı, ısırgan otu, kuşburnu gibi bitkisel çayların anne sütünü artırdığı belirtilmiştir.<sup>4,12,16</sup> Bizim çalışmamızda sütü artırdığına inanılan içecekler; %57.5 bitkisel çaylar,

%50.5 su, %38.2 süt, %37.7 meyve suyu, %22.2 loğusa şerbeti olduğu saptanmıştır. Annelerin kullandıkları bitkisel çaylar; ıhlamur (%29.2), rezene (%22.2), ada çayı (%22.2), humana çayı (%14.6), anason (%11.8), kuşburnu (%9), ayva yaprağı (%3.3) ve ısırgan otu (%1.4) olarak bulunmuştur (Tablo 3). Bitkisel çayların anne sütüne ve bebek beslenmesine etkisi bilimsel olarak kanıtlanmış değildir.

Anne sütünü artırmak için birçok besin tüketimine yönelik uygulamanın yapıldığı bilinmektedir. Katebi Türkiye ve İran'da anne sütünü artıran geleneksel uygulamaları incelediği çalışmasında; Türkiye'de en çok soğan, bürülce, tahin helvası, bulgur pilavı, patates, ıhlamur ve tuzlu su içme, İran'da ise buğday, süt duası, kuru üzüm, fındık ve fıstık yeme alışkanlıklarını saptamıştır.<sup>17</sup> Demirtaş Ankara'da, sütün bol olması için en fazla yeşil-kuru soğan, komposto, çorba, helva, bulgur pilavı, yeşil sebze ve tatlı tüketiminin,<sup>5</sup> Dinç Şanlıurfa'da bol sıvı alımı ile pilav tüketiminin,<sup>7</sup> Gökduman Kütahya'da bol su tüketiminin, bunun dışında süt, tatlı, incir, soğan, meyve-meyve suyu ve sebze tüketiminin,<sup>18</sup> Tanrıverdi ve ark. İzmir'de özellikle içeceklerden; su, inek sütü ve ayranın, yiyeceklerden de tahin helvası, soğan ve pekmezin anne sütünü arttırmada etkili olduğunu düşünüldüğünü saptamışlardır.<sup>19</sup> Bizim çalışmamızda ise annelerin anne sütünü artırdığını düşündükleri besinler incelendiğinde; %58 sütlü tatlılar, %42 soğan/sarımsak, %16.6 bulgur, %16.5 kuru üzüm, %16 fındık/fıstık/ceviz, %11.3 bürülce, %9.9 bal/pekmez, %7.1 sebze, %6.6 hurma ve %6.1 kimyon olarak tespit edilmiştir.

Anne sütünün arttırılmasında başvurulan geleneksel yöntemlere ilişkin yazılı literatür oldukça sınırlıdır. Gökduman çalışmasında, annelerin %47.9'unun geleneksel uygulama yaptığını, bunların %75.9'unun su ve sulu gıda aldığını ve %62.7'sinin dengeli beslendiğini saptamıştır. Bir anne bal ve baharat, bir anne arpa tükettiğini belirtirken, bir anne de kurşun döktürmüştür.<sup>18</sup> Bizim çalışmamızda annelerin sütünü artırmak için yaptığı geleneksel uygulamaların ise; %29.7 sık emzirmek, %23.1 nazar boncuğu takmak ve okutmak, %23.1 çok sıvı tüketmek, %7.5 uzun süre emzirmek, %7.1 dinlenmek, %6.6 memeyi ovmak ve %2.8 kurşun döktürmek olduğu saptanmıştır.

Sütten kesme yöntemi olarak yüzyıllar boyunca geleneksel farklı yöntemler denenmiş ve geliştirilmiştir. Temelde iki çeşit sütten kesme yöntemi bulunmaktadır; azaltarak sütten kesme ve bir anda sütten kesme. Bir anda sütten kesmenin en sık kullanılan yöntemi anne memesinin tadını ya da görüntüsünü değiştirerek çocuğu iğrendirme yoluyla memeden vazgeçirmektir. Örneğin; Meksika'da çoğu kadın göğsüne kıvamlı kakao sürüp çocuğa bunun 'kaka' olduğunu söylemekte ve doğal



olarak 'kaka' yemek istemeyen çocuk kolaylıkla memeden uzaklaşmaktadır. Yeni Gine'deki geleneksel toplumlarda ise kakao yerine memeye çamur sürerek süttten kesme yaygındır. Dünyadaki çoğu toplumda memeye aloe, acı biber, hardal hatta ketçap gibi çocuğa itici gelebilecek tatlar sürerek süttten kesme yöntemi uygulanmaktadır. Yine de batı toplumlarında özellikle 18. yüzyılın ortalarından sonra kötü tatlar kullanarak süttten kesmeye daha az rastlanmaktadır. Bunun sebebi batıda çoğu bebeğin bir yaşını doldurmadan emmeyi bırakıyor olmasıdır.<sup>10</sup> Küçük bebeklerin anne memesine olan bağı daha zayıf olduğundan süttten kesmeye dirençleri de daha azdır. Daha önce belirtildiği gibi 6-12 aylık dönemdeki çoğu bebekte azaltarak süttten kesme yöntemi kolaylıkla işe yaramaktadır. Ayrılma yönteminde, anne çocuğu birkaç günlüğüne babayla/bakıcıyla evde bırakır ya da büyükanneye/başka bir akrabaya gönderir.<sup>11,20</sup> Niğde ilinde yapılan bir çalışmada annelerin süttten kesmek için memesine yün, tavuk tüyü, saç yapıştırdığı, kara sürdüğü, memenin başını tuzla acı bibere bulaştırdıkları, çocuğa memenin kaka olduğunu söyledikleri bildirilmektedir.<sup>21</sup> Bizim çalışmamızda annelerin süttten ayırmak için kullandıkları geleneksel yöntemler incelendiğinde; biberonla ek besin vermek (%25.3), su ve meyve suyuyla oyalamak (%14), meme ucuna saç koymak (%10), memeye salça sürmek (%10), kara sürmek (%8.7), bebeği ayrı eve göndermek (%8.7), memeye biber sürmek (%7.3), memeyi koli bandı ile bantlamak (%6), memeye ruj sürmek (%2), vazelin sürmek (%2), süpürge sapı koymak (%2), bal ve tuz sürmek (%1.3), kahve telvesi sürmek (%0.7), memeyi nane ile sarmak (%0.7) gibi yöntemler uyguladıkları tespit edilmiştir.

## SONUÇ ve ÖNERİLER

Annelerin anne sütünü arttırmak ve bebeklerini memeden ayırmak için geleneksel yöntemlere başvurdukları saptanmıştır. Emzirme sürecinde anne sütünü artıracak geleneksel uygulamaların bilinmesi, bu dönemde birey ve ailelere sunulacak sağlık hizmetlerinde önceliklerin belirlenmesi, emzirmeyi olumsuz etkileyen faktörlerin erkenden önlenmesi, bebeklerin uzun süre, etkili bir şekilde sadece anne sütüyle beslenmelerinin sağlanması, bebek ölümlerinin azaltılması açısından çok önemlidir. Sağlık hizmeti sunan ebe ve hemşireler; emzirmenin erken başlaması ve başarılı bir şekilde sürdürülebilmesi için, gebelik döneminin başından itibaren aileyi bütüncül olarak değerlendirmeli ve geleneksel uygulamaları sorgulamalı, anneleri emzirme, anne sütünün önemi, bebek bakımı konularında eğitmeli ve desteklemelidir.

## KAYNAKLAR

1. The United Nations Children's Fund. Breastfeeding. Erişim 23.10.2014. [http://www.unicef.org/nutrition/index\\_24824.html](http://www.unicef.org/nutrition/index_24824.html)
2. World Health Organization. Global data bank on infant and young child feeding, s.3-37, Geneva (2009).
3. Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması 2008. s.171-87, Hacettepe Üniversitesi Nüfus Etütleri Enstitüsü, Ankara (2009).
4. Akgün, T. Anne sütü ile besleme durumu ve bu durumu etkileyen faktörler. Aile Hekimliği Anabilim Dalı Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi, Marmara Üniversitesi Tıp Fakültesi, İstanbul (2006).
5. Demirtaş, D. Emzirmeyi etkileyen kültürel değerler. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara (2005).
6. Gökçay, G. Bebek beslenmesi. Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları,1 Baskı, İstanbul (2007).
7. Dinç, S. Şanlıurfa merkezde bulunan 4 numaralı sağlık ocağına kayıtlı 0-1 yaşında çocuğa sahip olan annelerin çocuklarının bakımında uyguladıkları geleneksel uygulamalar. *Hemşirelik Bülteni*. 2005;2(1):53-63.
8. Eğri, G., & Gölbaşı, Z. 15-49 Yaş grubu evli kadınların doğum sonu dönemde bebek bakımına yönelik geleneksel uygulamaları. *Türk Silahlı Kuvvetleri Koruyucu Hekimlik Bülteni*. 2007;6(5):313-20.
9. Chuang CH, Chang PJ, Hsieh WS, Tsai YJ, Lin SJ, Chen PC. Chinese herbal medicine use in Taiwan during pregnancy and the postpartum period: A population-based cohort study. *International Journal of Nursing Studies*. 2009;46(6):787-95.
10. Sinem O. Bebek Gelişimi: Bebeğimi ne zaman ve nasıl süttten kesmeliyim? <http://www.istanbulparentingclass.com/makaleler.php?id=29> erişim. 16.10.2014
11. Ünsal H, Atlıhan F, Özkan H, Targan Ş, Hassoy H. Toplumda anne sütü verme eğilimi ve buna etki eden faktörler, *Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Dergisi*. 2005;48:226-33.
12. Gökduman M, Balkaya NA. Anne sütünü artırmaya yönelik bitkisel çay kullanımı ve etkileyen faktörler, *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Elektronik Dergisi*. 2010;3(4):187-94.
13. Atmaca, B. 15-49 Yaş kadınların anne sütü ile ilgili bilgileri ve davranışları, Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi, Yüzüncü Yıl Üniversitesi Tıp Fakültesi, Van (2008).
14. Koç GI, Tezcan S. Gebelerin emzirmeye ilişkin tutumları ve emzirme tutumunu etkileyen bazı faktörler, *Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*. 2005;1-13.
15. Gökçay, G. Yaşamın ilk 2 yılında çocuk sağlığı ve bakımı. (1. baskı). İstanbul: Saga Yayınları (2008).
16. Atılgan ZTD, Oğuz ŞS, Dilmen U. Prematüre bebeği olan annelerde metpaid ve humana still-tee bitki çayı kullanımının anne sütüne etkisinin karşılaştırıldığı kontrollü randomize bir çalışma (2009) Erişim: 23.10.2014, <http://www.humanaturkiye.com/dr.zekai-tahir-burak.html>
17. Katebi V. İki farklı ülkede ve farklı kültürlerde yaşayan 15 yaş üzeri evli kadınların gebelik, doğum ve loğusalığa ilişkin geleneksel uygulamaların incelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir (2002).
18. Gökduman M. 0-6 Aylık bebeği olan annelerin anne sütünü artırmaya yönelik geleneksel uygulamaları, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Aydın (2009).
19. Tanrıverdi S, Köroğlu ÖA, Kültürsay N, Egemen A. Annelerin anne sütünü artıran faktörlere ilişkin görüş ve yaklaşımları, *The Journal of Pediatric Research*. 2014;1(2):84-6.
20. Özcebe H, Kesgin MT. Türkiye'de çocuk bakımındaki geleneksel inanç ve uygulamalar, *Türkiyat Araştırmaları*. 2004;(1):43-56.
21. Beyhan Aİ. Kemerhisar-Bahçeli 'de inançlar, yerel adlar, takma adlar ve sağlımacılık, Türk halk kültüründen derlemeler, Ankara, Kültür Bakanlığı:1625, Halk Kültürü Araştırma ve Geliştirme Genel Müdürlüğü Yayınları:209, Süreli Yayınlar Dizisi. 1995;29:41-74.