



M. A. Akşit Koleksiyonundan

## Kültür

# 6

## Olumlu denilerek Emzirmeye Karşı Çıkmak \*

**M. Arif AKŞİT\*\***

*\*Emzirme konusunda gerçek bir mücadele yapmak gerekir, Sultan D. Aydoğdu, en büyük mücadeleyi veren kişilerdendir, rahmetle anmalıyız.*

*\*\*Tıp Doktoru, Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Uzmanı, Neonatoloji ve Pediatrik Genetik Uzmanı, (Emekli) Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Tıp Fakültesi*

*Emzirme doğal ve yaratılışa uygun bir boyut iken, buna karşı çıkılacağını bile düşünmek olası görülmemektedir. Ama hekim olarak yaygın tersinin izlendiği de bir gerçektir. Olumlu bakıyorum diyerek, arkasından ancak uyumsuzluk sorunları çıkıyor demek, sorunu kendin yaratıyorsun anlamını taşır, farkında olmadan tersini olumlu gibi sunmaktadır.*

*Çocuk Sahibi olmak için kadınlarda asistanlık dönemi en ideal iken, nöbet ve servis çalışması açısından, birçok defa sınırlarda çocuk yapmayacağı sözü alınır ve liste o şekilde ilan edilirdi. Cerrahi branşlarda ise, kadının alınması olası değil idi. TUS sınavı çıkınca bu algı tümenden değişmiştir.*

*Girenlere uygulanan yaklaşımlar da giderek kalkmıştır, ancak halen izleri bulunmaktadır. En toleransı kat olanları kadın olması anlaşılır değil ama gerçektir.*

**E**mzirme bir doğal ve canlıların, memelilerin evlatlarını emzirmesi ile sağlıklı oldukları ve yaşama şansları yaratıldığı da bir gerçektir. Bu bilinmesine karşı hekimler arasında gebe ve emziren kişilere bırakın saygı boyutunu, zorlama ve engelleme çıkarılması da bir inanılmaz, anlamsız boyuttur.

Bir asistan arkadaşım kocası Savcı imiş, bu şekilde yaklaşımlar için, gereken hukuki yaklaşımı yapmak için hazırlık yapmışlar. Ancak, benim sorumlu olduğum servis idi, ne istersen yapabilirsin, esnek olmalısın, eğer öngörülen süre yetmez ise bana söyle ben takviye yaparım dedim. Ben bu konuyu bilmediğim açık, ama zaten tüm her kadına yaptığım eylem olduğu için, sadece bilgilendirme yapmıştım. Aynı anda bir hemşire de emzirmekte idi, ikisine söyledim ve servisteki pompayı kullanmasını söyledim. Hekim arkadaş bilmiyordu, hemşire ile öğrendiler başarılı olarak bebek 1,5 yaşına kadar kullandılar. Haberimiz, kullanılan malzemelerin servisten harcandığı algısı ile, şikâyet eden olmuş, bu nedenle öğrenmiştim. Gerçekte ise, Amerika'da doğan Torun örneği olarak, torba değil, biberon ile dolduruyorlar, buzdolabında, derin dondurucuda depoluyorlardı. Torba zaten kullanmıyorduk, ihbarı yapan hekim öğretim üyesi olduğu için kitaba bakmış, uygulananı bilmiyormuş.

## Özet

### Olumlu denilerek Emzirmeye Karşı Çıkmak

**Amaç:** Emzirmeye karşı çıkan olmaz demek, emzirmeyi desteklemek anlamını taşımaz, emzirme bir seferlik değil en az 6 aylık bir süreçte tam anne sütünü vermek gerekeceği için destek önemlidir. Bu makalede destek adı altına negatif tutumlara değinilecektir.

**Dayanaklar/Kaynaklar:** Yazar olarak kendi tecrübelerim ötesinde, internet kanalı ile bazı hususlar ve hukuk, ekonomik açıdan irdeleme yapılmıştır.

**Giriş, Tanım:** Emzirme annenin oluşturduğu bir sanat işlevi olup, en az 6 ay boyunca sürdüreceği ve bebeği ile bir bütünleşme yaratacağı algılanmalıdır. Anne süt veren bir gıda kaynağı değil, anne sevgi ve çocuğuna bir mucize ve bir ayrıcalıklı olan, sadece kendisinin verebileceği bir değer sunmaktadır, bir fedakârlık yaklaşımı yapmaktadır. Karşılıklı kazanç, kazanç boyutunda ise, insanlıkta mutluluk boyutu ele alınmalıdır.

**Sonuç:** Topluların algısına göre, gerekçe olarak bazı hususlar sunulsa da emzirme bir yaratılış kaynağıdır, tüm yaklaşımlar meta ve insana itici olmaktadır.

**Yorum:** İnsanlar sevgi ile bütünleşirler, bir yemek ancak sevgi ile yoğrulursa, sunulursa yenilecek gıda olur. Anne sütü de tümünden sevgi ile oluşur. Bunu dikkate almadan, anneyi bir süt verici olarak gören yaklaşımlar, emzirmeye karşı boyutlar oluşturmaktadırlar. Anneden emzirme rızası almak için, bilgi ötesi, sevgi boyutu sunulmalıdır.

**Anahtar Kelimeler:** Emzirme ve olumlu yaklaşım denirken, negatif algı yaratılması

## Outline

### Disapproval to Breast-feeding as if positive indication.

**AIM:** If you may consider no body be against breast-feeding, thus, it must be at complete for 6 months, supportive considerations are essential. Thus, at this Article, as a supportive, thus contrary disapproval of breastfeeding indicated.

**Grounding Aspects:** Author individual experiences and indication are main one, thus, internet and legal concepts taken in attention.

**Introduction:** Breastfeeding is an art made from mother, thus be a process for at least 6 months duration, united with the infant, child, as perceiving as feeding. Mother giving with the milk, breastfeeding, love and as a miracle milk, produced only form her to her child, a value forming from her. Not only a win-to-win aspect, making a value of humanity.

**Notions:** The individual ideas, mostly form community values, as indicated reasons, be not forgetting it is not feeding, it is a breastfeeding from natural establishing, creation. The indication as mother is milk supplier and not as mother being a controversy of this application, breastfeeding.

**Conclusion:** Human being be united together under love, love in humanity, so even food be making by love, and presented by love affects, mother 's milk is not just a nutritional matter. It is a love, as not the mother given as milk serving person, so, such inhuman approach be making the breastfeeding as disapproval. For taken consent, the information not at knowledge, be at love aspect.

**Key Words:** Breastfeeding, Disapproval to Breast-feeding as if positive indication

## Giriş

Anne sütü destek grubu, yaklaşımları ile emzirmeyi olumlu değil, olumsuz boyuta getirebilmektedir. Başıma gelen bir olaydan söz edeyim.

Amerika'da Kızım doğum yaptı. Kendisi doktoralı ve Kaliforniya Kamu yapısında çalışan bir uzman idi. Yazar olarak 3 yıl ara ile 3 ay kalarak Yenidogan Yoğun Bakım Üniversitesinde Konsültan hekim olarak çalıştığım Hastane Etik Kurulda aktif üye olarak çalıştığımı biliyorlardı. Kızım doğumunu hastanenin Kadın-Doğum Ünitesinde yaptı. Kısaca her birey

Açıklamalı [MAA1]:

beni tanıdığını fark ettim. Kapıdaki sekreter bile ilk karşılaşmada beni adımı belirterek karşıladı.

Daha önce 36 saat ağrı çekmesi ve 3 cm'den fazla açılmaması ve oksitosin yüksek doz verilmesine karşın, ÇKS bozulduğu için sezaryen yapılmıştı. Bu nedenle ikinci çocuk sezaryene elektif olarak alındı. Ameliyathaneye girdim, Anestezist, benim konferansımı dinlemiş, on parmak ile endorfin üretimine geçmemi istedi. Gittim, kızımı okşadım, konuşum ve sakinleştirdim. Rahatladı ve ben devamlı kolunu tuttum, sevgi boyutu ile baskı duymasını sağladım, spinal yol ile anestezi yapıldı. Doğum oluştu.

Serviste Cuma 13 tarihi olduğu için, kimse yoktu, bir inanış yüzünden boşalmıştı. Bu açıdan 3 gün kalmasını önerdiler ve kaldık. Normalde sezaryeni akşam eve çıkarmakta imişler. Özel sigorta kapsamı da olduğundan tek oda verdiler.

Serviste 4 kişi emzirme tekniği ile ilgili idi, oda da bize özgü ayrılan meme pompası vardı, ayrıca bir ufak mama ile bir takvim asılı idi. 2 saatte yarım, 3 saatte 1 cc/mL ve bu şekilde saatlik sonra 2, 3, 5mL mama verilmesi belirtiliyor ve damlalık konulmuş idi. Bir firma tarafından bir paket verilmiş, içinde biberon, alt bezi ve mama önerisi bulunmakta idi.

Kızım, servis kuralları dışında bir yaklaşım ile derhal taburcu edeceklerini söylediklerini, özellikle benim Yenidoğan Hekimi olmam nedeniyle karışmamamı istemişler. Gelen Pediatriyen hekim beni tanıdığı için, Grand-Papa olayı çözebilir, ben rahatım demişti. Gelişmeler nasıl olacak diye bakıyor, bebeğin meme tutuşunu kontrol edip, anneye öğütler vermekte idiler.

Sezaryende meme boş ve süt olmadığı farkında olarak, tüm servisi bir kontrol ediyor, kimse yok iken pompa ile sütü çekiyor ve bebeğe veriyordum. Ayrıca fark edilmesin diyerek, mamadan da istedikleri miktarda, 1,5mL mama çekip boşalttım. Sonra hemen pompa ve biberonu temizleyip, kurulaıyıp koyuyordum. 21mL anne sütü vermişim, emzirme hemşiresi geldi, ne kadar verdiğimi sordu, 7mL diye yalan söyledim, çok vermişsin, 5,5mL geçmemeli idin diye bana sert çıktı. Bu arada sarılık oldu, 9mg/dL yükseldi, anne sütü sarılığı denildi, mama önerisi geldi, Pediatriyen Dedesi çözer dedi. Bu arada pompa kullanmak yasak olduğu, ancak ben 80-100mL/Kg anne sütü almasını sağlıyordum, ama emziriyor, miktar bilinmiyor deniliyordu. Mama halen duruyor ve verdiğimiz günde 10mL aşmasını isteniyordu, tabi ben lavaboya döküyordum. Kan değiştirme planı yapıldığını da eklemem gerekir.

Emzirme hemşireleri beni suçlu görüyorlar, mutlaka bir şeyler karıştırıyor diyorlarmış, kızıma da söylemişler, korkuları benim ekstra beslemem idi. Pediatriyen, Dede gerekeni yapar demiş, Bana söyledi, ama öğrenmek istemedi, dosyaya yazarım, servis öğrenir ve zor durumda kalabilirsiniz dedi.

Anne sütü konusunda daha önce görevli iken konuşma yapmış, bir seminerde de söz alarak konuşma yapmışım. Pediatriyen, emzirme hemşirelerinin kendileri aralarında eğitim aldığı, tamamen kurallara göre davrandıkları, bireye göre farklılık yapmadıkları, mutlaka mama verdikleri, daha önce şekerli su iken, ancak bunu mamaya değiştirebildik dedi ve hekimleri, bizleri dinlemedikleri için, konuşmamın ters etkisi olabilir dedi.

Eve portatif elektrikli pompa devlet tarafından gönderilecekti, ancak arkadaşımın daha gelişmiş ve portatif, sarf malzemesi olmadan kullanılabilen cihaz getirttik ve uygulamasını yaparak hemen aktif faaliyete koyduk. Ne mi yaptık? Bebek her ağladığında meme verdi, genellikle 2 saatte bir, emzirme sonunda da sütü çektik, memeyi boşalttık. Bebek almak istemiyorsa deep firezde -18 ve altında sakladık. Sonuç süt izni bitince daireye makineyi götürdü ve bebek neredeyse iki yaşına kadar anne sütü aldı. 9 ay tam anne sütü almıştı.

Aklıma büyük çocuğun sınıf arkadaşı hekim imiş, benden de uzak duruyordu. Çocuğu düştü, kızım bak dedi, babası ile baktık, ağaç kırıntısı olan yere hafif alnını vurmuş, herhangi bir boyutu yok idi. Geçmiş olsun dedim ve konuştuk. Kendisi aile hekimisi imiş, bu konuda uzmanlık almış. Biz Neonatolog'ların davranışlarını hiç sevmeyiz dedi. Sabah doğum yapıp, akşam eve

gönderiyor, takibini biz yapıyoruz. Sarılık gelişince de bizleri suçluyorlar dedi. Sezaryen bile akşam eve gönderince istatistikleri mükemmel, sorun olunca biz yaptık oluyor dedi. Ben 2-3 gün yatırıyor, sezaryen ise 7-9 gün duruma göre kalıyor deyince, çok memnun oldu. Aynı zamanda, anne sütü diyerek, engelliyorlar dedi.

## Ekonomi

Anne sütü verilmesi ekonomik olduğu söylene bile ekonomi kavramını sadece ucuzluk olarak görme boyutudur, bu algı düzeltilmelidir. Önce Ekonomi kavramı üzerinde durulmalıdır. Fiyat değil, bireyi mutlu kılması önemlidir.

**Ekonomi: E=Etkin, V=Verimli, E=Erişilebilir, M=Memnuniyet oluşturmak, (E=Effective, E=Efficient, E=Eligibility, F=Fulfillment) olarak irdelenebilir.**

**1—Etkin (Effective):** Anne sütü etkin olmalıdır, bunun için en az 6 ay tam anne sütü alabilmelidir. Emzirme süresi 10 hafta ise, geri kalanları da annenin eve gitmesi veya pompa ile iş yerinde çekerek verilmesi, ayrıca buzdolabında derin dondurucu biberonlara daha önce konmuş olan süt deposu olmalıdır. Doğumdan sonra ilk gün çok önemlidir. Sezaryende süt gelmeyeceği için ısrar etmek önemlidir.

**Yenidoğan Boyutu olarak:** Her gebelikte yaratılış olarak anne sütü gelecek, neredeyse akacak ve bebek doğacaktır. Zamanımızda bu şekilde hiç oluşmadığı kavranmalıdır. Eğitim kalıp değil, bireye göre yeni bir buluş, yeni bir yaklaşımı gerekli kılar.

**2—Verimli (Efficient):** Bir memeden yeterli süt salgısı gelmelidir. Bunun için en önemlisi yeterli sıvı alması gereklidir. Ayrıca annenin beslenmesi önemlidir. Bu abartıldığı, kültürel açıdan da bir süre sonra annenin ileri derecede şişman olduğu gözlenmektedir. Her doğum yapana, bir asgari ücret verilmesi, asgari ücretin bireyin 2500Kalori alması planında yer almaktadır. Bu ücret nedeni ile yaşamını sağlamayı düşünen ve bu nedenle çocuk sahibi olan olgular Amerika’da gözlenmektedir.

Sütün kalite boyutunun, gebelik haftasına göre yaratışta uygun olduğu, yeterince emzirme ve meme boşaltmanın önemi belirgindir. Anne memenin boşaldığını algılamalı, kontrol etmeli, boşalmamış ise, pompa ile boşaltmalıdır, geri dönüşüm, feedback ile inhibe olmamalıdır.

**Yenidoğan Boyutu olarak:** Yenidoğan, prematüre ölümleri dahil, azaltılmasında en önemli faktör anne sütü alıp almaması olduğu için önemlidir.

**3—Erişebilir Olmak (Eligibility):** Rooming-in denilen anne ve bebek birlikte olmalıdır. Bu şekilde anne bebeğin acıkmasını ve emmeyi ağlamadan istediğini algılayabilmelidir. Anne olmaz ise süt alamaz. Biberon ile derin dondurucu alternatif olup, emzirmenin yerini tutamaz, mecburiyetten uygulanmalıdır.

**Yenidoğan Boyutu olarak:** Neonatal Yoğun Bakım Üniteleri dahil tüm Yenidoğan birimlerinde anne yatağı da konulması düşünülmelidir.

**4—Memnuniyet oluşturmak, zevk verici (Fulfillment):** Konu anne sütü değil, emzirmek olmalıdır. Emzirme bebek ve annenin karşılıklı mutluluk oluşturmasıdır. Burada salınan, endorfin, oksitosin, domaini, serotonin gibi maddeler her iki taraflı olarak salınmakta, mutluluk oluşturmaktadır. Bu durum kucakta bebeği besleyen babada, herhangi bir sevgi ile yaklaşımda da oluşmaktadır.

**Yenidoğan Boyutu olarak:** Bebek beslerken, oral, anal refleks ile dışkılama olabilir, uyur, gevşeme ile gazını çıkarır, idrarını ve kakasını yapar. Yarım saat sonra da altı temizlenmelidir.

**Emzirme tüm aşamalarını kapsamış olarak ekonomik katkı sağlar.**

Emzirmenin katkı sağlaması için, anne bebeğini kabul etmeli, evde, çevrede ve kurum, toplumda kabul görmesi gerekir. Ayrıca bebeğin hukuki sorumluluğu açısından ister evlilik bağı olsun ister olmasın tam kurulmalıdır.

Anne ve bebeğe, emzirme dönemi içinde belirgin şekilde destek sağlanması gereklidir, bunun tam olmaması, bir boyut olarak emzirme karşıtlığı anlamı taşır. Ben köpekleri çok severim ama benden uzak dursun, ısırılmalarından korkarım, mikrop ve parazit taşırlar, beynimde kist olmasını istemem, doğuruyorlar eniklere kim bakacak gibi gerekçeleri sunmaktadırlar. Amerikan Başkanlık seçiminde, Clinton'a karşı olan aday, oyların %70'ine yakını anketlerde alıyordu, bir TV programında, uysal Labrador retriever yavrusu paçası ile oynarken, onu tekme atarak uzaklaştırdı ve seçimi belirgin şekilde kaybetti.

**Emzirme, bir insanın ulaşacağı en üst mutluluk ve tatmin boyutudur, erkek, baba da bundan pay alabilir.**

## Genel Değerlendirme

Bir konuda eğer gerçekten sevgi üzerinde değilseniz, onu kalıp olarak alır, meta haline getirirsiniz. Anne ve çocuk kavramı da sevgi ve sevgiden doğan saygı yerine farklı boyutlara getirilmektedir.

Her birey, her anne ve bebek ilişkisi farklı ise, bunun düzenlenmesi, nasıl raporlar hekim tarafından veriliyorsa, Aile Hakimine bırakılmalı, Uzmanlık konusunda ise Çocuk Hekimi, gerekirse Neonatolog olması gerekirken, genellikle müdürler yapmaktadır.

Hastanede bile servis sorumlu hekim varken, Hastane Müdürü, asistanın nöbetini takip etmekte, özellikle emzirme boyutu izlenmektedir. Bana gelip, Hocam ama suüstimal ediyorlar demesi üzerine, etse ne olur, bebeği ile yarım saat fazla geçirse ne olur diye çıkmıştım.

Bazı kıdemliler yanlarında gebe ve çocuklu anne istemiyorlardı, karşı çıkıyorlar, onlara sorun yaratıyorlardı. Ben asistan iken, tek ben ve 4 kadın oluyorduk, onlar odada yatar, ben kanepede kalırdım. Başasistan iken, servise gelinceye kadar servise destek olduğum çok olmuş, hafta sonralında da öğleye kadar beklediğim de olmuştur.

### Yasalara Bakalım İmkanlar Sağlıyorlar mı?

#### 1) Emzirme İzni, [Emzirme İzni- iskanunu.com](http://Emzirme İzni- iskanunu.com)<sup>1</sup>

Anne sütünün bebekler için en ideal ve vazgeçilmez bir besin kaynağı olduğu tüm otoriterlerce tartışmasız kabul edilen bir gerçektir. Bu nedenle, dünya genelinde tüm hükümetler ve kurumlar, bebeğin bu gereksiniminin karşılanması için, bebek ile annenin sağlıklı gelişimini sağlayacak Emzirme İzni / süt izni gibi yasal düzenlemeler yapmaktadırlar.

Ama bu düzenlemelerin uygulamasında çözümü pek de kolay olmayan bazı nedenlerle sorunlar ortaya çıkmakta ve süt izni amacına uygun olmayan şekillerde kullanılmaktadır.

#### **Yasal Dayanak: İlgili Yasa Maddesi Ve Yönetmelik**

4857 Sayılı İş Kanunu 74. Maddesine göre; "Kadın işçilere bir yaşımdan küçük çocuklarını emzirmeleri için günde toplam bir buçuk saat süt izni verilir. Bu sürenin hangi saatler arasında ve kaç bölünerek kullanılacağını işçi kendisi belirler. Bu süre günlük çalışma süresinden sayılır."

#### **Emzirme Odası Kurulma Zorunluluğu**

16 Ağustos 2013 tarihli 28737 Sayılı Resmî Gazetede yayımlanan Gebe Veya Emziren Kadınların Çalıştırılma Şartlarıyla Emzirme Odaları ve Çocuk Bakım Yurtlarına Dair Yönetmelik 13. Maddesi; "Yaşları ve medeni halleri ne olursa olsun, 100-150 kadın çalışanı olan işyerlerinde, emziren çalışanların çocuklarını emzirmeleri için işveren tarafından, çalışma yerlerinden ayrı ve işyerine en çok 250 metre uzaklıkta bir emzirme odasının kurulması zorunludur.

#### **Emzirme İzninin Kuralları**

- Emziren anne her çalışma günü içinde 1,5 saatlik emzirme izni kullanabilecektir
- Bu izin anne yasal doğum iznini bitirdikten sonra başlar çocuk 1 yaşını doldurduğunda sona erer.
- Anne süt iznini hangi saatler arasında ve kaç bölüme kullanacağını kendisi belirler.
- İzin süresi günlük çalışma süresinden sayılır ve yıllık izne hak kazanmak için gerekli sürenin hesabına dâhil edilir. (İş Kanunu Madde 55 ve 65)
- Kadın işçinin izni nasıl kullanacağını işverene yazılı olarak bildirmesi ve işverenden iznin uygun bulunduğunu gösterir bir ispat belgesi alması gerekir.
- İşveren süt izninin kullanılmasını reddedemez, anne de bu hakkında vazgeçemez.
- Emziren annelerin doğumu izleyen 6 ay içinde gece çalışması yasaktır, ayrıca günde 7,5 saatten fazla çalışmaya zorlanamazlar.
- Yaşları ve medeni halleri ne olursa olsun, 100-150 kadın çalışanı olan işyerlerinde, emziren çalışanların çocuklarını emzirmeleri için işveren tarafından, çalışma yerlerinden ayrı ve işyerine en çok 250 metre uzaklıkta bir emzirme odasının kurulması zorunludur.

#### Yorum

- **İzin kullanımında mutlak uygun olmayan tutum; annenin mi, idarenin mi? Yasal izin konusu gündeme getirilirken "Ama bu düzenlemelerin uygulamasında çözümü pek de kolay**

*olmayan bazı nedenlerle sorunlar ortaya çıkmakta ve süt izni amacına uygun olmayan şekillerde kullanılmaktadır”* vurgusu önemlidir. Bir anne, bir hekim çalışırken, hasta ve ölümcül olanlara bakarken, telefon gelir, bebeğin kustu ve yeşil kaka yaptı denirse, anne bebeğe nasıl ulaşacaktır, anne hekimidir? Önemli bir sorunu da olmayabilir. Yazar olarak uyguladığım, a) Arabası ile gidip baksın, gerekirse getirsin izleyelim, b) Bebeği getirsinler, emzirme odasına veya sağlam bebek odasında bakmalı, c) Hekim arkadaşımız evine gitsin veya hastanede sağlam çocukta bakılsın, d) Bu seferlik nöbetçilere görev devri yap ve eve git demekteyim. Kendisi hekim olduğu için, son kararı kıdemlisi veya hocasının vermesi için ben de bebeğe bakardım ve baktım da.

- **İzin Süresi hakkında:** Yasada belirtilen *“her çalışma günü içinde 1,5 saatlik emzirme izni kullanabilecektir”* konusudur. Birçok kurum bunu zorunlu verdiği için, günlük mesai sonunda verir, halbuki amaç öğle emzirmesidir. Hastanede, uygun kullanılmıyor diyene, ben onun yerine nöbetteyim, evet kıdemli veya hoca olabilirim ama, bir Yenidogan Servisinde, emzirme konusunda anneye bir söz söyletmem demişimdir. Sadece bir sınıf arkadaşım süreyi uzun tutmuştur, o da her seferinde özür dileyerek, nadir yapmış, tümü zamanından daha erken gelmiştir.
- **Her hastane ve Yoğun Bakım Ünitelerinde, bebeğin yanında, kuvöz kenarında meme veren veya kanguru metodu uygulanmasında bir olanak sağlanmalıdır.** Hastane girişimdeki memur içeri almamaktadır, Hastane Müdürünün bana kadar geldiğini hatırlarım, onlara şikâyet edebileceğimi bile söyledim, Dekanlık ve Rektörlüğe de gittiğim olmuştur. Savcılık için *“4857 Sayılı İş Kanunu 74. Maddesine göre;”* hazırladığımı hatırlarım, Hekimler, hem süt pompası olduğu için, Yoğun Bakım Servis yanındaki süt sağmaya gelirlerdi, kimse bakmayacak, doğal karşılayacak diye tembih ettiğimi bilirim.
- **Süreç:** Bebek, 1 yaşında çocuk olmaktadır deniliyor. *“Bu izin anne yasal doğum iznini bitirdikten sonra başlar çocuk 1 yaşını doldurduğunda sona erer”* ifadesi niye esnek yazılmamıştır? Kanımca bu iki yaşına kadar, duruma göre devam etmelidir.
- **Düzenlenmesi:** *“Anne süt iznini hangi saatler arasında ve kaç bölerek kullanılacağını kendisi belirler”* yaklaşımında bir hak verilmiş ise, bunun kalıp olmaması gerekir. Düzenleme bir kalıp ve liste olarak yapma yerine, her gün duruma göre olması ve esnek davranılması, servis boyutuna göre daha uygun olmaktadır.
- **Yıllık izinler ayrıdır:** İzin ayrı değil, özel ve özgündür, bir haktır. *“İzin süresi günlük çalışma süresinden sayılır ve yıllık izne hak kazanmak için gerekli sürenin hesabına dâhil edilir. (İş Kanunu Madde 55 ve 65)”* Yıllık izin hakkı belirli çalışma süresinde olurken, bu bir süre doldurmayı gerekli değildir.
- **Yazılı izin olması:** Bu konu tam bir eziyet kapsamında olmaktadır. Sayın memur bu izni vermek için bir boyut beklemekte, en azından bir baklava sunulması adet olduğu söylenir. *“Kadın işçinin izni nasıl kullanacağını işverene yazılı olarak bildirmesi ve işverenden iznin uygun bulunduğunu gösterir bir ispat belgesi alması gerekir”* ifadesi yerine uyguladıklarım, doğum için bir kutlama ve bu sayede her bireyin bilgi sahibi olması ile, ona bebek için altın veya diğer hediyelerin ikramı yapılır. Burada sosyal konum, eşi dikkate alınmaz, klasik olarak her bireye aynı yaklaşım yapılır. Arkadaşları ek yaklaşımlar verebilirler.
- **Süt izni bir haktır, vaz geçilemez.** Yasaya göre *“İşveren süt izninin kullanılmasını reddedemez, anne de bu hakkından vazgeçemez”* yaklaşımı önemlidir. Engelleyemez demektedir, zorluklar ve burundan getirme sıklığı. Bu açıdan özellikle kadın kıdemlilerde bu sık uygulanmakta, sorunca da bize emzirme hakkı verilmedi, onlara da verilmesin demişlerdir.
- **Nöbetçi kalamaz:** Yasada *“Emziren annelerin doğumu izleyen 6 ay içinde gece çalışması yasaktır, ayrıca günde 7,5 saatten fazla çalışmaya zorlanamazlar”* vurgusu vardır. Bu açıdan asistan olmasını istemem bir kadına yönelik haksızlığın hekimlikte sık

kullanılmasıdır. 4-5 yıl içinde nöbet tutulma durumu sadece 12-18 ayda vardır. Diğerleri acil için 12 ay kadardır. Kısaca 2 yıl tutan bir nöbetli iken bu gerekçe tutulamaz.

Uygulamam, kendim için, 5 ay bir yıl asistanlık nöbeti, takiben kıdemli ve iki ay poliklinik nöbeti dışında, Başasistanlık nöbeti ile, 5 yıl boyunca devamlı nöbet tutmam, sadece bir istisnadır. Kadınlar açısından bu örnek alınmaz, ayrıca evli olmadığım için, ekstra nöbetçi kalmam söz konusu olmuştur.

- **Emzirme odalarının hazırlanması:** Yasada “Yaşları ve medeni halleri ne olursa olsun, 100-150 kadın çalışanı olan işyerlerinde, emziren çalışanların çocuklarını emzirmeleri için işveren tarafından, çalışma yerlerinden ayrı ve işyerine en çok 250 metre uzaklıkta bir emzirme odasının kurulması zorunludur” açıklaması vardır. Hastanede mutlaka bir oda sağlam çocuk, bir oda da tercihan Yenidoğan Servisinde de hekimler için emzirme odası olmalıdır. Dışarda yerine, serviste olması daha rahatlatıcı olmaktadır, ihtiyaçların karşılanması da önemlidir. En önemli ihtiyaç su içmek, bizde ise bu çay içmek olarak gerçekleşmekte ve bir buzdolabı hizmete sunulmaktadır. Alınan süt, derin dondurucuya konabilecek ortama da sahip olmakta, çift bölmeli, çok taraflı buzdolabı olmaktadır.

**SONUÇ:** Aradan geçen süreç içinde yaptıklarım, başkası yerine serviste nöbetçi kalmamın, bir nevi istismar olduğu veya doğru olmadığı çok kişi tarafından söylenmiştir, özellikle kadın olanlar bunu çok vurgulamışlardır. Tam tersini düşünmekteyim, aradan 1-2 yıl sonra annesinin bebeği, çocuk olarak getirmesi ve annenin senin büyüme ve gelişmenin, anne sütü almanı bu amca sağladı demesi kadar üstün bir mutluluk olamaz. Onu kucaklamak sarılmanın değeri her şeyin üstündedir. Tüm emzikli olanların benim kıdemimde olduğumu da belirtmeliyim.

Yasalar ile verilen haklar kesin hudutlu değil, bireye göre esnemesinin olmasının gerektiği de unutulmamalı, bu rızaya bağlı olacağı için hukuksal sorun da oluşturmazlar.

## 2) [Cocuğun Kaç Yıl Anne Sütü Emme Hakkı Vardır? | \(ihvan.com.tr\)](http://ihvan.com.tr), M. Furkan, 2015<sup>2</sup>.

Çocuğun kaç yıl süt emme hakkı olduğu, hangi şartlarda süttten kesilebileceği Kur'an-ı Kerimde açıkça ifade edilmektedir. Bu konudaki ayetlerin mealleri şöyle:

Anneler, çocuklarını iki tam yıl boyunca emzirirler; bu hüküm, emzirmeyi tamamlamak isteyenler içindir. Annelerin yiyeceği ve giyeceği, babanın gücüne göre ve örf ve âdete uygun şekilde baba üzerine bir borçtur. Kimse gücünden fazlasıyla mükellef tutulmaz. Ne bir anne çocuğu sebebiyle ne de bir baba çocuğu sebebiyle üzerine düşenden fazlasıyla mükellef tutulup da zarara sokulmasın. Babanın ölümü ile, ona vâris olan kimse de babanın bu husustaki vazifesiyle mükelleftir. Eğer anne ile baba aralarında istişare ederek karşılıklı rıza ile çocuğu iki seneden önce süttten kesmek isterlerse, onlara bir günah yoktur. Eğer çocuğunuzu süt anneye emzirtmek isterseniz, emzirme ücretini örf'e uygun şekilde verdiğiniz takdirde, üzerinize bir günah yoktur. Allah'tan korkun ve bilin ki, Allah bütün yaptıklarınızı hakkıyla görür.”

### Yorum

- **Kuran kaynağı aynen verilir, yorum bireye aittir, ama Kuran üzerine oynanamaz.** Kuran kaynağı belirtilmelidir. Bakara<sup>3,4</sup>; 2/233 Ayetten alındığı notu yoktur. Ayet: 2/233 *Anneler çocuklarını -emzirmeyi tamamlamak isteyen kimseler için- tam iki yıl emzirirler. Annelerin yiyeceklerini ve giyeceklerini örf'e uygun biçimde hazırlamak çocuğun babasına aittir. Hiçbir benlik yaratılış kapasitesi dışında Bir şeyle yükümlü tutulamaz. Anne çocuğu yüzünden, çocuğun babası da kendi çocuğu yüzünden zarara sokulmasın. Mirasçı için de aynı ilke uygulanır. Eğer anne-baba karşılıklı anlaşma ve danışma sonucu çocuğu süttten kesmek isterlerse, kendilerine günah yoktur. Çocuklarınızı süttanneye emzirtmek isterseniz, örf'e uygun olarak belirlediğiniz ücreti güzelce teslim etmek şartıyla, bunu yapmanızda bir günah yoktur. Allah'tan korkun ve bilin ki Allah, yapmakta olduklarınızı en iyi biçimde görmektedir.*
- **Kuran ayeti içinde yorum olamaz.** Kuran'a ekleme yapılmaz, aynen alınır ve buna göre yorum bireye özgü olabilir. Burada değişim yapıldığı anlaşılmaktadır. Örneğin “2/233 *Anneler çocuklarını -emzirmeyi tamamlamak isteyen kimseler için- tam iki yıl emzirirler*” ifadesi yerine “*Anneler, çocuklarını iki tam yıl boyunca emzirirler; bu hüküm, emzirmeyi tamamlamak isteyenler içindir*” şeklinde vurgulanmaktadır. Hüküm şeklinde belirtilmektedir. Kuran kelime anlamı olarak, öğüt, sunum ve uyarı olduğu yine Kuran ifadesinde iken, bunu kanun şeklinde hüküm denilmesi de kabul edilebilir olamaz. Hüküm

yazılı ve Kanun ile oluşturulur, kıyas, yorum ve genel anlamda irdelenmesine kapalıdır. Bireyin hakkı, bilgilendirme ve rızaya bağlı iken hüküm verilmektedir.

- **Hiçbir yazı bireye hükmedici olamaz.** Sonuçta bu yazıyı yazanın usul, edep ve yapısının doğru boyutta olmadığı, kısaca yazdıklarının dikkate alınmaması önemlidir. Kuran bu şekilde olandan uzaklaşma gerektiği vurgusu vardır.
- **Eklemler kabul edilebilir, hukuk ve kanun olarak dayanağı olmayan şeylerdir.** Kuran'a eklenen "Annelerin yiyeceği ve giyeceği, babanın gücüne göre ve örf ve âdete uygun şekilde baba üzerine bir borçtur. Kimse gücünden fazlasıyla mükellef tutulmaz. Ne bir anne çocuğu sebebiyle ne de bir baba çocuğu sebebiyle üzerine düşenden fazlasıyla mükellef tutulup da zarara sokulmasın. Babanın ölümü ile, ona vâris olan kimse de babanın bu husustaki vazifesiyle mükelleftir." yorumu tam bir saptırma yapıldığı anlaşılmaktadır. "Kuran: Annelerin yiyeceklerini ve giyeceklerini örf'e uygun biçimde hazırlamak çocuğun babasına aittir" yaklaşımında, örf'e uygun hazırlama kavramı, a) babanın gücüne göre, b) borçtur, c) gücünden fazlası ile mükellef tutulmaz, d) zarara sokulmamalı, e) varis de yapmalıdır, yaklaşımları tamamen eklenme, kavramı bozmaktadır. Bir ayete eklemeler ile onun anlamını bozulmasıdır.
- **Rıza ve sorumluluk bireye aittir.** Bilgilendirme ve rıza bireye, anneye ait ise bu konuda babanın girmesi, hukuk hakkı değildir. Fikir verebilir ama karar veremez. "Eğer anne ile baba aralarında istişare ederek karşılıklı rıza ile çocuğu iki seneden önce süttten kesmek isterlerse, onlara bir günah yoktur" ifadesi oldukça sakıncalıdır. Kanımca, Anneyi Babanın kulu, kölesi olarak görmenin bir neticesidir.
- **Süt kardeşi olanlar evlenemez şıkkı belirtilmemektedir.** "Eğer çocuğunuzu süt anneye emzirtmek isterseniz, emzirme ücretini örf'e uygun şekilde verdiğiniz takdirde, üzerinize bir günah yoktur. Allah'tan korkun ve bilin ki, Allah bütün yaptıklarınızı hakkıyla görür" yaklaşımında sadece para ile yapılması vurgusu olmaktadır. Bunların birer kardeş niteliğine alındığı vurgusu da yoktur. "4/23 Size, şu kadınlarla evlenmek haram kılınmıştır: Analarınız, kızlarınız, kız kardeşleriniz, halalarınız, teyzeleriniz, erkek kardeş kızları, kız kardeş kızları, sizi emziren süt anneleriniz, süt kız kardeşleriniz, karılarınızın anneleri, kendileriyle birleştiğiniz hanımlarınızdan doğmuş olup evlerinizde oturan üvey kızlarınız - eğer anneleriyle birleşmemişseniz o takdirde sizin için bir günah yoktur- ve sülfünüzden gelen oğullarınızın karıları. İki kız kardeşi birlikte almanız da haram kılınmıştır. Eskide kalanlar müstesna. Allah çok affedici, çok merhametlidir" Bu gerekçe öne sürülerek sütanneliğe karşı çıkmak, zamanımızda görülmektedir. Bu açıdan da süt bankacılığına da karşı görüşler ile engellenmeye çalışılmaktadır.

"Biz insana, anne ve babasına iyilik etmesini emrettik. Annesi onu zaafan zaafa düşerek taşıdı. Süttten kesilmesi de iki yıl sürdü. Bana, annene ve babana şükret; dönüşün ancak Banadır, dedik."

#### Yorum

- **Yazıdaki ifade ile Kuran sözü farklıdır.** Yukarıdaki notta Kuran sözü olarak belirtilmekte ama ifade çok farklıdır. "29/8 Biz insana, anne-babasına en güzel bir biçimde davranmasını, şunu söyleyerek önerdik: "Eğer onlar, hakkında hiçbir bilgin olmayan bir şeyle bana ortak koşman için seninle çekişirlerse, o takdirde onlara itaat etme. Yalnız banadır dönüşünüz. Nihayet, ben size yapıp-ettiğiniz şeylerin haberini bildireceğim." yerine "Biz insana, anne ve babasına iyilik etmesini emrettik" denilmektedir. Emrettik ile önerdik çok farklı fiillerdir.
- **Birçok ifade, karmaşık alınıp, harmanlanmış, anlamda değişim olmuştur.** Birçok kelime Kuran'da farklı ayetlerde geçerken alınıp bir harmanlama yapılmıştır. Başlıca anne baba Ayetleri: "4/135 Ey iman edenler! Öz benliğiniz, anne-babanız, yakınlarınız aleyhine de olsa, zengin veya fakir de olsalar, adaleti dimdik ayakta tutarak Allah için tanıklık edenler olun. Allah, ikisine de sizden daha yakındır. O halde, nefsinizin arzusuna uymayın



*ki adaleti gerçekleştiresiniz. Eğer dilinizi eğip bükür yahut çekimser kalırsanız, Allah, yapmakta olduklarınızdan haberdardır.”*

Konu burada kesilecek, yorum değil, emir şeklinde ele alınması kabul edilebilir olamaz. Tüm güvenilirliğini yitirmektedir.

Bu iki ayeti delil olarak içtihatlarına esas kabul eden İmam-ı Azam hariç Hanefi mezhebi; Şafii, Maliki ve Hanbeli mezhebi âlimleri çocuğun süt emme hakkının iki yıl olduğu görüşünde görüş birliği içindedirler. İmam-ı Azam 'da içtihadına şu ayet-i kerimeyi delil olarak zikreder: "İnsana Biz, anne ve babasına iyilik etmeyi emrettik. Annesi onu zahmetle taşıdı, zahmetle doğurdu. Onun anne karnında taşınması ve süttten kesilmesi otuz aydır. Nihayet olgunluğa erişip kırk yaşına vardığında, 'Ya Rabbi!' diye dua etti. 'Bana, anneme ve babama bağışladığın nimetlerin şükürünü eda etmeye ve razı olacağın güzel işler yapmaya beni muvaffak et. Neslimden gelenleri de Salih kimseler kıl. Ben Sana yönelerek günahlarımdan Tövbe ettim ve ben Sana teslim olanlardım."

#### Yorum

- **Kuran'da algı farkı yoktur, var gibi sunulamaz.** Kuran sanki farklı yerlerde farklı söylemesi gibi bir algı yaratılmaktadır. Eğer konu öneri değil, emir, yaptırım olsa esnetmek olanağı olamazdı. İki yıl emzirirler ile 30 ay arasında fark yaratılmak istenilmektedir. Bu kabul edilemezdir. İki anlamda aynı olduğu algılanmalıdır, Kuranda aykırılık var diyemezsiniz. Karşılaştırma "2/233 *Anneler çocuklarını -emzirmeyi tamamlamak isteyen kimseler için- tam iki yıl emzirirler*" ile "46/15 *Biz insana, anne-babasına çok iyi davranmasını önerdik. Annesi onu zahmetle taşıdı, zahmetle doğurdu. Taşınması ve süttten kesilmesi otuz aydır. Nihayet, yiğitlik çağına gelip kırk yıla erdiğinde şöyle der: "Rabbim; beni, bana ve ebeveynime verdiği nimete şükretmeye, hoşnut olacağın iyi bir iş yapmaya yönel! Soyum içinde, benim için barışı gerçekleştir. Sana yöneldim ben, sana teslim olanlardanım ben"* olmaktadır. Taşınması ifadesi ile 280 gün ilave edilince, 32-33 ay olmaktadır.

Ayet-i kerimelerde kız erkek ayrımı olmadığı gibi, kız çocuklarını altı aydan sonra emzirmeme hususunda bir kayıt bulunmuyor. Hatta bu süre otuz aya kadar çıkabilmektedir. Bu çocuğun hakkıdır, ancak anne- baba iki yıl dolmadan çocuğun süte ihtiyacının olmadığına, normal gıdalarla beslendiği için süttten kesilmesi kanaatine varırlarsa bundan dolayı kendilerine bir günah olmadığı ayetle açıkça ifade edilmektedir. Uygulama da ise, genellikle kız olsun, erkek olsun iki yıl süreyle emzirilmemektedir. Çünkü bebek ek gıdalarla beslendiğinde anne süttine ihtiyacı kalmamaktadır. Bazı ailelerde ise çocuk üç yaşına kadar da eme- bilmektedir. Bu meselede İmam-ı Şafii, Kur'an'da sınırı belirtildiği gibi iki yıldan fazla bebeğin emzirilmemesi gerektiğini belirtirken, çocuk kendi kendine yemeğini yiyinceye kadar emebileceği görüşünü ifade eden âlimler de bulunmaktadır.

#### Yorum

- **Yorum yapan âlimlerin hiçbirinin hekimlik ile eski veya yeni ilişkisi yoktur.** "çocuklarını altı aydan sonra emzirmeme hususunda bir kayıt bulunmuyor" ifadesi en az tam anne süttü ile beslenmeli olarak hekimlerin sözleri çarpıtılmaktadır. İnsanlar uzmanlık ve bireye göre yaklaşım yerine kurallara uyumu esas almaları anlaşılır olamaz.
- **Kız ve erkek çocuğu ayırımı beklemek, inanılır olamaz.** Cinsiyet ayrımı yapılmakta, kız çocuklarının altı aydan fazla emzirilmesi konusunda bir kayıt yoktur denilmektedir.

Bunun için mümkünse gerek kız gerekse erkek İmam-ı Azamın içtihadına göre otuz ayı geçirmemeli. Ancak çocuğun beslenme problemi varsa, uzatılmasında da bir mahzur bulunmamaktadır.

#### Yorum

**Beslenme probleminde uzatılır vurgusunun anlamı tıbbi değildir.** Bebeğin beslenme problemi varsa, uzatılmasında bir mahzur yoktur denilmektedir. Buna göre hekimlik işlevini de kendileri yapmaktadırlar. Artık anne süttünün büyüme ve gelişmede yeterli olmayacağı, aynı zamanda ruhsal açıdan da bağımlılığı derinleştireceği farkında bile olunmadan, bir görüş kural olarak dini boyuta getirilmektedir. Ne kadar sakıncalıdır.

**Kategori: Fetvalar Etiketler: [krnrklm1](#)**

#### Yorum

- **Kuran dışında İslam adına olan bireylerin görüşleridir.** İşte bu açıdan İslam Dininde din adamı yoktur, felsefeler olabilir, görüşleri kendilerini bağlar, toplumun bölünmesi de kabul edilemez. Kuran temel ise, kelimeleri saptırılması ve hukuki boyutunun değiştirilmesi de dinin yozlaşması ötesinde farklı açığa açmak olmaktadır.

- **Bu fetva olamaz, hakkı da olamaz, kapsamı da olamaz.** Fetva kategorisinde olduğu iddia edilen bir yazıdır. Bu kabul edilemez, her yazı kişiyi bağlar. Bu açıdan bu kişinin bu konuda yetkisi, uzmanlığı olmalıdır. Din hocası diye bir kavram İslam bünyesinde yoktur. Hocalık öğretmenliktir ki belirli bir eğitimi gerekli kılar.
- **Kurala koşulsuz uyma Kuran yaklaşımı değildir.** “49/14 Bedeviler: *“İman ettik.” dediler. De ki: “Siz iman etmediniz. Ancak 'Eslemna/Kurala Uyan/Müslüman' olduk deyin. İman sizin kalplerinize girmemiştir. Eğer Allah'a ve resulüne itaat ederseniz Allah, yapıp ettiklerinizden hiçbir şey eksilmez. Çünkü Allah **Gafur**’dur, **Rahim**’dir.”* ayetinde kurala uymak, Kur’anı düşünmeden okumak bile kabul edilebilir değildir. Bu açıdan kural, iki yıl ile 30 ay farkını dile getiren bir kişinin sözlerini dinlememelidir. Ancak bunları, toplumda konuşması ve halkı inandırması nedeniyle zararlı oldukları açık ve nettir.

### 3) [Çalışan Annelere Verilen Haklar Nelerdir? - Paradurumu.com](#)<sup>5</sup>

#### Çalışan Annelere Verilen Haklar Nelerdir?

Çalışan annenin hakları nelerdir? Doğum izni ve süt izni nedir ve kaç gündür? 2019 çalışan anne hakları düzenlemesi yapıldı mı? Yeni yılla birlikte binlerce çalışan anne, internette '2019'da çalışan annenin haklarının neler olduğunu arıyor.

**Peki çocuk sahibi bir anne hangi haklardan yararlanabilir? Yıllık izin, doğum izni, süt izni, emzirme izni ve doğum öncesi ya da sonrası annenin hakları nelerdir? 2019 çalışan annenin hakları nelerdir sorusunun cevabı ve güncel bilgileri içeriğimizde.**

Çalışan anneler dikkat! Yeni yılla birlikte bazı haklarda değişti. Doğum borçlanması başta olmak üzere pek çok hakta düzenlemeye gidildi. Peki Doğum borçlanması nedir? Çalışan annelerin doğum borçlanması şartları ve başvuru belgeleri nelerdir? Çalışan annelerin süt izni kaç gün ve ne kadar ücretle yapılıyor?

#### ÇALIŞAN ANNELERİN HAKLARI 2019

**Emekli sandığı** kapsamındaki memur annenin doğum izni süresi boyunca maaşı Kurumu tarafından ödenir. Kurumu tarafından maaşından herhangi bir kesinti yapılmaz. Memur anneye SGK tarafından ayrıca bir ödeme yapılmaz.

4a SSK kapsamındaki annenin ise çalıştığı dönem boyunca maaşı işveren tarafından ödenmez. Sosyal Güvenlik Kurumu tarafından ödenir. Bu ödenek analık ödemesi olarak adlandırılır.

Memur anneye doğumdan dolayı bir defaya mahsus çocuk yardımı ödenir. Bu yardım birinci çocuk için 300,00 TL, ikinci çocuk için 400 TL, üçüncü ve sonrası çocuklar için ise 600 TL dir.

SSK kapsamındaki anneye de yukarıda belirtilen tutarda doğum yardımı ödenir. Ayrıca buna ek olarak SGK tarafından da bir defaya mahsus emzirme yardımı ödenir. Emzirme yardımı tutarı da 130 TL civarındadır. Memur anne emzirme yardımından yararlanamaz.

#### Yorum

Bazı dikkat edilecek hususlar vardır:

- Doğumdan sonra memur anneye bir defa olmak üzere ödenir.
- Çocuklar arttıkça 300TL, den 600TL artmaktadır.
- SGK tarafından da bir defaya mahsus emzirme yardımı ödenmektedir.
- Bu ödeme, maaşı veren veya 4a için SGK ödenir.

Ödemeler, bir defa yapılmaktadır. Bazı Ülkelerde ise aylık devamlı yapıldığından dolayı, evli olmadan, geçinme garantisi açısından çocuk sahibi olunduğu görülmektedir.

Amerika’da eğitim farkını sosyal açıdan algılamak ve ülkemizde 8 yıl eğitim raporu için YÖK üyesi olarak gittiğimiz zaman, bir basketbol sahasında 14 kadar konteyner vardı, aralarında mesafe 1-1,5 metre olup, burada doğup, burada öldükleri, genellikle de sigortaları olmadığı ifade edildi. Sorunları için hastaneye gidemiyorlardı. 350 milyon Amerikalının 50 milyon sigortasız, 10 milyon ise evsiz olduğu, 100 milyon civarında da konteynerde oturdukları belirtildi. Dolayısıyla temel başka ülkelerden eğitilmiş kişilerin Amerika’ya gelmesi ile eğitimin insan faktörünün sürdürülebileceği ifade edilmiştir. Çocuk sayısı çok olması da Devletin onlara bebek yardımı verdiği, anne ve ailenin de bu şekilde geçindiği anlaşılmıştır.

**Burada anne ve bebek meta olarak kabul edilmemeli, bir hak olarak ve gereksinimlerini karşılamak için olduğu algısı benimsenmelidir.**

#### ÇALIŞAN ANNENİN SÜT İZİNİ KAÇ GÜN?

4c emekli sandığı kapsamındaki memur annenin doğum sonrası analık izninin bitim tarihinden itibaren ilk 6 ay günde 3 saat, ikinci 6 ay günde 1,5 saat olmak üzere süt izni süresi hakkı bulunmaktadır.

SSK kapsamında çalışan annenin ise çocuğu 1 yaşını tamamlayana kadar günde 1,5 saat süt izni hakkı vardır.

Süt izni istenilen saatte ve sürede kullanılabilir. Bunu çalışan belirler. İşveren değil. Süt izni kullandırılması kanuni bir zorunluluktur.

## Yorum

Yukarıda belirtilen sürenin uzatıldığı görülmektedir, ilk 6 ay 3 saat iken, ikinci 6 ay ise 1,5 saat olarak oluşturması, ancak yeterliden, yeterli sürece ulaşması anlamındadır. SSK ise 6 ay 1,5 saat gibi kısıtlı yapmaktadır.

Yukarıda da belirtildiği gibi, bebeğe ve anneye göre esnek olunmalı ve buna göre hekimlerin yaklaşımı ile süre tanımlanması yerinde olacaktır.

### DOĞUM SONRASI ÇALIŞAN ANNENİN İZİNİ

Bunu SSK ve emekli sandığı olarak ayrı başlık altında değerlendirmek gerekir. SSK kapsamında çalışan kadının doğum sonrası analık izin hakkının bitim tarihinden itibaren;

İlk çocukta 2 ay, ikinci çocukta 4 ay, üçüncü çocukta ise 6 ay süre ile yarı zamanlı çalışma hakkı vardır. Eğer doğum tarihinden önceki son 3 yıl içinde en az 600 gün sigorta varsa İŞKUR'dan yarı zamanlı çalışma ödeneği de alabilir. Çocuk engelli ise bu süre 1 yıl olarak kullanılır. Çoğul doğumsa belirtilen süreler 1 ay eklenir.

Ayrıca kadın çalışanın eşi de çalışıyorsa doğum sonrası analık izin hakkının bitim tarihinden itibaren çocuğu mecburi ilköğretim çağına gelene kadar yarı zamanlı çalışma hakkı da bulunmaktadır. Ayrıca analık izin bitim tarihinden itibaren 6 ay ücretsiz izin hakkınız da bulunmaktadır. Bunların haricinde analık izin bitim tarihinden başlamak üzere 24 aylık ücretsiz izin hakkınız bulunmaktadır. Bu izni memur olan baba da kullanabilir.

## Yorum

Yeni düzenleme ile eksiklik ve aksaklıkların giderildiği anlaşılmaktadır. Yukarıda söz edilen yasanın emzirme lehine olması konusu burada düzeltilme ile daha anlaşılır olmuştur.

### ÇALIŞAN ANNENİN DOĞUM İZİNİ KAÇ GÜN?

Hem emekli sandığı kapsamında çalışan hem de 4a SSK kapsamında çalışan kadınların; Doğum öncesi 8 hafta,

Doğum sonrası 8 hafta olmak üzere toplam 16 haftalık doğum izin hakları bulunmaktadır.

Eğer çoğul doğum varsa doğum sonrası izin hakkı 10 hafta olarak kullanılır ve toplamda anne 18 hafta izinli sayılır.

Anne dilerse doktor raporu ile hamileliğin 37. haftasına kadar çalışabilir. Bu durumda doğum öncesi kullanmadığı 5 haftalık izin hakkı doğum sonrasında aktarılır.

Erken doğum halinde doğum öncesi kullanılmayan doğum izin hakları doğum sonrasına aktarılır.

## Yorum

İlk defa hekimin raporu ile izin konu edilmektedir.

### 4) 2021 Süt Parası (Emzirme Ödeneği) Ne Kadar, Nasıl Alınır? (sgkhocasi.com)<sup>6</sup>

#### 2021 Süt Parası (Emzirme Ödeneği) Ne Kadar, Nasıl Alınır?

Süt parasının miktarı her yıl asgari ücret baz alınarak hesaplanır. 2021 yılı için ödenen süt parasının miktarı 232 TL'dir. **Süt parası** halk arasında emzirme parası olarak da bilinen ve belli şartlar dahilinde olan doğum yapmış kadınlara verilir. Ülkemizde Aile, çalışma ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı tarafından vatandaşlara sağlanan yardımlardan biridir. Annelere yönelik olan bu yardımda doğum yapmanın ardından verilir. Çocukların temel ihtiyaçlarını karşılamak için devletin sağladığı bir maddi destektir. Aylık olarak alınan bir ödeme değildir. Bir kereye mahsus olacak şekilde alınabilen bir yardımdır. Gerekli kurumlara başvuru yapan kişiler 232 TL emzirme ödeneğini alabilir.

## Yorum

Süt parası, emzirme ödeneği olarak verilen ücretin tek bir sefer olduğu ifade edilse bile, Aile ve Çalışma Bakanlığı, gelir durumuna göre maddi ve aynı yardım devamlı yapılmaktadır. Çocuk sahibi olmak bir bakıma onların ortaya çıkması için bir neden olmaktadır.

### Süt Parası Nasıl Alınır?

Süt parası almak için kişinin bazı şartları tamamlıyor olması gerekir. Öncelikle doğum yapan annenin SSK'lı ya da BAĞ-KUR'lu şekilde çalışıyor olması gerekir. Bunun yanından annenin kendisi çalışmıyorsa eşinin SSK'lı ya da BAĞ-KUR'lu olarak çalışıyor olması gerekir. Süt yardımı almak isteyen kişilerin herhangi bir kuruma başvuru yapması gerekmez. Bu yardım diğer pek çok devlet yardımından farklı olarak bir başvuru yapılmadan kişiye verilir. Başvuru şartı bulunmayan yardım doğum kaydınızın SGK kaydınıza işlenmesinin ardından size tanımlanır. Doğum kaydınız sisteme girildikten sonra paranz belli bir süre içinde otomatik şekilde hesabınıza yatar. Emzirme parası için başvuru şartları kaldırılmıştır. Paranzın yatıp yatmadığını sorgulama yaparak öğrenebilirsiniz. PTT şubelerinden yatan paranzı çekebilirsiniz. Doğum yapan kişiler ayrıca [Aile, Çalışma ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı](#) tarafından sağlanan başka yardımlardan da yararlanabilir. Bakanlık tarafından verilen yeni doğan bez ve mama yardımı, [doğum yardımı](#) bu yardımlardandır. Ayrıca anneler doğumdan sonra belli şart kapsamında yarım gün çalışma ödeneği alabilir.

## Yorum

Yukarıda da vurgu olduğu gibi [Aile, Çalışma ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı](#) tarafından sağlanan başka yardımlardan da yararlanabilir.

Çalışanlarda gebelik ve çocuk yaşı da giderek yükselmektedir. 35 yaş üstü morbidite açısından önemlidir.

İşte burada bazı kişiler, bunun kadın tarafından bir devleti sömürmesi gibi görmesi, gebelik ve doğumun belirli sınıflarda olmasını, denge değiştirici olarak gördüğü de bilinmektedir. Bölgelere göre doğum ve çocuk oranı farklı iken, Yenidoğan Dönemi, ölüm oranlarında düşme,

belirgin azalma olunca, oran azalmıştır. 2'nin altı olması nüfus sayısında azalma olacağı için sıklıkla 3 çocuk sahibi olmaktan söz edilmektedir.

#### Süt Parası Kimlere Verilir?

Süt parasının verildiği kişiler öncelikle 4A ve 4B şekilde sigortalı olarak çalışan annelere verilir. Aynı zamanda 4A ve 4B sigortalı olan erkeklerin eşleri çalışmasalar da bu yardımdan yararlanabilirler. Emzirme parası SSK'lı olarak çalışan kadınlara verilir. Ayrıca SSK'lı olarak çalışan erkeklerin eşlerine de bu yardım verilir. Annelere yapılan ödeme bir defalık olarak verilir. Her anne bu yardım hakkından faydalanamaz. Ödeneği almanın şartlarını da yerine getirmek gerekir. Bu şartlara uygun kişilere devlet emzirme parası desteği alır. Emzirme parası almak için resmi nikahlı olmak gerekir.

#### Emzirme Ödeneği Almanın Şartları Nelerdir?

Emzirme ödeneğinin şartlar tamamlanıyorsa başvuru koşulu olmadan bu yardımdan yararlanılabilir. Bakanlığın verdiği 232 TL' lik yardımı almak için öncelikle sigortalı olmak önemlidir. Her anne olan kişinin bu yardımdan yararlanma hakkı yoktur.

#### Emzirme ödeneği almak için gerekli olan şartlar şu şekilde sıralanabilir:

- Kişinin Türkiye Cumhuriyeti vatandaşı olması gerekir.
- Kişi 4C emekli sandığına bağlı olmamalıdır.
- Kadının sigortalı olarak çalışması gerekir. Kadın çalışmıyorsa eşi sigortalı olarak çalışıyor olmalıdır.
- Kişinin en az 120 gün ücretli şekilde çalışmış olması gerekir.
- Çocuk beş yaşını doldurana kadar süt parası ödeneği alınabilir.
- Doğumu gerçekleşen çocuk 2015 tarihinden sonra dünyaya gelmiş olmalıdır.
- Ödeme almak için doğumun gerçekleşmiş olması gerekir. Doğum sonucunda bebeğin hayatta kalmış olması gerekir.
- Doğumdan 56 gün önce ve 56 gün sonra işyerinde çalışmamak gerekir. Yani toplanda 112 gün çalışmak kesinlikle yasaktır.
- Bu ödemeyi sadece anneler çekebilir, babaların ödemeyi çekme izni yoktur.
- SSK'lı çalışan annelerin eşleri için de ayrıca bir ödeme yapılmaz.

#### Yorum

Bazı vurgular; a) 120gün çalışma şartı dikkate alınınca, gebelikte çalışması bile sayılabilir demektedir, gebelik 280 gün olduğu unutulmamalıdır. Süreç, b) Süt parası 5 yaşına kadar ödemesi önemli bir destektir. Bu evlenmeden çocuk sahibi olan veya yanlış ifade ile imam nikahlı olan (dini nikah sosyal kuralı almayan olamaz), anneleri de kapsamaktadır. Ayrıca, c) bu sistem 2015 yılından sonra yürürlüğe girmesi ile yapı düzeltilmiş, haklar verilmiş, daha önceki tenkitler çözülmüştür.

Ölü bebeğe emzirme parasının ödenmemesi doğal ise de anneye doğum desek parası kesilmemelidir.

#### Süt Parası Başvurusunu Nereye Yapılır?

Süt parası başvurusu yapılmasına gerek yoktur. SGK artık [süt parası için başvuru](#) yapma şartı aramıyor. Kurumlara herhangi bir belge ile başvuruya gerek kalmadan sistemde görülen bilgilerle emzirme ödeneği hakkı elde ediyor. Çalışma koşullarına sağlamış olan annelere ya da eşi doğum yapan erkeklerle bu maddi yardım başvuru yapılmadan veriliyor. İş yerinizden bir belge almanıza gerek yoktur. 232 TL şeklinde belirlenen yardım miktarını internette sorgulayarak paranızı alabilirsiniz. Sorgulama işlemini e devlet üzerinden yapabilirsiniz. Paranızı alırken PTT şubelerine gitmeniz gerekir.

#### Yorum

Süt parası otomatik ödenmesi, eskiden nüfus kimliği çıkarma sorununu da kaldırmaktadır.

#### Emzirme Parası Nereye Yatar?

Emzirme parasının yattığı yer PTT şubeleridir. Doğum yapan ve gerekli olan şartları kapsayan kişiler bu yardımdan faydalanabilir. Bir başvuruyu yapmaya gerek duyulmaz. Kişi parasının yattığını öğrendiğinde nüfus cüzdanıyla PTT şubesine giderek parasını çekebilir. Daha önce aldığınız bir devlet yardımı için tanımlanmış bir banka hesabınız varsa paranız buraya da yatabilir. Bu ödeme her ay yapılan bir yardım değildir. Tek seferlik olarak alınabilir.

#### Süt Parası Ne Zaman Yatar?

Süt parasının yattığı zaman her ayın 8' i ile 14' ü arasındadır. Bu tarihler arasında para ödemesi hesaba yatırılır. Kişi şartları tamamlıyorsa doğum gerçekleşikten bir ay sonra ödeme alabilir. Doğumdan sonraki ayın 8 ile 14 tarihlerinde sorgulama yaparak parasının yatıp yatmadığını öğrenebilir. Süt parası almaya hak kazandıysanız kimlik belgenizle PTT şubelerinden parayı çekebilirsiniz.

#### Memur Süt Parası Alabilir mi?

Memurların süt parası alma hakkı yoktur. Emzirme ödeneği 4/A' lı sigortalıların ve 4/B' li sigortalıların hizmet akdine tabi şekilde çalıştıkları için yararlandıkları bir yardımdır. 657 sayılı Devlet Memurları Kanunu gereğindeki kamu memurları kendi kurumlarına ödeme yaparlar. Bu nedenle doğum için emzirme ödeneği alma hakları bulunmaz. Memurlara devlet tarafından değil ama kendi kurumlarından ödeme yapılabilir. Bunun için çalıştığınız kurumun Personel Hizmetleri birimi ile görüşmeniz gerekir. Emzirme ödeneği memurlar dışındaki sigortalı şekilde çalışan kadınları kapsar. Aynı zamanda anne çalışmıyorsa bile babanın sigortalı çalışması bu ödemeyi almak için yeterlidir.

#### Emekliler Süt Parası Alabilir mi?

Emeklilerin süt parası alması durumu söz konusu değildir. Bu yardım hakkı emeklileri kapsamaz. Hem emekli kişiler hem de BAĞ-KUR borcu olan kişiler emzirme parası alamaz. Emzirme parası almak isteyen kişilerin doğumdan önce resmi olarak evlenmiş olması gerekir. Evlilik içinde sadece annelerin emzirme parası alma hakkı bulunur. Babaların böyle bir hakkı yoktur. Bu yardım doğum parası yardımı hariç olarak annelere yapılır. Emekli olan kişiler, memur olan kişiler emzirme parası yardımdan yararlanamaz. Sigortalı olarak çalışan anne babalar bu yardımı başvuru koşulu olmadan alabilir. 232 TL olan yardım PTT şubelerinde ya da kayıtlı banka hesaplarına yatar.

## Yorum

Emzirme parasının sigortalı ve sigortasız tüm annelere ödenmeli ifadesi geçersiz olmakta, [Aile, Çalışma ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı](#) tarafından sağlanan diğer yardımlar yapıldığı bilinmelidir.

### 2021 Süt Parası Sorgulama

[Süt parası sorgulama](#) işlemi yapılarak para yardımı sonucunu öğrenebilirsiniz. **Süt parası** sorgulama işlemi farklı yollardan yapılabilir. Sorgulama işleminden sonra paranızı PTT şubelerinden alabilirsiniz. Aynı zamanda daha önce devlet destekli bir yardım aldıysanız kayıtlı olan banka hesabınız üzerinden de parayı çekebilirsiniz. Parayı çekmek için kimlik belgenizi de yanınızda getirmiş olmalısınız.

#### Yardım sonucunuzu şu yöntemleri kullanarak öğrenebilirsiniz:

- Devlet kurumlarıyla ilgili birçok işlemlerde kolaylık sağlayan e-devlet sistemi emzirme parası öğrenirken de kullanılır. Kullanıcı bilgilerinizi girdikten sonra sorgulama yapabilirsiniz. Sorgulamanın sonucunuza göre PTT şubelerinden paranızı alabilirsiniz.
- Sosyal Hizmetler Müdürlüğü'nün internet adresini kullanarak sorgulama işlemi yapabilirsiniz. Sitedeki yönlendirmeleri takip ederek sonucunuzu öğrenirsiniz.

Son olarak ise [Alo 170](#) numaralı Sosyal Güvenlik Kurumu hattını arayabilirsiniz. Bu hattı aradıktan sonra emzirme parası sonucunu sorgulayabilirsiniz.

## Yorum

Sorgulama internetten yapılabilir.

## Genel Değerlendirme

Her anne adayı gebeye ve doğum yapılması ile emzirmeye asgari ücret hesaplanması gibi bir boyut veya asgari ücretin yarısı aylık olarak verilmelidir. Hiçbir istisna olmaması, ayrıca çalışmayanlara da bir bakıma işsizlik parası gibi tam asgari ücret ödenebilir.

Bu anneye verilmesi ile emzirme teşvik edilmiş olmaktadır.

Destek sınırlaması süreç olarak yapılmamalı, iki yıldan sonra hekim önerisi dikkate alınmalıdır. Genel yapı olarak bakıldığında birçok yasa, emzirme değil, çeşitli kural ve sınırlama ile annelerin yönetime bir kul, adeta bir köle olmasını sağlayan kurallar getirmektedir. Bu açıdan kural ve sınırlama yerine, her doğum yapan ve emziren anne desteklenmelidir.

# Emzirme Konusu

Makalede Anne sütü ve emzirme temel konu olmadığı, ancak bir nebze de söz edilerek, bilgilerde bazı anlam kargaşalıklarına değinilecektir.

## Breast-feeding, Wikipedia<sup>7</sup>.

**Breastfeeding**, also called **nursing**, is the process of feeding human breast milk to a child, either directly from the breast or by expressing (pumping out) the milk from the breast and bottle-feeding it to the infant.<sup>[1]</sup> The [World Health Organization](#) (WHO) recommends that breastfeeding begin within the first hour of a baby's life and continue as often and as much as the baby wants.<sup>[2][3]</sup> During the first few weeks of life babies may nurse roughly every two to three hours, and the duration of a feeding is usually ten to fifteen minutes on each breast.<sup>[4]</sup> Older children feed less often.<sup>[5]</sup> Mothers may pump milk so that it can be used later when breastfeeding is not possible.<sup>[1]</sup> Breastfeeding has a number of benefits to both mother and baby, which [infant formula](#) lacks.<sup>[3][6]</sup>

## Yorum

Tamamen bir bebek besini olarak bakılan bir bakıştır. Birçok anne, kendisinin bir meta ve süt kaynağı olarak görülmesine karşı çıkmakta, bu açıdan emzirmeye peşin ret içine girebilmektedir. Bunun bir beslenme ötesi olduğu, sevgi halkası oluşturulmasının önemi vurgulanmalıdır.

Akvaryumlarda beslenen balıklar, bol besin bulurlar, ama hırçındırlar. Doğada olanlar ise zor yiyecek bulurken, devamlı bir arayış içinde olmasına karşın, barış içindedirler. Beta balığı, akvaryumda büyümüş ise, iki erkeği aynı kaba koyarsanız kavga eder, yüzgeçlerini yırtarlar. Doğada büyüyen ise kavga eder, sindirir bir köşede kalır ama tahribat olmaz. Tüm hayvanlarda da anne ile büyüyen bir barış içinde iken, biberonla beslenenler ise kavgacı olurlar.

Bebek mamalarında eksiklik değil, anne sevgisini, kucağını yerine koyamayacakları için, yokluk vardır.

Kıdemli iken serviste kalan bir bebek vardı. Annesi karın ağrısı nedeniyle acile başvurmuş ve sorunlu bebek olduğundan, Yenidogan Yoğun Bakım, sonra Süt Çocuğu servisine yatırılmıştı.

Doğumuna da girdiğim bebeğin, gelişmemesi üzerine 6 aylık iken, tüm dosya açıldı, her gün yeterli ötesi, bol gıda verildiği, vitamin ve mineral verildiği de anlaşıldı. Bunun üzerine yatakta yatması yasaklandı, ellerde dolaşacaktı. Bir arkadaş, ona giyecek aldı, evine götürdü ve bebek inanılmaz, gelişim gösterdi, kilo aldı, oturmaya bizi tanımaya ve cevap vermeye başladı. Sosyal çalışmacı ile aileye gidildi, baba kabul ediyor ama dede annenin evlenmesine karşı çıkıyor, evden atacağını söyleyince, bebek yurda verildi. Tüm servis ağlayarak uğurladık. İnsan, besini ver, büyüsün ve gelişsin mantığı geçerli olamaz. Anne sütü ideal değil, emzirme idealdir.

Increased breastfeeding globally could prevent approximately 820,000 deaths of children under the age of five annually.<sup>[1]</sup> Breastfeeding decreases the risk of [respiratory tract infections](#) and [diarrhea](#) for the baby, both in [developing](#) and [developed countries](#).<sup>[2][3]</sup> Other benefits include lower risks of [asthma](#), [food allergies](#), and [type 1 diabetes](#).<sup>[4]</sup> Breastfeeding may also improve [cognitive development](#) and decrease the risk of [obesity](#) in adulthood.<sup>[5]</sup> Mothers may feel pressure to breastfeed, but in the developed world children generally grow up normally when [bottle fed](#) with [formula](#).<sup>[6]</sup>

Benefits for the mother include less [blood loss](#) following [delivery](#), better [uterus](#) contraction, and decreased [postpartum depression](#).<sup>[7]</sup> Breastfeeding delays the return of [menstruation](#) and [fertility](#), a phenomenon known as [lactational amenorrhea](#).<sup>[8]</sup> Long-term benefits for the mother include decreased risk of [breast cancer](#), [cardiovascular disease](#), and [rheumatoid arthritis](#).<sup>[9][10]</sup> Breast-feeding is also less expensive than infant formula.<sup>[11][12]</sup>

#### Yorum

Önünüze pat diye bir yemek, saygısız ve hakaret dolu ifade ve konuşma ile konsa, yer misiniz? Sanmıyorum. Uzaya gidenler bir bulamaç verilirken, artık tadı kontrollü ve lezzetli şeyler veriliyor. Bazı şeylere gıda kokusu, aroması neden katılmaktadır? Yemek, inanın ilk dışarı açılan penceresi ve duygu tatmin aracıdır.

Ağızdaki sinir uçlarının çeşitli olması, lezzet kontrolü bir bakıma kimyasal analiz ise, algılanmalıdır. Ayrıca inek sütü ile karşılaştırılınca, anne sütü daha tatsız ve yalındır. İnek sütüne alışan için anne sütü reddi daha sık görülmektedir.

Burada bazı canlı hücreler, kök hücrelerden de söz edilmediği görülmektedir. Bunların üzerinde durulması, anne sütünün beklemesi değil, emzirerek verilmesini anlamı açısından vurgulanmaktadır. Ayrıca canlı oluşumların yok olmaması için, eksi18 ve altında sıcaklıkta, derin dondurucuda tutulması önemlidir.

Bir annenin dediği gibi ben ağa kızım, mama veririm, olmaz ise süt anne bulur, onun beslemesini sağlarını diyebilir. Her bebeğe göre anneden süt salgılandığı, bebeğe özgü olduğu, vurgusu görülmemektedir.

Health organizations, including the [WHO](#), recommend breastfeeding exclusively for six months.<sup>[13][14]</sup> This means that no other foods or drinks, other than possibly [vitamin D](#), are typically given.<sup>[15]</sup> After the introduction of foods at six months of age, recommendations include continued breastfeeding until one to two years of age or more.<sup>[16]</sup> Globally, about 38% of infants are exclusively breastfed during their first six months of life.<sup>[17]</sup> In the United States in 2015, 83% of women begin breastfeeding, but at 6 months only 58% were still breastfeeding with 25% exclusively breastfeeding.<sup>[18]</sup> Medical conditions that do not allow breastfeeding are rare.<sup>[19]</sup> Mothers who take certain [recreational drugs](#) and [medications](#) should not breastfeed.<sup>[20][21]</sup> In 2020, WHO and UNICEF announced that women should continue to breastfeed during the [COVID-19 pandemic](#) even if they have confirmed or suspected COVID-19 because current evidence indicates that it is unlikely that COVID-19 can be transmitted through breast milk.<sup>[22]</sup> Smoking tobacco and consuming limited amounts of alcohol and/or coffee are not reasons to avoid breastfeeding.<sup>[23][24][25]</sup>

#### Yorum

WHO/DSÖ 6 ay tam anne sütü verilmesini öngörmesi ile bunun sağlık açısından belirtirken, emzirmenin ruhsal ve gelişimsel boyutundan söz etmemektedir.

Bebek bir süre sonra memeyi fark edecek, yabancı bir şey onu beslemektedir. Onu oynaması ve istediği gibi beslenmesi ile metabolizma, istek ve süt alımı, zorla değil, bireye göre oluşmuştur. Biberonda en büyük sorun, doyma hissinin kaldırılmasıdır.

1 aylık bebek, 2 aylıktan farklıdır, 6 ay ise artık büyümüş ve toplum ile iletişim kuran kişidir. İki yaşında ise artık bağımsızlık boyutu gerektiği için, anne sütünden uzaklaşma doğaldır. Köpeklerde, 2,5 aylık iken laktöz intoleransı olur, bunu kakalarını yiyerek temizleyen anne fark eder, ayağa kalkar ve enikler emziremez. Bizler laktözsüz süt verince anaç köpeğin aklının karıştığını da izledim.

Bir boyut olarak anne sütü gerekliliği, teorik bilgi değil, anne ile bebek ilişkisi kurulması ile sağlanabilir. Bir oyun alanında anneler, çocuklarına yap, et, dokunma, kirlenirsin boyutu ile

yaklaşırken, bazı anneler çocukları ile oynuyorlar, hiçbir uyarı yapmıyorlar, otomatik birliktelik ile öğretiyorlardı. Amerika’da çocuklar oyun salonunda kendileri oynar, anneler seyreder, arada birisi oyuncuğu zorla elinden alırsa, anneye gidince, git onu sende döv ve elinden al tavsiyesi yapıyor. Birlikteliği sağlayan emzirme olduğu, bu kişilerin sorguları ile birisi anne sütü vermiş, diğeri emzirmiş ve kısa süre ile uzun süre farkı olarak algılamaktayım.

Bir insan sarılma, kucaklaşmayı ister, ama bunun 1-2 saniyeden fazla olması ve niyet boyutuna göre iter, fazlasını istemez, sevgi boyutuna cinsiyet karışmasına da karşıdır. Ben tüm her bireyleri kucaklar ve sarılıırım.

Anneler bir süt kaynağı değil, insan, sevgi ve insanlık boyutu olduğu vurgusu yapılırsa, kanguru yönteminin de emzirmeye devam kararlılığı açısından anneye çok destek olmaktadır.

### Lactation

When the baby suckles its mother's breast, a hormone called [oxytocin](#) compels the milk to flow from the [alveoli](#) (lobules), through the ducts (milk canals), into the sacs (milk pools) behind the [areola](#), and then into the baby's mouth.

Changes early in [pregnancy](#) prepare the breast for lactation. Before pregnancy the breast is largely composed of [adipose](#) (fat) tissue but under the influence of the hormones [estrogen](#), [progesterone](#), [prolactin](#), and other hormones, the breasts prepare for production of milk for the baby. There is an increase in blood flow to the breasts. Pigmentation of the nipples and [areola](#) also increases. Size increases as well, but breast size is not related to the amount of milk that the mother will be able to produce after the baby is born.<sup>[20]</sup>

By the second trimester of pregnancy [colostrum](#), a thick yellowish fluid, begins to be produced in the alveoli and continues to be produced for the first few days after birth until the milk "comes in", around 30 to 40 hours after delivery.<sup>[21] [22]</sup> [Oxytocin](#) contracts the [smooth muscle](#) of the [uterus](#) during birth and following delivery, called the [postpartum](#) period, while breastfeeding. Oxytocin also contracts the smooth muscle layer of band-like cells surrounding the alveoli to squeeze the newly produced milk into the duct system. Oxytocin is necessary for the [milk ejection reflex](#), or *let-down*, in response to suckling, to occur.<sup>[23]</sup>

### Yorum

Oksitosin sadece emzirme boyutunda meme ucunun tutulması değil, mutluluk hormonları denilen, endorfin, dopamin ve serotonin ile salgılanması daha önemlidir. Bu açıdan meme ucunu masaj yapılmalı evet ama, sevgi oluşturmak gerekir. Amerika Anestezi uzmanının dediği gibi, bir insanın 10 parmağı ile sevmesi, okşamayı, damardan morfin verilmesinden daha etkili olmaktadır.

Oksitosin uterus adalesini kasma ile de kanamaları önlediği, ancak anneyi bebeğini emzir, kanaman olmasın demek çok sakıncalı bulmaktayım.

Faydalardan bahsederken, yap ve al gibi, bir pazarlık boyutuna getirilmemelidir.

### Breast milk

Not all of breast milk's properties are understood, but its [nutrient](#) content is relatively consistent. Breast milk is made from nutrients in the mother's [bloodstream](#) and bodily stores. It has an optimal balance of fat, sugar, water, and [protein](#) that is needed for a baby's growth and development.<sup>[25]</sup> Breastfeeding triggers biochemical reactions which allow for the [enzymes](#), [hormones](#), growth factors and immunologic substances to effectively defend against infectious [diseases](#) for the infant. The breast milk also has long-chain [polyunsaturated fatty acids](#) which help with normal [retinal](#) and [neural](#) development.<sup>[24]</sup>

If the mother is not herself deficient in vitamins breast milk normally supplies her baby's needs, possibly with the exception of vitamin D. The CDC, the American Academy of Pediatrics, and the Mayo Clinic all advise that even if the mother is taking vitamins containing vitamin D her breast milk alone does not provide infants with an adequate amount of vitamin D, thus they advise that shortly after birth most infants will need an additional source.<sup>[27][28]</sup> Some research shows that delaying clamping of the cord at birth until the pulsations have stopped improves the infants' iron status for the first six months.<sup>[29]</sup>

The composition of breast milk changes depending on how long the baby nurses at each session, as well as on the child's age.<sup>[30]</sup> The first type, produced during the first days after childbirth, is called [colostrum](#). Colostrum is easy to digest although it is more concentrated than mature milk. It has a laxative effect that helps the infant to pass early stools, aiding in the excretion of excess [bilirubin](#), which helps to prevent [jaundice](#). It also helps to seal the infant's gastrointestinal tract from foreign substances, which may sensitize the baby to foods that the mother has eaten. Although the baby has received some antibodies through the placenta, colostrum contains a substance which is new to the newborn, secretory [immunoglobulin A](#) (IgA). IgA works to attack germs in the mucous membranes of the throat, lungs, and intestines, which are most likely to come under attack from germs.<sup>[31]</sup>

Breasts begin producing mature milk around the third or fourth day after birth. At that time, the breasts begin to feel full, and the milk is then said to have "come in." As the baby suckles the milk is said to be "letting down" which the mother experiences as a tingling feeling which may be quite strong. Also, in the early days following delivery the mother may feel her uterus cramping during letting down, a beneficial cramping to help prevent excessive bleeding. Letting down may also be prompted by other things than the suckling of the baby, for example just the thought of the baby can produce let down. Mothers may use purchased disposable pads in their bra or use washable homemade pads to absorb the leaking milk.<sup>[32]</sup>

Early in a nursing session, the breasts produce [foremilk](#), a thinner milk containing many proteins and vitamins. If the baby keeps nursing, then [hindmilk](#) is produced. Hindmilk has a more yellow color and creamier texture because it contains more fat.<sup>[33]</sup>

### Yorum

Küçük ilkokulda iken bize öğrensinler, görsünler diyerek süt sağdıldılar. İlk tembih ettiler, ineği kızdırma tekne atar ve sütü devirir, sana vermek istemez dediler. Ben hepsini sever, okşar,

onlarla konuşur ve sağmaya başlar, mutlaka şarkı söyler ve yumuşak bir dokunuşla, okşar gibi sağardım. Hayret, biz bu kadar alamıyoruz dediklerini hatırlarım.

İnsan vücudu bazı vitaminleri yeterli sentezlemiyorsa, bunu bebeğe vereceğinize, anneye verseniz daha iyi olmaz mı? Aynı şekilde anneye yoğurt ve ayran içirmekle de Probiyotik vermiş olmakta ve bebeğe de geçeceği için çift kazanç sağlamış olmanızdır.

Birçok yanlış algı ile anneler kendi sütlerini kontrol ettiklerinde, inek sütüne benzemediği için, çekip döktükleri, bebeğe zararlı olmasını istedikleri vurgulamışlardır. Ben de ineklerde de ağız sütleri yavrularına hemen verilir, o sütler sadece yavrulara içirilir derim. Sizlerde de bebeğin özel, özgün olan sütünü koruyun, gözetin verin, bunlarda sizin genetik şifreleriniz de olduğu için, bebeğinize gen transferi yapın derim.

#### Process

##### Commencement

It is recommended for mothers to initiate breastfeeding within the first hour after birth.<sup>[34][35]</sup> Breastfeeding can begin immediately after birth. The baby is placed on the mother and feeding starts as soon as the baby shows interest. According to some authorities the majority of infants do not immediately begin to suckle if placed between the mother's breasts but rather enter a period of rest and quiet alertness. During this time, they seem to be more interested in the mother's face, especially her eyes, than beginning to suckle. It has been speculated that this period of infant-mother interaction assists in the mother-child bonding for both mother and baby.<sup>[36]</sup>

There is increasing evidence that suggests that early skin-to-skin contact (also called [kangaroo care](#)) between mother and baby stimulates breastfeeding behavior in the baby.<sup>[37]</sup> Newborns who are immediately placed on their mother's skin have a natural instinct to latch on to the breast and start nursing, typically within one hour of birth. Immediate skin-to-skin contact may provide a form of [imprinting](#) that makes subsequent feeding significantly easier. In addition to more successful breastfeeding and bonding, immediate skin-to-skin contact reduces crying and warms the baby.

According to studies cited by [UNICEF](#), babies naturally follow a process which leads to a first breastfeed. Initially after birth the baby cries with its first breaths. Shortly after, it relaxes and makes small movements of the arms, shoulders, and head. If placed on the mother's abdomen the baby then crawls towards the breast, called the [breast crawl](#)<sup>[38]</sup> and begins to feed. After feeding, it is normal for a baby to remain latched to the breast while resting. This is sometimes mistaken for lack of appetite. Absent interruptions, all babies follow this process. Rushing or interrupting the process, such as removing the baby to weigh him/her, may complicate subsequent feeding.<sup>[38]</sup> Activities such as weighing, measuring, bathing, needle-sticks, and eye prophylaxis wait until after the first feeding.<sup>[39]</sup>

Current research strongly supports immediate skin-to-skin mother-baby contact even if the baby is born by [Cesarean](#) surgery. The baby is placed on the mother in the operating room or the recovery area. If the mother is unable to immediately hold the baby a family member can provide skin-to-skin care until the mother is able. The La Leche League suggests early skin-to-skin care following an unexpected surgical rather than vaginal delivery "may help heal any feelings of sadness or disappointment if birth did not go as planned."<sup>[40]</sup>

Children who are born [preterm](#) have difficulty in initiating breast feeds immediately after birth. By convention, such children are often fed on [expressed breast milk](#) or other supplementary feeds through tubes or bottles until they develop satisfactory ability to suck breast milk. Tube feeding, though commonly used, is not supported by scientific evidence as of October 2016.<sup>[41]</sup> It has also been reported in the same [systematic review](#) that by avoiding bottles and using cups instead to provide supplementary feeds to preterm children, a greater extent of breast feeding for a longer duration can subsequently be achieved.<sup>[41]</sup>

##### Timing

Newborn babies typically express demand for feeding every one to three hours (8–12 times in 24 hours) for the first two to four weeks.<sup>[42]</sup> A [newborn](#) has a very small stomach capacity. At one-day old it is 5–7 ml, about the size of a [large marble](#); at day three it is 22–30 ml, about the size of a ping-pong ball; and at day seven it is 45–60 ml, or about the size of a golf ball. The amount of breast milk that is produced is timed to meet the infant's needs in that the first milk, colostrum, is concentrated but produced in only very small amounts, gradually increasing in volume to meet the expanding size of the infant's stomach capacity.<sup>[43]</sup>

According to [La Leche League International](#), "Experienced breastfeeding mothers learn that the sucking patterns and needs of babies vary. While some infants' sucking needs are met primarily during feedings, other babies may need additional sucking at the breast soon after a feeding even though they are not really hungry. Babies may also nurse when they are lonely, frightened or in pain.... Comforting and meeting sucking needs at the breast is nature's original design. [Pacifiers](#) (dummies, soothers) are a substitute for the mother when she cannot be available. Other reasons to pacify a baby primarily at the breast include superior oral-facial development, prolonged [lactational amenorrhea](#), avoidance of [nipple confusion](#), and stimulation of an adequate milk supply to ensure higher rates of breastfeeding success."<sup>[43]</sup>

Many newborns will feed for 10 to 15 minutes on each breast.<sup>[44]</sup> If the infant wants to nurse for a much longer period—say 30 minutes or longer on each breast—they may not be getting enough milk.<sup>[44]</sup>

##### Duration and exclusivity

Health organizations recommend breastfeeding exclusively for six months following birth, unless medically contraindicated.<sup>[2][44][45][46][47][31][48][49][50][51]</sup> Exclusive breastfeeding is defined as "an infant's consumption of human milk with no supplementation of any type (no water, no juice, no nonhuman milk and no foods) except for vitamins, minerals and medications."<sup>[39]</sup> In some countries, including the United States, UK, and Canada, daily [vitamin D](#) supplementation is recommended for all breastfed infants.<sup>[52][53][54]</sup> It seems that giving 400 IU vitamin D per day for 6 months to breastfed infants reduces vitamin D insufficiency; this result can also be achieved by providing at least 4000 IU vitamin D per day to the breastfeeding person. Note that it was not possible to determine that these vitamin D supplements were actually improving bone health.<sup>[55]</sup>

After solids are introduced at around six months of age, continued breastfeeding is recommended. The AAP recommends that babies be breastfed at least until 12 months, or longer if both the mother and child wish.<sup>[43]</sup> WHO's guidelines recommend "continue[d] frequent, on-demand breastfeeding until two years of age or beyond."<sup>[31][56]</sup>

The vast majority of mothers can produce enough milk to fully meet the nutritional needs of their baby for six months. Breast milk supply augments in response to the baby's demand for milk, and decreases when milk is allowed to remain in the breasts.<sup>[57]</sup> [Low milk supply](#) is usually caused by allowing milk to remain in the breasts for long periods of time, or insufficiently draining the breasts during feeds. It is usually preventable, unless caused by medical conditions that have been estimated to affect up to five percent of women.<sup>[48]</sup> There is no evidence to support increased fluid intake for breastfeeding mothers will increase their milk production.<sup>[58]</sup> "Drink when thirsty" is advised.<sup>[60]</sup> If the baby is [latching](#) and swallowing well, but is not gaining weight as expected or is showing signs of dehydration, low milk supply in the mother can be suspected.<sup>[58]</sup>



## Yorum

Bir yolcu yürürken, çobana köye ne kadar sürede varırım diye sorar. Çoban, yürü, doğruca der. Adam şaşırır, yürür, arkasından bu şekilde gidersen bir saatte varırsın, hızlı yürürsen yarım saati tutmaz der. Bunun gibi bırakın müdahaleyi önce siz anneye bakın, annenin tutum ve davranışlarına göre, hafif oynamalar, daha doğrusu düzeltmeler yapın. Hayır kelimesi ağzınızdan çıkmasın, anneler suç işlemeyecekleri için bu kelimeye gereksinimiz olmayacaktır zaten.

Yenidoğan Yoğun Bakım Ünitesinde, bir hemşire, çok farklı şekilde bebekleri ellemekte idi. Ne yaptığını sordum, ben bebeğe bakım değil, seviyorum, sevgi veriyorum dedi. Aynı zamanda kanguru eğitiminde de annelere davranışı dikkat çekici idi. Çeşitli kursalar ve seminerlerde de tutumu farklı idi, şimdi Servisin emzirme işinde sorumlu birey olmuştur. Yıllar önce, Bulgaristan göçmeni ve Yenidoğanda sorumlu çalışmış bir başhemşire, göreve başladı, 3 ay sonra ben çalışamayacağım dedi. Ben sevgi gösteremem, o zaman hemşirelik yapamıyorum diyerek ayrılmıştı. Ortak çay içilmesinde, saat 9:00 servis, saat 10:00 anneler ile yapılmaktadır. Fizyoloji de bir kalıp, bir zamanlama değil, gerekince yapılmalıdır. Bebek acıkınca ağlamadan beslenmelidir. Zorla değil, alacağı kadar verilmelidir. Zamanla midenin genişleyeceği de unutulmamalıdır. Kustuğu miktar aynen verilebilir, çünkü mide enzimleri vardır.

Kilo almak amaç olmadığı, dolayısıyla anne sütü alanların fit olacakları vurgulanmalıdır. Annelerin beslenmesi, bol sıvı almasının önemi vurgulanmalıdır. Bu notlarda minimal ve dolaylıdır. Annelere özel mama ve sıvı, vitamin ve mineral desteği giderek oluşturulmaktadır. Kısaca anne ve bebek bir bütün ve tek bir ünite, yaşamın ilk başlangıcında olan, varlık oluşturan bir insan ve insanlık örneği olarak ele alınmalıdır.

### Medical contraindications

Medical conditions that do not allow breastfeeding are rare.<sup>[61]</sup> Infants that are otherwise healthy uniformly benefit from breastfeeding,<sup>[61]</sup> however, extra precautions should be taken or breastfeeding avoided in circumstances including certain infectious diseases. A breastfeeding child can become infected with HIV. Factors such as the [viral load](#) in the mother's milk complicate breastfeeding recommendations for HIV-positive mothers.<sup>[62][63]</sup> In mothers who are treated with [antiretroviral drugs](#) the risk of HIV transmission with breastfeeding is 1–2%.<sup>[64]</sup> Therefore, breastfeeding is still recommended in areas of the world where death from infectious diseases is common.<sup>[65]</sup> Infant formula should only be given if this can be safely done.<sup>[61]</sup>

WHO recommends that national authorities in each country decide which infant feeding practice should be promoted by their maternal and child health services to best avoid HIV transmission from mother to child.<sup>[64]</sup> Other maternal infections of concern include active untreated [tuberculosis](#) or [human T-lymphotropic virus](#). Mothers who take certain [recreational drugs](#) and medications should not breastfeed.<sup>[64]</sup> In May 2020, WHO and UNICEF stressed that the ongoing [COVID-19 pandemic](#) was not a reason to begin or discontinue breastfeeding. They recommend that women should continue to breastfeed during the pandemic even if they have confirmed or suspected COVID-19 because current evidence indicates that it is not likely that COVID-19 can be transmitted through breast milk.<sup>[66]</sup>

## Yorum

Söylenecek söz zararlı olması değil, etkin koruma sağlamayacağı, virüs ile gereken savunma mekanizmaları da geçeceği ama yeterli etkinlik sağlamama şüphesi ile verilmiyor denilmemelidir.

Galaktozemi durumunda bile, etkin ve yeterli özel mama gelmediği zaman, en emniyetli gıda anne sütü olmakta, çekiliyorsa bir miktar sıvı/su ve şeker eklenebileceği (%5 şeker) düşünülmelidir. Sevklerde de aynı şekilde anne sütü ile gönderilmelidir, mama elde edilinceye kadar verilebilir.

Trakeal atrezi ve duodenal atrezi durumlarında süt çekilip, derin dondurucu da saklanabilir. Süt vermeme durumunda memede yapılacak sütün durdurulması ve kesilmesi zor olacağı için, memede bir miktar bırakıp çekmek en etkili olan olmaktadır. Çekilen süt, gerekenlere verilebilir, Yenidoğan ünitelerinde prematürelere verilebilir.

Anne sütü zararlı değil, etkin, verimli ve bebeğin sindirmesi kolay olmaktadır denilmelidir.

### Location

All 50 states, the District of Columbia, Puerto Rico and the Virgin Islands have laws that allow a mother to breastfeed her baby in any public or private location.<sup>[66]</sup> In the United States, the Friendly Airports for Mothers (FAM) Act was signed into law in 2019 and the requirements went into effects in 2021. This law requires all large and medium hub airports must provide a private, non-bathroom lactation space in each terminal building.<sup>[66]</sup>

## EstüdamYenidogan

In hospitals, [rooming-in care](#) permits the baby to stay with the mother and simplifies the process. Some commercial establishments provide breastfeeding rooms, although laws generally specify that mothers may breastfeed anywhere, without requiring a special area. Despite these laws, many women in the United States continue to be publicly shamed or asked to refrain from breastfeeding in public.<sup>[67]</sup> In the [United Kingdom](#), the [Equality Act 2010](#) makes the prevention of a woman breastfeeding in any public place [discrimination](#) under the law.<sup>[68]</sup> In [Scotland](#), it is a criminal offense to try to prevent a woman feeding a child under 24 months in public.<sup>[69]</sup> While laws in the U.S. that passed in 2010 which required that nursing mothers who had returned to work be given a non-bathroom space to express milk and a reasonable break time to do so, as of 2016 the majority of women still did not have access to both accommodations.<sup>[69]</sup> As of 2019, some establishments have placed small portable nursing "pods" with electrical outlets for nursing pumps to provide their places of business with a comfortable private area to nurse or express milk. The [Minnesota Vikings](#) were the first (2015) NFL franchise to implement the lactation pods. In 2019 it was reported that the pod manufacturer had placed 152 of them in 57 airports.<sup>[70][71]</sup> In 2014, newly elected [Pope Francis](#) drew worldwide commentary when he encouraged mothers to breastfeed babies in church. During a papal [baptism](#), he said that mothers "should not stand on ceremony" if their children were hungry. "If they are hungry, mothers, feed them, without thinking twice," he said, smiling. "Because they are the most important people here."<sup>[72]</sup>

## Yorum

Emzirme için, Ülkemizde yer ve zaman konusunda bir kanun, düzenleme çıkarılması düşünülemez. Her yer ve her zaman bu iş için uygundur. Amerika'da 2014 yılında izin çıkmış, 2019 yılında da emzirme yeri ayarlaması yasal olarak konulduğu görülmektedir. Doğal bir hakkin yasa ve düzenleme ile yapılması bir övünç olmamaktadır, bir ayıbın örtülmesidir.

## Position

Correct positioning and technique for latching on are necessary to prevent nipple soreness and allow the baby to obtain enough milk.<sup>[73]</sup> Babies can successfully latch on to the breast from multiple positions. Each baby may prefer a particular position. The "football" hold places the baby's legs next to the mother's side with the baby facing the mother. Using the "cradle" or "cross-body" hold, the mother supports the baby's head in the crook of her arm. The "cross-over" hold is similar to the cradle hold, except that the mother supports the baby's head with the opposite hand. The mother may choose a reclining position on her back or side with the baby lying next to her.<sup>[74]</sup>

- Standing mother breastfeeding her baby, Canjambari, Guinea-Bissau, 1973
- Breastfeeding – Cradle hold.
- Breastfeeding – Cross cradle position.
- Breastfeeding – Football hold.
- Breastfeeding – Incorrect vs correct latch-on.
- Breastfeeding – Semi-reclining position.
- Breastfeeding – Side-lying position.
- Breastfeeding – Supine position.
- Breastfeeding – Tease lips or cheek.
- Breastfeeding – Twins, cross cradle position I.
- Breastfeeding – Twins, football, or clutch hold.
- Breastfeeding – Twins, parallel position II.

## Yorum

Meme ile bebeğin pozisyonu belirli kalıba göre değil, duruma göre yapılandırılmalıdır.

- Ayakta emzirme
- Beşik şeklinde tutarak emzirme
- Çapraz beşik pozisyonu ile emzirme
- Amerikan futbol topu gibi tutarak emzirme.
- Mandal gibi tutarak emzirme.
- Yanı uzanmış olarak emzirmek
- Yan yatarak emzirmek
- Sırt-üstü yatarak emzirme
- Dudak ve yanakları sıkıştırıp emzirmek
- İkizlerin çapraz beslenmesi
- İkizlerin Amerikan topu gibi emzirmek
- İkizleri paralel olarak emzirmek

Mesleki Beceriler Dersinde, plastik bebek ile kendimi, erkek olmak nedeniyle meme ile bebeğin buluşmasını sağlamalarımı istiyorum. Yüzükoyun yere yatıyor, çeşitli pozisyonlar ile bir denge sağlanmasını istiyorum. Bu uygulamalar hekimlere bebek ile yaptırılmalıdır.

Normalde yastık desteği önemlidir, ama yastık bebeğin boğulmasına neden olabileceği de unutulmamalıdır.

Kalıp öğrenen kişinin başarılı olması beklenemez, bebeği kalıba sıkıştırmaya çalışır, bırakın oluşsun, hangi kalıp olduğunu sonra söyleyin, bebek ve annenin rahatlamasını ve etkin emmeyi sağlayın, amaç bu olmalıdır.

## Latching on

Latching on refers to how the baby fastens onto the breast while feeding. The [rooting reflex](#) is the baby's natural tendency to turn towards the breast with the mouth open wide; mothers sometimes make use of this by gently stroking the baby's cheek or lips with their nipple to induce the baby to move into position for a breastfeeding session. Infants also use their sense of smell in finding the nipple. Sebaceous glands called [Glands of Montgomery](#) located in the areola secrete an oily fluid that lubricates the nipple. The visible portions of the glands can be seen on the skin's surface as small round bumps. They become more pronounced during pregnancy and it is speculated that the infant is attracted to the odor of the secretions.<sup>[75]</sup> One study found that when one of the breasts was washed with unscented soap the baby preferred the other one, suggesting that plain water would be the best washing substance while the baby is becoming accustomed to nursing.<sup>[76]</sup> In a good latch, a large amount of the areola, in addition to the nipple, is in the baby's mouth. The nipple should be angled towards the roof of the mouth, and the baby's lips should be flanged out.<sup>[77][78]</sup> In some cases in which a baby seems unable to latch on properly the problem may be related to a medical condition called [ankyloglossia](#), also referred to as "tongue-tied". In this condition a baby can't get a good latch because their tongue is stuck to the bottom of their mouth by a band of tissue, and they can't open their mouth wide enough or keep their tongue over the lower gum while sucking. If an infant is unable to hold their tongue in the correct position, they may chew rather than suck, causing both

## EstüdamYenidogan

a lack of nutrition for the baby and significant nipple pain for the mother. If it is determined that the inability to latch on properly is related to ankyloglossia, a simple surgical procedure can correct the condition.<sup>[79][80][81][82]</sup> At one time it was thought that massage of the nipples before the birth of the baby would help to toughen them up and thus avoid possible nipple soreness. It is now known that a good latch is the best prevention of nipple pain. There is also less concern about small, flat, and even "inverted" nipples as it is now believed that a baby can still achieve a good latch with perhaps a little extra effort. In one type of inverted nipple, the nipple easily becomes erect when stimulated, but in a second type, termed a "true inverted nipple," the nipple shrinks back into the breast when the areola is squeezed. According to La Leche League, "There is debate about whether pregnant women should be screened for flat or inverted nipples and whether treatments to draw out the nipple should be routinely recommended. Some experts believe that a baby who is latched on well can draw an inverted nipple far enough back into his mouth to nurse effectively." La Leche League offers several techniques to use during pregnancy or even in the early days following birth that may help to bring a flat or inverted nipple out.<sup>[83]</sup>

### Yorum

Bebeği beslemenin, pozisyonun temel işlevi bebeği sabit tutmak olmalıdır.

Bebeğin tutulması açısından dıştan destek, hemşire olamayacağı için, babanın da eğitilmesi gereklidir.

Meme ucunun dışarı çıkarılması kolay değildir. Anne huzursuz ve rahatsız olmaktadır, bu yüzden bu işlevin kendisi tarafından yapılmasını sağlamalıdır.

Unutulmamalıdır ki, bilgilendirme ve rıza ana husus olmalıdır.

### Professional breastfeeding support

[Lactation consultants](#) are trained to assist mothers in preventing and solving breastfeeding difficulties such as sore nipples and low milk supply. They commonly work in hospitals, physician or midwife practices, public health programs, and private practice. Exclusive and partial breastfeeding are more common among mothers who gave birth in hospitals that employ International Board-Certified Lactation Consultants (IBCLC), thus the [U.S. Surgeon General](#) recommends that all communities have access to IBCLC services.<sup>[84][85]</sup>

### Yorum

Emzirme konusu eğitim ve diploma, sertifika ile olamayacağı algılanmalıdır.

Emzirme eğitimi, sevgide olan, sevgi içinde olanların işidir.

### Newborn jaundice

Approximately 60% of full-term infants develop [jaundice](#) within several days of birth. Jaundice, or yellowing of the skin and eyes, occurs when a normal substance, bilirubin, builds up in the newborn's bloodstream faster than the liver can break it down and excrete it through the baby's stool. By breastfeeding more frequently or for longer periods of time, the infant's body can usually rid itself of the bilirubin excess. However, in some cases, the infant may need additional treatments to keep the condition from progressing into more severe problems.<sup>[86]</sup> There are two types of newborn jaundice. Breast milk jaundice occurs in about 1 in 200 babies. Here the jaundice isn't usually visible until the baby is a week old. It often reaches its peak during the second or third week. Breast milk jaundice can be caused by substances in mother's milk that decrease the infant's liver's ability to deal with bilirubin. Breast milk jaundice rarely causes any problems, whether it is treated or not. It is usually not a reason to stop nursing.<sup>[86]</sup>

A different type of jaundice, Breastfeeding jaundice, may occur in the first week of life in more than 1 in 10 breastfed infants. The cause is thought to be inadequate milk intake, leading to dehydration or low caloric intake. When the baby is not getting enough milk bowel movements are small and infrequent so that the bilirubin that was in the baby's gut gets reabsorbed into the blood instead of being passed in bowel movements. Inadequate intake may be because the mother's milk is taking longer than average to "come in" or because the baby is poorly latched while nursing. If the baby is properly latching the mother should offer more frequent nursing sessions to increase hydration for the baby and encourage her breasts to produce more milk. If poor latch is thought to be the problem, a lactation expert should assess and advise.<sup>[86]</sup>

### Yorum

En büyük yapılan yanlışlıklardan biridir, anne sütüne bağlı sarılık tanımı bile yanlıştır. 6-8mg/dL olabilecek sarılık ekleme ile 2-4mg/dL artış olması ile hiçbir zaman sorunlu düzeye ulaşamaz.

Annelere bizim söylediğimiz, bebeklerin karaciğeri ilk defa bilirubin gelmesi ile bir birikim olmaktadır, bu bir doza kadar beyin koruyucudur. Gerekten bilirubin 5mg/dL olması ile bir oksijenasyon ve hücrenin mitokondri metabolizmasını düzenlemektedir.

Bilirubin zararlı ise, niye vücut üretmektedir? Sindirim ötesinde, koruyucu özelliği de vardır.

### Weaning

Weaning is the process of replacing breast milk with other foods; the infant is fully weaned after the replacement is complete. Psychological factors affect the weaning process for both mother and infant, as issues of closeness and separation are very prominent.<sup>[87]</sup> If the baby is less than a year old, substitute bottles are necessary; an older baby may accept milk from a cup. Unless a medical emergency necessitates abruptly stopping breastfeeding, it is best to gradually cut back on feedings to allow the breasts to adjust to the decreased demands without becoming [engorged](#). La Leche League advises: "The nighttime feeding is usually the last to go. Make a bedtime routine not centered around breastfeeding. A good book or two will eventually become more important than a long session at the breast."<sup>[88]</sup>

If breastfeeding is suddenly stopped a woman's breasts are likely to become engorged with milk. Pumping lesser amounts to relieve discomfort helps to gradually train the breasts to produce less milk. There is presently no safe medication to prevent engorgement, but cold compresses and [ibuprofen](#) may help to relieve pain and swelling. Pain should go away in one to five days. If symptoms continue and comfort measures are not helpful a woman should consider the possibility that a [blocked milk duct](#) or infection may be present and seek medical intervention.<sup>[89]</sup>

When weaning is complete the mother's breasts return to their previous size after several menstrual cycles. If the mother was experiencing [lactational amenorrhea](#) her periods will return along with the return of her fertility. When no longer breastfeeding, she will need to adjust her diet to avoid weight gain.<sup>[90]</sup>

## Yorum

Fizyoloji de birden başlama ve birden kesilme olamaz. İlk seferde de bebeğin sıvı ihtiyacı ancak dördüncü günde tam olmakta, bu arada da meme uyarılmaktadır. Kesilmede de aynı şekilde meme kendi üretimini azaltması ve kesmesi gerekir.

Süt gelirken pat diye kesmenin bir tıbbi gerekçesi olmaz, oluşan sütün annede yaptığı ters etki nedeniyle, gelen süt tam çekilmeden, memede bir kısmı bırakmak ile, onların prematüreye verilmesi gündeme gelmeli, bunun aile rızası ve isimlerin verilmesi yapılmalıdır.

### Drugs

Almost all medicines pass into breastmilk in small amounts. Some have no effect on the baby and can be used while breastfeeding.<sup>[24]</sup> Many medications are known to significantly suppress milk production, including [pseudoephedrine](#), [diuretics](#), and [contraceptives](#) that contain [estrogen](#).<sup>[25]</sup>

The [American Academy of Pediatrics](#) (AAP) states that "tobacco smoking by mothers is not a contraindication to breastfeeding."<sup>[26]</sup> Breastfeeding is actually *especially* recommended for mothers who smoke, because of its protective effects against [SIDS](#).<sup>[25]</sup>

With respect to alcohol, the AAP states that when breastfeeding, "moderation is definitely advised" and recommends waiting for 2 hours after drinking before nursing or pumping.<sup>[24]</sup> A 2014 review found that "even in a theoretical case of binge drinking, the children would not be subjected to clinically relevant amounts of alcohol [through breastmilk]", and would have no adverse effects on children as long as drinking is "occasional".<sup>[25]</sup> The [Centers for Disease Control](#) says "pumping and dumping", or getting rid of milk expressed or pumped, would not reduce the amount of alcohol.<sup>[26]</sup>

## Yorum

Meme bir salgı bezi olduğu için, birçok ilaç serum düzeyinden daha fazla salgılanmaktadır.

Farmakoloji açısından daha detaylı inceleme yapılması gündeme gelmelidir. İlaç ılsa ne olabilir sorusunun cevabı gerekir.

Bir ilaç, örneğin dijital sağlıklı bir kişiye verilmesi ile bir sorun yaratır mı, Hayır. O halde anne dijital ılsa bile engel teşkil etmemelidir. Dikkatlice incelemelidir.

### Methods

#### Expressed milk.

A mother can *express* (produce) her milk for storage and later use. Expression occurs with [massage](#) or a [breast pump](#). It can be stored in freezer storage bags, containers made specifically for breastmilk, a [supplemental nursing system](#), or a [bottle](#) ready for use. Using someone other than the mother/wet nurse to deliver the bottle maintains the baby's association of nursing with the mother/wet nurse and bottle feeding with other people.

Breast milk may be kept at [room temperature](#) for up to six hours, refrigerated for up to eight days or frozen for six to twelve months.<sup>[27]</sup> Research suggests that the [antioxidant](#) activity in expressed breast milk decreases over time, but remains at higher levels than in [infant formula](#).<sup>[28]</sup>

Mothers express milk for multiple reasons. Expressing breast milk can maintain a mother's milk supply when she and her child are apart. A sick baby who is unable to nurse can take expressed milk through a [nasogastric tube](#). Some babies are unable or unwilling to nurse. Expressed milk is the feeding method of choice for [premature babies](#).<sup>[29]</sup> [Viral disease](#) transmission can be prevented by expressing breast milk and subjecting it to Holder [pasteurization](#).<sup>[30]</sup> Some women donate expressed breast milk (EBM) to others, either directly or through a [milk bank](#). This allows mothers who cannot breastfeed to give their baby the benefits of breast milk.

Babies feed differently with artificial nipples than from a breast. With the breast, the infant's tongue massages the milk out rather than sucking, and the nipple does not go as far into the mouth. Drinking from a bottle takes less effort and the milk may come more rapidly, potentially causing the baby to lose desire for the breast. This is called *nursing strike*, *nipple strike* or *nipple confusion*. To avoid this, expressed milk can be given by means such as spoons or cups.

"Exclusively expressing", "exclusively pumping", and "EPing" are terms for a mother who exclusively feeds her baby expressed milk. With good pumping habits, particularly in the first 12 weeks while establishing the milk supply, it is possible to express enough milk to feed the baby indefinitely. With the improvements in breast pumps, many women exclusively feed expressed milk, expressing milk at work in [lactation rooms](#). Women can leave their infants in the care of others while traveling, while maintaining a supply of breast milk.<sup>[31]</sup>

## Yorum

Depo anne sütü kavramında, 1-2 saat sonrası için bile olası olmalıdır. Bu nedenle pompa sistematiği önemlidir. Pompa için biberonların ucuz olması ve bulunması açısından, torbalara göre önerilmektedir. Zaten tek seferde çok miktar gelmediği için, evde 5-6 adet biberon olması faydalı olmaktadır.

Bu yaklaşımlar bir destekler ve emzirme yerine geçmesi düşünülmemelidir. Emzirme anne ve bebeğin ruhsal ve sosyal paylaşımıdır, emzirme sadece beslenme olarak ele alınmaz.

Pompa ile süt çekilerek bebeğine veren annelere, bir obje ve bir süt kaynağı olarak bakılmamalıdır.

### Shared nursing

It is not only the mother who may breastfeed her child. She may hire another woman to do so (a [wet nurse](#)), or she may share childcare with another mother (cross-nursing). Both of these were common throughout history. It remains popular in some [developing nations](#), including those in Africa, for more than one woman to breastfeed a child. Shared breastfeeding is a risk factor for [HIV](#) infection in infants.<sup>[32]</sup> Shared nursing can sometimes provoke negative social reactions in the [English-speaking world](#).<sup>[33][34]</sup>

### Tandem nursing

## EstüdamYenidogan

It is possible for a mother to continue breastfeeding an older sibling while also breastfeeding a new baby; this is called *tandem nursing*. During the late stages of pregnancy, the milk changes to colostrum. While some children continue to breastfeed even with this change, others may *wean*. Most mothers can produce enough milk for tandem nursing, but the new baby should be nursed first for at least the first few days after delivery to ensure that it receives enough colostrum.<sup>[105]</sup> Breastfeeding *triplets or larger broods* is a challenge given babies' varying appetites. Breasts can respond to the demand and produce larger milk quantities; mothers have breastfed triplets successfully.<sup>[106][107][108]</sup>

- Newborn twins being breastfed
- Woman breastfeeds 2-year-old twins whilst reading them a book.
- Woman tandem nurses an infant and a toddler.

## Yorum

Anne sütünün yeterli olmadığı kavramı bir sosyal sakıncalı konudur. Yetersiz anne imajı yaratılmaktadır.

Anne sütüne destek sağlanmalı denilmesi daha anlamlı olacaktır.

Bazı durumlarda anne süt verirken yeni çocuğu olması, ikiz olması ve aynı anda iki çocuğa süt vermesi gerekiyorsa, bu düzenlenirken, anne bir süt sağıcı ve verici olarak görülmemelidir. Aynı zamanda bu kanı oluşmaması için, bazı sosyal yaklaşımların yapılması gerekli olabilir. Gerekli olmadan da destekleyici boyut olmalıdır, ancak yaparken daha zor durumlar yaratılmamalıdır.

### Induced lactation

Induced lactation, also called *adoptive lactation*, is the process of starting breastfeeding in a woman who did not give birth.<sup>[109]</sup> This usually requires the adoptive mother to take hormones and other drugs to stimulate breast development and promote milk production. In some cultures, breastfeeding an adoptive child creates *milk kinship* that built community bonds across class and other hierarchal bonds.<sup>[109]</sup>

### Re-lactation

Re-lactation is the process of restarting breastfeeding.<sup>[109]</sup> In developing countries, mothers may restart breastfeeding after a weaning as part of an *oral rehydration* treatment for *diarrhea*. In developed countries, re-lactation is common after early medical problems are resolved, or because a mother changes her mind about breastfeeding.

Re-lactation is most easily accomplished with a newborn or with a baby that was previously breastfeeding; if the baby was initially bottle-fed, the baby may refuse to suckle. If the mother has recently stopped breastfeeding, she is more likely to be able to re-establish her milk supply, and more likely to have an adequate supply. Although some women successfully re-lactate after months-long interruptions, success is higher for shorter interruptions.<sup>[109]</sup>

Techniques to promote lactation use frequent attempts to breastfeed, extensive skin-to-skin contact with the baby, and frequent, long pumping sessions.<sup>[109]</sup> Suckling may be encouraged with a tube filled with infant formula, so that the baby associates suckling at the breast with food. A dropper or syringe without the needle may be used to place milk onto the breast while the baby suckles. The mother should allow the infant to suckle at least ten times for 24 hours, and more times if he or she is interested. These times can include every two hours, whenever the baby seems interested, longer at each breast, and when the baby is sleepy when he or she might suckle more readily. In keeping with increasing contact between mother and child, including increasing skin-to-skin contact, grandmothers should pull back and help in other ways. Later on, grandmothers can again provide more direct care for the infant.<sup>[110]</sup>

These techniques require the mother's commitment over a period of weeks or months. However, even when lactation is established, the supply may not be large enough to breastfeed exclusively. A supportive social environment improves the likelihood of success.<sup>[109]</sup> As the mother's milk production increases, other feeding can decrease. Parents and other family members should watch the baby's weight gain and urine output to assess nutritional adequacy.<sup>[110]</sup>

A WHO manual for physicians and senior health workers citing a 1992 source states: "If a baby has been breastfeeding sometimes, the breastmilk supply increases in a few days. If a baby has stopped breastfeeding, it may take 1-2 weeks or more before much breastmilk comes."<sup>[110]</sup>

### Extended

Extended breastfeeding means breastfeeding after the age of 12 or 24 months, depending on the source. In Western countries such as the [United States](#), [Canada](#), and [Great Britain](#), extended breastfeeding is relatively uncommon and can provoke criticism.<sup>[111][112]</sup> In the United States, 22.4% of babies are breastfed for 12 months, the minimum amount of time advised by the [American Academy of Pediatrics](#). In [India](#), mothers commonly breastfeed for 2 to 3 years.<sup>[113]</sup>

## Yorum

Çeşitli nedenlerle süt vermek için, gebe olmadan teyze ve halanın süt annesi olarak hazırlanması, tekrar süt vermek için yaklaşım ve sütün devamlılığı açısından yaklaşım öngörülebilir.

Tümü, annelerin bir süt sağlayan ve bir inek gibi görülmesinin önüne geçilmelidir. İnsanlık temelinde, sevgi boyutunda, annelik duyguları ile etik ilkelerde olmalıdır.

Anne diye hitap edilmeli, süt veren şeklinde bir yaklaşım yapılmamalıdır.

### Health effects

Support for breastfeeding is universal among major health and children's organizations. WHO states, "Breast milk is the ideal food for the healthy growth and development of infants; breastfeeding is also an integral part of the reproductive process with important implications for the health of mothers."<sup>[114]</sup>

Breastfeeding decreases the risk of a number of diseases in both mothers and babies.<sup>[115]</sup> The [US Preventive Services Task Force](#) recommends efforts to promote breastfeeding.<sup>[116]</sup>

## EstüdamYenidogan

A [United Nations](#) resolution promoting breast feeding was passed despite opposition from the Trump administration. Lucy Sullivan of 1,000 Days, an international group seeking to improve baby and infant nutrition, stated this was "public health versus private profit. What is at stake: breastfeeding saves women and children's lives. It is also bad for the multibillion-dollar global infant formula (and dairy) business."<sup>[112] [118][121]</sup>

### Baby

Early breastfeeding is associated with fewer nighttime feeding problems.<sup>[120]</sup> Early skin-to-skin contact between mother and baby improves breastfeeding outcomes and increases cardio-respiratory stability.<sup>[121]</sup> Reviews from 2007 found numerous benefits. Breastfeeding aids general health, growth, and development in the infant. Infants who are not breastfed are at mildly increased risk of developing acute and chronic diseases, including lower [respiratory infection](#), [ear infections](#), [bacteremia](#), [bacterial meningitis](#), [botulism](#), [urinary tract infection](#) and [necrotizing enterocolitis](#).<sup>[122][123]</sup> Breastfeeding may protect against [sudden infant death syndrome](#),<sup>[124]</sup> [insulin-dependent diabetes mellitus](#), [Crohn's disease](#), [ulcerative colitis](#), childhood [lymphoma](#), allergic diseases, digestive diseases,<sup>[22]</sup> obesity, develop diabetes, or childhood leukemia later in life.<sup>[125]</sup> and may enhance [cognitive development](#).<sup>[129][126]</sup> Babies that are breastfed are able to recognize being full quicker than infants who are bottle fed. Breastmilk also makes a child resistant to insulin, which is why they are less likely to be hypoglycemic. Infants are more likely to have a normal neural and retinal development if they are breastfed.<sup>[126]</sup>

### Growth

The average breastfed baby doubles its birth weight in 5–6 months. By one year, a typical breastfed baby weighs about 2-1/2 times its birth weight. At one year, breastfed babies tend to be leaner than formula-fed babies, which improves long-run health.<sup>[127]</sup> The Davis Area Research on Lactation, Infant Nutrition and Growth (DARLING) study reported that breastfed and formula-fed groups had similar weight gain during the first 3 months, but the breastfed babies began to drop below the median beginning at 6 to 8 months and were significantly lower weight than the formula-fed group between 6 and 18 months. Length gain and head circumference values were similar between groups, suggesting that the breastfed babies were leaner.<sup>[128]</sup>

### Infections

Breast milk contains several [anti-infective](#) factors such as [bile salt stimulated lipase](#) (protecting against [amoebic](#) infections) and [lactoferrin](#) (which binds to iron and inhibits the growth of [intestinal bacteria](#)).<sup>[129][130]</sup> Exclusive breastfeeding till six months of age helps to protect an infant from gastrointestinal infections in both developing and industrialized countries. The risk of death due to diarrhea and other infections increases when babies are either partially breastfed or not breastfed at all.<sup>[2]</sup> Infants who are exclusively breastfed for the first six months are less likely to die of [gastrointestinal](#) infections than infants who switched from exclusive to partial breastfeeding at three to four months.<sup>[141]</sup>

During breastfeeding, approximately 0.25–0.5 grams per day of secretory [IgA antibodies](#) pass to the baby via milk.<sup>[131][132]</sup> This is one of the important features of colostrum.<sup>[133]</sup> The main target for these antibodies are probably microorganisms in the baby's [intestine](#). The rest of the body displays some uptake of IgA,<sup>[134]</sup> but this amount is relatively small.<sup>[135]</sup>

Maternal vaccinations while breastfeeding is safe for almost all vaccines. Additionally, the mother's immunity obtained by vaccination against [tetanus](#), [diphtheria](#), [whooping cough](#) and [influenza](#) can protect the baby from these diseases, and breastfeeding can reduce fever rate after infant immunization. However, [smallpox](#) and [yellow fever](#) vaccines increase the risk of infants developing [vaccinia](#) and [encephalitis](#).<sup>[136][137]</sup>

### Mortality

Babies who receive no breast milk are almost six times more likely to die by the age of one month than those who are partially or fully breastfed.<sup>[138]</sup>

### Childhood obesity

The protective effect of breastfeeding against obesity is consistent, though small, across many studies.<sup>[122][123][129]</sup> A 2013 [longitudinal study](#) reported less obesity at ages two and four years among infants who were breastfed for at least four months.<sup>[140]</sup>

### Allergic diseases

In children who are at risk for developing allergic diseases (defined as at least one parent or sibling having [atopy](#)), atopic syndrome can be prevented or delayed through 4-month exclusive breastfeeding, though these benefits may not persist.<sup>[141]</sup>

### Other health effects

Breastfeeding may reduce the risk of necrotizing enterocolitis (NEC).<sup>[123]</sup>

Breastfeeding or introduction of gluten while breastfeeding doesn't protect against [celiac disease](#) among at-risk children. Breast milk of healthy human mothers who eat [gluten](#)-containing foods presents high levels of non-degraded [gliadin](#) (the main gluten protein). Early introduction of traces of gluten in babies to potentially induce tolerance doesn't reduce the risk of developing celiac disease. Delaying the introduction of gluten does not prevent, but is associated with a delayed onset of the disease.<sup>[142][143]</sup>

About 14 to 19 percent of leukemia cases may be prevented by breastfeeding for six months or longer.<sup>[144]</sup> However, breastfeeding is also the primary cause of [adult T-cell leukemia/lymphoma](#), as the [HTLV-1](#) virus is transmitted through breastmilk.<sup>[145]</sup>

Breastfeeding is associated with a lower chance of developing [diabetes mellitus type 1](#) in the offspring.<sup>[123]</sup> Breastfed babies also appear to have a lower likelihood of developing [diabetes mellitus type 2](#) later in life.<sup>[122][123][146]</sup>

Breastfeeding may decrease the risk of [cardiovascular disease](#) in later life, as indicated by lower [cholesterol](#) and [C-reactive protein](#) levels in breastfed adult women.<sup>[122]</sup> Breastfed infants have somewhat lower blood pressure later in life, but it is unclear how much practical benefit this provides.<sup>[129][125]</sup>

A 1998 study suggested that breastfed babies have a better chance of good dental health than formula-fed infants because of the developmental effects of breastfeeding on the [oral cavity](#) and [airway](#). It was thought that with fewer [malocclusions](#), breastfed children may have a reduced need for [orthodontic](#) intervention. The report suggested that children with a well-rounded, "U-shaped" [dental arch](#), which is found more commonly in breastfed children, may have fewer problems with snoring and [sleep apnea](#) in later life.<sup>[147]</sup> A 2016 review found that breastfeeding protected against malocclusions.<sup>[2]</sup>

Breastfeeding duration has been correlated with child maltreatment outcomes, including neglect and sexual abuse.<sup>[148]</sup>

### Intelligence

It is unclear whether breastfeeding improves [intelligence](#) later in life. Several studies found no relationship after controlling for [confounding](#) factors like maternal intelligence (smarter mothers were more likely to breastfeed their babies).<sup>[123][149]</sup> However, other studies concluded that breastfeeding was associated with increased cognitive development in childhood, although the cause may be increased mother-child interaction rather than nutrition.<sup>[122][150]</sup>

## Yorum

Tüm bu olumlu yanları vardır, eksik bile söylenmiş olabilir. Ama bir yemeği, hastalık dışında, sağlık için değil, zevk ve doymak, tat almak için yenilir.

Arabaya benzin doldurma işlevinde bile, doldururken çay, kahve ikramı ve bir iki alışveriş imkânı sağlanmakta, müzik ile bir rahatlama yanında cam temizliği gibi ek hizmetlerde yapılmaktadır.

Hiçbir insan sevgi ifadeleri olmadan, iletişim kurulmaz, gülmek, gülümsemek bile, insanlık açısından önemlidir. Ancak bunlar zorunlu sırtıma değil, kalpten gelen olmalıdır.

#### **Mother**

##### **Maternal bond**

[Oxytocin](#), a hormone released during breastfeeding, may play a role in maternal-infant attachment and bonding, potentially via decreased anxiety and stress.<sup>[151]</sup>

##### **Fertility**

Exclusive breastfeeding usually delays the return of fertility through [lactational amenorrhea](#)<sup>[152][153]</sup>, although it does not provide reliable [birth control](#). Breastfeeding may delay the return to fertility for some women by suppressing ovulation. Mothers may not [ovulate](#), or have regular periods, during the entire lactation period. The non-ovulating period varies by individual. This has been used as natural contraception, with greater than 98% effectiveness during the first six months after birth if specific nursing behaviors are followed.<sup>[154]</sup>

##### **Postpartal bleeding**

While breastfeeding soon after birth is believed to increase [uterus](#) contraction and reduce bleeding. This effect is most likely causally linked to the increase in Oxytocin levels in the bloodstream. Purified Oxytocin is commonly administered in hospitals for the reduction of postpartal bleeding.<sup>[155]</sup>

##### **Weight retention**

It is unclear whether breastfeeding causes mothers to lose weight after giving birth.<sup>[152][156][157][158]</sup> The National Institutes of Health states that it may help with weight loss.<sup>[159]</sup>

##### **Chronic conditions**

Breastfeeding is also associated with a lower risk of type 2 diabetes among mothers who practice it.<sup>[160]</sup> Longer duration of breastfeeding is associated with reduced risk of hypertension.<sup>[153]</sup>

For breastfeeding women, long-term health benefits include reduced risk of [breast cancer](#), [ovarian cancer](#), and [endometrial cancer](#).<sup>[152][161]</sup>

A 2011 review found it unclear whether breastfeeding affects the risk of [postpartum depression](#).<sup>[162]</sup> Later reviews have found tentative evidence of a lower risk among mothers who successfully breastfeed.<sup>[163][164]</sup>

##### **Social factors**

The majority of mothers intend to breastfeed at birth. Many factors can disrupt this intent. Research done in the US shows that information about breastfeeding is rarely provided by a women's obstetricians during their prenatal visits and some health professionals incorrectly believe that commercially prepared formula is nutritionally equivalent to breast milk.<sup>[165]</sup> Many hospitals have instituted practices that encourage breastfeeding, however a 2012 survey in the US found that 24% of maternity services were still providing supplements of commercial infant formula as a general practice in the first 48 hours after birth.<sup>[3]</sup> [The Surgeon General's Call to Action to Support Breastfeeding](#) attempts to educate practitioners.<sup>[166]</sup>

#### **Yorum**

Annenin de faydalı olduğu için, bu ayrıca bilgi olarak iletilmelidir.

Emzirme bir perhiz yiyeceği, eylemi değildir, bu nedenle sevgi boyutu olmalıdır.

İnsanların sevmeden bir işlem yapmaması gerekir, yaptıkça da sevmelidir. Bunun için ortamlar oluşturulmalıdır.

#### **Social support**

A review found that when effective forms of support are offered to women, exclusive breastfeeding and duration of breastfeeding are increased. Characteristics of effective support includes ongoing, face-to-face support tailored to fit their needs. It may be offered by lay/peer supporters, professional supporters, or a combination of both.<sup>[167]</sup> This review contrasts with another large review that looked at education programs alone, which found no conclusive evidence of initiation of breastfeeding or the proportion of women breastfeeding either exclusively or partially at 3 months and 6 months.<sup>[168]</sup>

Positive social support in essential relationships of new mothers plays a central role in the promotion of breastfeeding outside of the confines of medical centers. Social support can come in many incarnations, including tangible, affectionate, social interaction, and emotional and informational support. An increase in these capacities of support has shown to greatly positively effect breastfeeding rates, especially among women with education below a high school level.<sup>[169]</sup> Some mothers that have used lactation rooms have taken to leaving sticky notes to not only thank the businesses that have provided them but to support, encourage, and praise the nursing moms who use them.<sup>[71]</sup> In the social circles surrounding the mother, support is most crucial from the male partner, the mother's mother, and her family and friends.<sup>[170]</sup> Research has shown that the closest relationships to the mother have the strongest impact on breastfeeding rates, while negative perspectives on breastfeeding from close relatives hinder its prevalence.<sup>[169]</sup>

- Mother – Adolescence is a risk factor for low breastfeeding rates, although classes, books and personal counseling (professional or lay) can help compensate.<sup>[171]</sup> Some women fear that breastfeeding will negatively impact the look of their breasts. However, a 2008 study found that breastfeeding had no effect on a woman's breasts; other factors did contribute to "[drooping](#)" of the breasts, such as advanced age, number of pregnancies and smoking behavior.<sup>[172]</sup>
- Partner – Partners may lack knowledge of breastfeeding and their role in the practice.
- [Wet nursing](#) – Social and cultural attitudes towards breastfeeding in the African-American community are also influenced by the legacy of forced wet-nursing during slavery.<sup>[173]</sup>

#### **Maternity leave**

Work is the most commonly cited reason for not breastfeeding.<sup>[174]</sup> In 2012 [Save the Children](#) examined [maternity leave](#) laws, ranking 36 industrialized countries according to their support for breastfeeding. Norway ranked first, while the United States came in last.<sup>[175]</sup> [Maternity leave in the US](#) varies widely, including by state. The United States does not mandate paid maternity leave for any employee however the [Family Medical Leave Act](#) (FMLA) guarantees qualifying mothers up to 12 weeks unpaid leave although the majority of US mothers resume work earlier. A large 2011 study found that women who returned to work at or after 13 weeks after childbirth were more likely to predominantly breastfeed beyond three months.<sup>[176]</sup>

#### **Healthcare**

#### Caesarean section

Women are less likely to start breastfeeding after caesarean delivery compared with vaginal delivery.<sup>[177][178]</sup>

#### Breast surgery

Breastfeeding can generally be attempted after breast augmentation or reduction surgery,<sup>[179]</sup> however prior breast surgery is a risk factor for [low milk supply](#).<sup>[180]</sup>

A 2014 review found that women who have [breast implant](#) surgery were less likely to exclusively breast feed, however it was based on only three small studies and the reasons for the correlation were not clear.<sup>[181]</sup> A large follow-up study done in 2014 found a reduced rate of breastfeeding in women who had undergone breast augmentation surgery, however again the reasons were unclear. The authors suggested that women contemplating augmentation should be provided with information related to the rates of successful breastfeeding as part of informed decision making when contemplating surgery.<sup>[182]</sup>

Prior [breast reduction surgery](#) is strongly associated with an increased probability of [low milk supply](#) due to disruption to tissues and nerves.<sup>[183]</sup> Some surgical techniques for breast reduction appear to be more successful than others in preserving the tissues that generate and channel milk to the nipple. A 2017 review found that women were more likely to have success with breastfeeding with these techniques.<sup>[184]</sup>

#### Medications

Breastfeeding mothers should inform their healthcare provider about all of the medications they are taking, including herbal products. Nursing mothers may be immunized and may take most [over-the-counter drugs](#) and [prescription drugs](#) without risk to the baby but certain drugs, including some [painkillers](#) and some [psychiatric drugs](#), may pose a risk.<sup>[185]</sup>

The [US National Library of Medicine](#) publishes "LactMed", an up-to-date online database of information on drugs and lactation. Geared to both healthcare practitioners and nursing mothers, LactMed contains over 450 drug records with information such as potential drug effects and alternate drugs to consider.<sup>[137][186]</sup>

Some substances in the mother's food and drink are passed to the baby through breast milk, including [mercury](#) (found in some [carnivorous fish](#)),<sup>[187]</sup> [caffeine](#),<sup>[188]</sup> and [bisphenol A](#).<sup>[189][190]</sup>

#### Medical conditions

Undiagnosed maternal [celiac disease](#) may cause a short duration of the breastfeeding period. Treatment with the [gluten-free diet](#) can increase its duration and restore it to the average value of the healthy women.<sup>[191]</sup>

Mothers with all types of [diabetes mellitus](#) normally use insulin to control their blood sugar, as the safety of other [antidiabetic drugs](#) while breastfeeding is unknown.<sup>[192]</sup>

Women with [polycystic ovary syndrome](#), which is associated with some hormonal differences and obesity, may have greater difficulty with producing a sufficient supply to support exclusive breastfeeding, especially during the first weeks.<sup>[193]</sup>

#### Yorum

Burada söylenen sosyal destek değildir söylenmek istenen. İki kişi karşılığınca selam vermesi bir insanlık gereğidir. Gülümseme de bunun tasdikidir. Bu sosyal destek veya sosyal iletişim kurmak için söylenmemektedir. Affedersiniz, pardon demek, özür dilemek değil, iletişim için bir gerekçe sunmaktır. Takılmak için sorarım, neyi affedeyim diye?

Kalpten gelen bir yaklaşım olmalı, anne ve bebek bir insanlık, bir yaratılış olarak görülmeli. Emzirme bir fedakarlığın doruk noktası olarak görülerek davranılmalıdır.

#### Ethnicity and socioeconomic status

The rates of breastfeeding in the African American community remain much lower than any other race, for a variety of proposed reasons. These include the legacy of [Wet nursing](#) during slavery, higher rates of poor perinatal health, higher stress levels, less access to support, and less flexibility in the workplace.<sup>[194]</sup> While for other races as socio-economic class rises rates of breastfeeding also go up, for the African-American community breastfeeding rates remain consistently low regardless of socio-economic class.<sup>[195]</sup>

There are also racial disparities in access to maternity care practices that support breastfeeding. In the US, primarily African American neighborhoods are more likely to have facilities (such as hospitals and female healthcare clinics) that do not support breastfeeding, contributing to the low rate of breastfeeding in the African American community. Comparing facilities in primarily African American neighborhoods to ones in primarily White neighborhoods, the rates of practices that support or discourage breastfeeding were: limited use of supplements (13.1% compared with 25.8%) and rooming-in (27.7–39.4%)<sup>[196]</sup>

Low-income mothers are more likely to have unintended pregnancies.<sup>[197]</sup> Mothers whose pregnancies are unintended are less likely to breastfeed.<sup>[198]</sup>

Especially the combination of powdered formula with unclean water can be very harmful to the health of babies. In the late 1970s, there was a boycott against Nestle due to the great number of baby deaths due to formula. [Dr. Michele Barry](#) explains that breastfeeding is most imperative in poverty environments due to the lack of access of clean water for the formula. The Lancet study in 2016 discovered that universal breastfeeding would prevent the deaths of 800,000 children as well as save \$300,000,000.<sup>[199]</sup>

#### Social acceptance

Some women feel discomfort when breastfeeding in public.<sup>[199]</sup> Public breastfeeding may be forbidden in some [places](#), not addressed by law in others, and a legal right in others. Even given a legal right, some mothers are reluctant to breastfeed,<sup>[200][201]</sup> while others may object to the practice.<sup>[202]</sup>

The use of infant formula was thought to be a way for western culture to adapt to negative perceptions of breastfeeding.<sup>[203]</sup> The breast pump offered a way for mothers to supply breast milk with most of formula feeding's convenience and without enduring possible disapproval of nursing.<sup>[204]</sup> Some may object to breastfeeding because of the implicit association between infant feeding and sex.<sup>[205]</sup> These negative cultural connotations may reduce breastfeeding duration.<sup>[200][206][207][208]</sup> Maternal guilt and shame is often affected by how a mother feeds her infant. These emotions occur in both bottle- and breast-feeding mothers, although for different reasons. Bottle feeding mothers may feel that they should be breastfeeding.<sup>[209]</sup> Conversely, breastfeeding mothers may feel forced to feed in uncomfortable circumstances. Some may see breastfeeding as, "indecent, disgusting, animalistic, sexual, and even possibly a perverse act."<sup>[210]</sup> Advocates (known by the [neologism](#) "lactivists") use "[nurse-ins](#)" to show support for breastfeeding in public.<sup>[199]</sup> One study that approached the subject from a feminist viewpoint suggested that both nursing and non-nursing mothers often feel maternal guilt and shame with formula feeding mothers feeling that they are not living up to the ideals of woman and motherhood and nursing mothers concerned that they are transgressing "cultural expectations regarding feminine modesty." The authors advocate that women be provided with education on breastfeeding's benefits as well as problem-solving skills,<sup>[209]</sup> however there is no conclusive evidence that breastfeeding education alone improves initiation of breastfeeding or the proportion of women breastfeeding either exclusively or partially at 3 months and 6 months.<sup>[168]</sup>

#### Prevalence



## EstüdamYenidogan

Globally about 38% of babies are exclusively breastfed during their first six months of life.<sup>[24]</sup> In the United States the rate of women beginning to breastfeed was 76% in 2009 increasing to 83% in 2015 with 58% still breastfeeding at 6 months, although only 25% were still breastfeeding exclusively.<sup>[23]</sup> African-American women have persistently low rates of breastfeeding compared to White and Hispanic American women. In 2014, 58.1% of African-American women breastfed in the early postpartum period, compared to 77.7% of White women and 80.6% of Hispanic women.<sup>[195]</sup>

Breastfeeding rates in different parts of China vary considerably.<sup>[242]</sup>

Rates in the United Kingdom were the lowest in the world in 2015 with only 0.5% of mothers still breastfeeding at a year, while in Germany 23% are doing so, 56% in Brazil and 99% in Senegal.<sup>[243]</sup>

In Australia for children born in 2004, more than 90% were initially breastfed.<sup>[244]</sup> In Canada for children born in 2005–06, more than 50% were only breastfed and more than 15% received both breastmilk and other liquids, by the age of 3 months.<sup>[245]</sup>

## Yorum

Eğer insanları çeşitli şekilde gruplandırırsanız ve bu tutum ve davranışları buna göre istatistik olarak sunduğunuzda kültürel bir baskı kurmuş olursunuz.

Zengin toplum ve Yüksek Teknoloji Kültüründe eğer anne sütü vermek bir amaç ve istekten çıkıyorsa, ben başka şekilde temin ederim deniliyorsa, emzirmeyi arttırmazsınız.

Bir simit ve peynir gibi bir zevk boyutu bile nasıl terk edilmiyor, özleniyorsa, önce ondan haz duyan bir anne, aile oluşturulmalıdır.

Birey Hakkı Kültürü temelinde giderek arttığı ve anne ve bebeğin hakkı temeline gelmektedir.

Tüm bu yukarıdaki bilgiler altında bir annenin emzirmeyi isteyeceği sanılmamalıdır. Bir sevgi, bir zevk ve insanlık boyutu yoktur.

## History

In the [Egyptian](#), [Greek](#) and [Roman empires](#), women usually fed only their own children.<sup>[citation needed]</sup> However, breastfeeding began to be seen as something too common to be done by royalty, and wet nurses were employed to breastfeed the children of the royal families. This extended over time, particularly in western Europe, where [noble women](#) often made use of wet nurses. Lower-class women breastfed their infants and used a wet nurse only if they were unable to feed their own infant. Attempts were made in 15th-century Europe to use cow or goat milk, but these attempts were not successful. In the 18th century, flour or cereal mixed with broth were introduced as substitutes for breastfeeding, but this provided inadequate nutrition.<sup>[citation needed]</sup> The appearance of improved infant formulas in the mid-19th century and its increased use caused a decrease in breastfeeding rates, which accelerated after [World War II](#), and for some in the US, Canada, and UK, breastfeeding was seen as uncultured. From the 1960s onwards, breastfeeding experienced a revival which continued into the 2000s, though negative attitudes towards the practice were still entrenched in some countries up to 1990s.<sup>[246]</sup>

## Society and culture

### Language

In languages around the world, the word for "mother" is something like "[mama](#)". The linguist [Roman Jakobson](#) hypothesized that the nasal sound in "mama" comes from the nasal murmur that babies produce when breastfeeding.

### Financial considerations

Breastfeeding is less costly than alternatives, but the mother generally must eat more food than she would otherwise. In the US, the extra money spent on food (about US\$14 each week) is usually about half as much money as the cost of infant formula.<sup>[2]</sup>

Breastfeeding reduces health care costs and the cost of caring for sick babies. Parents of breastfed babies are less likely to miss work and lose income because their babies are sick.<sup>[2]</sup> Looking at three of the most common infant illnesses, lower respiratory tract illnesses, [otitis media](#), and gastrointestinal illness, one study compared infants that had been exclusively breastfed for at least three months to those who had not. It found that in the first year of life there were 2033 excess office visits, 212 excess days of hospitalization, and 609 excess prescriptions for these three illnesses per 1000 never-breastfed infants compared with 1000 infants exclusively breastfed for at least 3 months.<sup>[247][248]</sup>

### Mobile apps

Dozens of [mobile apps](#) exist for tracking the habits of breastfeeding mothers.<sup>[249]</sup>

### Criticism of breastfeeding advocacy

There are controversies and ethical considerations surrounding the means used by public campaigns which attempt to increase breastfeeding rates, relating to pressure put on women, and potential feeling of guilt and shame of women who fail to breastfeed; and social condemnation of women who use formula.<sup>[251][223][253][234]</sup> In addition to this, there is also the moral question as to what degree the state or medical community can interfere with the self-determination of a woman: for example in the [United Arab Emirates](#) the law requires a woman to breastfeed her baby for at least 2 years and allows her husband to sue her if she does not do so.<sup>[254][226]</sup>

It is widely assumed that if women's healthcare providers encourage them to breastfeed, those who choose not to will experience more guilt. Evidence does not support this assumption. On the contrary, a study on the effects of prenatal breastfeeding counselling found that those who had received such counselling and chosen to formula-feed denied experiencing feelings of guilt. Women were equally comfortable with their subsequent choices for feeding their infant regardless of whether they had received encouragement to breastfeed.<sup>[257]</sup>

Preventing a situation where women are denied agency and/or stigmatized for formula use is also seen as important. In 2018, in the UK, a policy statement from the [Royal College of Midwives](#) said that women should be supported and not stigmatized, if after being given advice and information, they choose to formula feed.<sup>[258]</sup>

### Social marketing

Social marketing is a marketing approach intended to change people's behavior to benefit both individuals and society.<sup>[259]</sup> When applied to breastfeeding promotion, social marketing works to provide positive messages and images of breastfeeding to increase visibility. Social marketing in the context of breastfeeding has shown efficacy in media campaigns.<sup>[260][251][252][233][254][255]</sup> Some oppose the marketing of infant formula, especially in developing countries. They are concerned that mothers who use formula will stop breastfeeding and become dependent upon substitutes that are unaffordable or less safe.<sup>[236][237]</sup> Through efforts including the [Nestlé boycott](#), they have advocated for bans on free samples of infant formula and for the adoption of pro-breastfeeding codes such as the [International Code of Marketing of Breast-milk Substitutes](#) by the [World Health Assembly](#) in 1981 and the Innocentia Declaration by WHO and UNICEF policy-makers in August 1990.<sup>[260]</sup> Additionally, formula companies have spent millions internationally on campaigns to promote the use of formula as an alternative to mother's milk.<sup>[238]</sup>

### Baby Friendly Hospital Initiative

## EstüdamYenidogan

The Baby Friendly Hospital Initiative (BFHI) is a program launched by the [World Health Organization](#) (WHO) in conjunction with [UNICEF](#) in order to promote infant feeding and maternal bonding through certified hospitals and birthing centers. BFHI was developed as a response to the influence held by formula companies in private and public maternal health care. The initiative has two core tenets: the Ten Steps to Successful Breastfeeding and the [International Code of Marketing of Breast-milk Substitutes](#).<sup>[232]</sup> The BFHI has especially targeted hospitals and birthing centers in the developing world, as these facilities are most at risk to the detrimental effects of reduced breastfeeding rates. As of 2018, 530 hospitals in the United States hold the "Baby-Friendly" title in all 50 states. Globally, there are more than 20,000 "Baby-Friendly" hospitals worldwide in over 150 countries.<sup>[240]</sup>

### Representation on television

The first depiction of breastfeeding on television was in the children's program *Sesame Street*, in 1977.<sup>[241]</sup> With few exceptions since that time breastfeeding on television has either been portrayed as strange, disgusting, or a source of comedy, or it has been omitted entirely in favor of bottle feeding.<sup>[241]</sup>

### Religion

In some cultures, people who have been breastfed by the same woman are milk-siblings who are equal in legal and social standing to a consanguineous sibling.<sup>[242]</sup> Islam has a complex system of rules regarding this, known as *Rada* (*fiyah*). Like the Christian practice of [godparenting](#), milk kinship established a second family that could take responsibility for a child whose biological parents came to harm. "Milk kinship in Islam thus appears to be a culturally distinctive, but by no means unique, institutional form of adoptive kinship."<sup>[243]</sup> In [Western](#) countries, differences in breastfeeding practices have also been observed according to the affiliation or practice of [Christian](#) religions; unaffiliated and [Protestant](#) women exhibit higher rates of breastfeeding.<sup>[244][245][246][247]</sup>

### Workplace

Many mothers have to return to work a short time after their babies have been born.<sup>[248]</sup> In the U.S. about 70% of mothers with children younger than three years old work full-time with 1/3 of the mothers returning to work within 3 months and 2/3 returning within 6 months. Working outside of the home and full-time work are significantly associated with lower rates of breastfeeding and breastfeeding for a shorter duration of time.<sup>[249]</sup> According to the [CDC](#) "support for breastfeeding in the workplace includes several types of employee benefits and services, including writing corporate policies to support breastfeeding women; teaching employees about breastfeeding; providing designated private space for breastfeeding or expressing milk; allowing flexible scheduling to support milk expression during work; giving mothers options for returning to work, such as teleworking, part-time work, and extended maternity leave; providing on-site or near-site child care; providing high-quality breast pumps; and offering professional lactation management services."<sup>[249]</sup>

Programs to promote and assist nursing mothers have been found to help maintain breastfeeding.<sup>[250]</sup> In the United States the CDC reports on a study that "examined the effect of corporate lactation programs on breastfeeding behavior among employed women in California [which] included prenatal classes, perinatal counseling, and lactation management after the return to work". They found that "about 75% of mothers in the lactation programs continued breastfeeding at least 6 months, although nationally only 10% of mothers employed full-time who initiated breastfeeding were still breastfeeding at 6 months."<sup>[249]</sup>

The U.S. [Patient Protection and Affordable Care Act](#) which was passed in 2010 requires that all nursing mothers be given a non-bathroom space to express milk and a reasonable break time to do so, however as of 2016 the majority of women still do not have access to both accommodations. A 2016 study found: "1) federal law does not address lactation space functionality and accessibility, 2) federal law only protects a subset of employees, and 3) enforcement of the federal law requires women to file a complaint with the United States Department of Labor. To address each of these issues, we recommend the following modifications to current law: 1) additional requirements surrounding lactation space and functionality, 2) mandated coverage of exempt employees, and 3) requirement that employers develop company-specific lactation policies."<sup>[69]</sup>

In [Canada](#), [British Columbia](#) and [Ontario](#), provincial Human Rights Codes prevent against workplace discrimination due to breastfeeding.<sup>[251][252]</sup> In British Columbia, employers are required to provide accommodation to employees who breastfeed or express breast milk. Although no specific requirements are mandated, under the Human Rights Code, accommodations suggested include paid breaks (not including meal breaks), private facilities that include clean running water, comfortable seating areas, and refrigeration equipment, as well as flexibility in terms of work-related conflicts.<sup>[251]</sup> In Ontario, employers are encouraged to accommodate breastfeeding employees by providing additional breaks without fear of discrimination. Unlike in British Columbia, the Ontario Code does not include specific recommendations, and therefore leaves significant flexibility for employers.<sup>[253]</sup>

### Research

Breastfeeding research continues to assess prevalence, HIV transmission, pharmacology, costs, benefits, immunology, contraindications, and comparisons to synthetic breast milk substitutes.<sup>[11][254]</sup> Factors related to the mental health of the nursing mother in the perinatal period have been studied. While cognitive behavior therapy may be the treatment of choice, medications are sometimes used. The use of the rapy rather than medication reduces the infant's exposure to medication that may be transmitted through the milk.<sup>[255]</sup> In coordination with institutional organisms, researchers are also studying the social impact of breastfeeding throughout history. Accordingly, strategies have been developed to foster the increase of the breastfeeding rates in the different countries.<sup>[256]</sup>

## Yorum

Bebek Dostu Hastane demek, sanki diğer hastaneler bebek dostu değildir, eğer böyle ise kapatılmalıdır.

Kelimeler ve yaklaşımlar bir kural ve kalıba dayalı olmakta, içinde sevgi yoktur. Sevgi olmayan yerde de insanlık ancak zorlukla sokulabilir, ki bu kaçırmak demektir.

Emzirmek ucuzdur değil, emzirme etkin, verimli ve insanların sevdiği bir durumdur demelidir. Kalite ucuz olmaz, bedava verilen bile ucuz denilmez, bedeli bir teşekkürdür en azından.

İnanış kavramına bakınca kaç milyar insan varsa tümünün inancı farklıdır, Kuran 109/6 göre *senin dinin sana, benim dinim bana* ifadesi önemlidir. Bu açıdan insanların içi bilinmediği için, emzirmeyi inanışa göre bağlanmamalıdır. Ancak bu Makalede de sunulduğu gibi, öneri, tavsiye bir emir ve hüküm gibi alanlar tarafından işler saptırılmaktadır, bunun kişi ile ilintisi vardır, din ve inanışla bağı olamaz.

İnsanlar 200bin yıl önce tek Homo sapiens, sapiens olarak oluştuğu RNA genetik analizi ile sabittir ve Covid-19 bunun bir ispatıdır. Kimsenin ırk ve cins olarak ayrı görülmesi, İnsan Hakları gibi temel etik ve hukuk ilkelerini aykırı olduğu gibi bir dayanağı da yoktur.

Tarihteki boyutunda da kültürel değişim belirgindir, bu her topluma göre özelleşmesini söylemek anlamsız ötesi, annelere emzirmeden kaçının denilmesinin başka bir yoludur. Anne olmak, emzirme sayesinde bütünleşir, soruları varsa sorulsun, bilgi vererek bunu saptırmamalı, bir doğal, yaratılış usulüdür. Rızaya tabidir.

**Emzirme bir hak olsa da bu hak doğal, yaratılış ile ilintilidir, anne bir annelik fedakârlık ile yapmakta, karşılıklı yarar temelinde olduğu da belirgindir. En az bebeğin gelişiminin önemli bir süreci olan 6 ay tam verilmeli, ancak rızaya bağlı olduğu da eklenmelidir.**

## Emzirmeye Destek olarak Yazılan Yazılar

### 1) [EMZİRMEYLE İLGİLİ? DOĞRU BİLİNEN 15 YANLIŞ? Nilüfer Pazvantoğlu](#) ([milliyet.com.tr](#))<sup>B</sup>

#### EMZİRMEYLE İLGİLİ? DOĞRU BİLİNEN 15 YANLIŞ?

1-7 Ekim emzirme haftası. Herkes emzirmiyor, her yerde anne sütünün faydaları anlatılıyor. Fakat bir de doğru olduğu zannedilen, dilden dile dolaşan emzirmeye ilgili hurafeler var ki, anneleri emzirmekten korkar hale getiriyor... Emzirme danışmanı Nihan Tüzel, emzirmeye ilgili detayları aldı.

#### 1. Küçük memeli anneler yeterli süt üretemezler.

YANLIŞ. Süt üretiminin meme büyüklüğüyle ilgisi yoktur. Hem küçük hem de büyük memeli anneler bol bol emzirecek bebeklerinin beslenmesi ve büyümesi için yeterli sütü üretebilirler.

#### 2. Memelerin büyüğe sütün yağlı olur.

YANLIŞ. Memelerinizin boyutuyla ürettiğiniz sütün yağ oranının ilgisi yoktur.

#### 3. Sezaryenle doğum yaparsanız sütün geç gelir.

YANLIŞ. Anne sütü, vücudunuzda hamileliğinizin ortalarında üretilmeye başlanır ve erken doğum dahi yapmış olsanız memelerinizde hazır bekle. Memede olan sütün salgısının başlayabilmesi için plasentanın vücudunuzdan ayrılması gereklidir. Placenta ister vajinal doğumla ister sezaryenle ayrılmalı; vücuttan çıktığı anda süt artık gelmeye hazırdır. Sütün gelişini geciktiren doğum sırasında almış olduğunuz ilaçlar ve ağrı kesicilerdir. Normal doğum da yapsanız, sezaryen de doğumdan hemen sonra en kısa zamanda emzirmeye başlamanız, sütünüzün gelişini hızlandırması için çok önemlidir.

#### 4. Sütün bol olması için, bol su içmelisin.

YANLIŞ. Çok fazla su demek çok fazla süt demek değildir. Susadıkça su içmeniz yeterlidir. Hatta günde 4-5 litreyi aşan su tüketimi, süt üretimini baskılayabilir.

#### 5. Sütünüzün bol olması için tatlı yemelisin.

YANLIŞ. Sütünüzü tatlı yiyecek artıramazsınız. Süt artırmanın en iyi yolu daha çok, daha çok, daha çok emzirmektir. Ne kadar çok emzirirseniz, beyninize o kadar çok "süt lazım" sinyali gider ve süt üretiminiz tetiklenir. Yiyeceğinizi tatlılar ise size kilo ve şeker hastalığı riski olarak geri döner.

#### 6. Bebeğin sürekli emmek istiyor, demek ki sütün yetmiyor.

YANLIŞ. Yenidoğan bebekler sık sık emip, sık sık çış-kaka yapıp uyurlar, sık sık uyanıp yine emmek isterler. Sürekli emmek istemesi, acıktığı anlamına gelebileceği gibi, susadığı, korktuğu, üşüdüğü, annesinin kokusunu, kalp atışını istediği, sevgi hissetme ihtiyacında olduğunu da gösterir. Bu ihtiyaçların da karşılanması için bebeğin sadece emzirilmesi gerekir. Yani emme ihtiyacı sadece ağızdan kaynaklanmaz. Yine de her istediğinde emzirilmesi gereklidir.

#### 7. Bebek çok emerse meme uçların yara olur.

YANLIŞ. Meme ucu yaralarına yanlış kavrama ve pozisyon hataları sebep olur. Eğer bebeğiniz emerken memenizin kahverengi kısmının çoğunu ağzına alıyor, dudakları dışarı bakıyor, size yakın duruyor, yüzü size dönük şekilde emiyorsa; kısacası doğru bir pozisyonda emiyorsa meme uçlarınızın yara olma ihtimali azdır. Doğru kavramayı yakalayabilmek için farklı emzirme pozisyonları deneyebilirsiniz. Yine de yara oluyorsa, bebeğinizin dil bağı olup olmadığı, ağzında pamukçuk olup olmadığı gibi nedenlere bakılmalıdır. İlk zamanlar hassasiyet olması normaldir, ancak bu hassasiyet zamanla azalır.

#### 8. Bebek bir memeyi erken diğerinden süt sızdırsa sütün yetmez.

YANLIŞ. Süt sızması tamamen meme yapısıyla ilgilidir. Bazı annelerin memelerinden süt sızar, bazılarının sızmaz. Süt sızmaması sütünüzün yetmeyeceği anlamına kesinlikle gelmez.

#### 9. Bebeği fazla kucağında tutma, alışır, sonra hiçbir işini yapamazsın.

YANLIŞ. Dokuz ay boyunca karnızda olan bebeğinizin, doğduktan sonraki ilk haftalarda sürekli sizi istemesi çok normaldir. Kokunuzu arar, kalp atışınızı arar, devamlı emmek ister. Bu bir alışkanlık değil, bir ihtiyaçtır. Bazen saatlerce meme emdikten sonra uykuya dalıp 15 dakika sonra yeniden emmek isteyebilir. Bu sütünüzün yetmediği ya da bir sorun olduğu anlamına gelmez.

#### 10. Kendini emzik yaptırma, emzik ver.

YANLIŞ. Emzik emmek bebeklerin incebağırsaktan kolesistokinin hormonu salgılamalarına neden olur. Bu hormon aç dahi olsa emzik emen bebeğin tok hissetmesine sebep olur. Tok hisseden bebek anne memesini emmez, bu da bebeğin kilo alamamasına (ya da az kilo almasına), annenin de süt üretiminin yavaşlamasına neden olur. Doğumdan sonraki ilk haftalarda bebeklere emzik verilmemelidir.

#### 11. Pompayla sağ da çıkan miktara bakalım, sütün yeterli mi, değil mi anlayalım.

YANLIŞ. Elle ya da pompayla sağılan süt miktarı hiçbir zaman bebeğin emdiği miktarla ilgili doğru bir fikir vermez. Bebek en kuvvetli pompadan dahi daha fazla süt çıkarır. Pompadan çıkan miktara göre sütünüzün yetip yetmeyeceği tahmininde bulunmak son derece yanıltıcıdır. Örneğin pompadan sadece 10cc çıkıyor ama bebeğiniz emerek 120cc içiyor olabilir.

#### 12. Çok sıcak günlerde anne sütüne ilave olarak birkaç çay kaşığı su verilmelidir.

YANLIŞ. İlk 6 ay, bebeklere anne sütü haricinde, su dahil hiçbir şey verilmemelidir. Anne sütünün yüzde 90'ı zaten sudur ve sıcak havalarda dahi, bebeğinizin su ihtiyacını karşılamak için (bebeğiniz her istediğinde emzirdiğiniz müddetçe) yeterlidir.

#### 13. Sıkı bir sutyen kullan ki memelerin sarkmamasın.

YANLIŞ. Sıkı sutyen, süt kanallarının tıkanma riskini artırır. Balenli ve vücudunuzda iz yapacak kadar sıkı sutyen kullanmamalısınız. Sağlık açısından, sutyen takmanın hiçbir gerekliliği yoktur. Rahat edemiyorsanız takmayın.

#### 14. Hastaysanız bebeğe süt vermemelisin.

YANLIŞ. Hasta olsanız bile emzirmeye devam etmelisiniz. Mikroplar süttünüzden bebeğinize geçmez. Nefes, hava, sık yıkanmayan eller, temiz tutulmayan kapı kolları, kumandalar, tezgahlardan bulaşır. Hastalığınızın ne olduğuna göre maske takarak ya da doktorunuzun yönlendirmelerine göre emzirmeye devam etmelisiniz. Doktorunuza emzirdiğinizi söylediğinizde, gerekliyse, emzirirken kullanmanıza uygun bir ilaç verecektir. İçinize sinmezse e-lactancia.org adresinden ya da Lactmed uygulamasından ilacın etken maddesini yazarak sorgulayabilirsiniz.

**15. Meme ameliyatı geçirenler, memesinde silikon veya protez olanlar emziremezler.**

YANLIŞ. Ameliyat esnasında alınan dokuların yeri, miktarı, kesi yeri gibi ameliyatın şekliyle ilgili değişkenler emzirip emziremeyeceğinizi belirler. Her meme ameliyatı geçiren kişi emziremez diye bir şey yoktur.

## Yorum

Emzirme doğal bir yaratılış yaklaşımı yerine, bir bireysel mal, fiziksel bir boyut olarak ele alındığı görülmektedir. Sevgi ve duygusal bağ konusu işlenmemektedir, insan bir hayvan gibi özellikleri vurgulanmaktadır.

Ayrıca Tıpta **olmaz olmazdır**, her türlü boyut gözlenebilir. Genel olan bireyde olmayabilir. Bu açıdan **doğru veya yanlış olarak ele almak doğru bir bakış açısı değildir**. O olguda görülmesi tüm inancı, güveni yok eder, itimat iki defa yok edilemez.

### 1. Küçük memeli anneler yeterli süt üretmezler.

Meme kitlesi ile doku farklıdır, destek, yağ dokusu ile büyük görünmektedir. Ancak herhangi bir sorun olduğunda, doku tahribi gözlenebilmektedir. Bu bir hastalık hali olduğu için, genel anlamda **meme dokusu yeterlidir**. **Doku işlevi ile büyüklük ilişkisi yoktur**.

Yetersizlik kavramı akla sokulmaktadır. Bebek biberon ile olduğu gibi şişman olmamakta, zorla fazla beslenme olmadığı için, diğer bebeklere göre midesi daha ufak ve her verince yemek talebinde bulunmaz, istediği zaman alır, bu sanki bebek istetmiyor niyetinde gibi de yorumlanabilir. Ayrıca ilk gün sağılması ile az süt geleceği için, bazı bilgi kalıntısında olunca, bu yetersiz olacaktır kanısı oluşturabilir.

Bir annenin çok büyük meme kitle olarak da vardı. *Bu memeden süt gelmiyor diyorlar, nasıl gelmez* diye sordu. Ben memeyi elledim, ona da ellettim, *bu meme kitlesinde süt var mı* diye sordum. *Yok içi boş* dedi. *O halde süt gelmez, yeniden süt gelme yaklaşımı ancak yapılmalı, faydalı olacağı da kesin değil* dedim.

### 2. Memelerin büyükse süütün yağı olur.

Süt gebelik haftasına göre bebeğin gereksinimlerine göre oluşmaktadır. Bu yaklaşımın bilimsel, biyolojik bir yaklaşım olmadığı, bir aldatmaca yolu olduğu ve sorgu olarak kanımca hatalı bir yapısı vardır.

Burada algı, süütün kapsamı değişebilmektedir, kanısı oluşturmaktadır. Yağ konusunda toplumun algısı çok farklıdır, benimseyen ile reddedenler vardır.

### 3. Sezaryenle doğum yaparsan süütün geç gelir.

Sezaryen değil, normal vajinal doğanda da ilk seferde süt kanalları açık değildir, bu açıdan masajın önemi büyüktür. Nitekim ancak 4. Günde tam yeterli gelebilir. Tıpta sebep sonuç ve mekanizmalar tek bir boyuta bağlanması olayı basitleştirmek olmaktadır.

### 4. Süütünün bol olması için, bol su içmelisin.

İnsanların su içme bir davranıştır, bu açıdan tuvalette idrarının açık renkli olması daha önemli bir kriterdir. Su susayınca için demek, bir bakıma anneye bir zorluk olmaktadır. Fazla su içmenin bir zararı da hasta değil ise olmaz.

Bu ifade bile bu belirtilenlere olan güveni daha ileri şüpheli hale getirmektedir.

### 5. Süütünün bol olması için tatlı yemelisin.

Tatlı yemek bir gelenektir, burada yemek yememesi boyutu olarak öne alınmaktadır. Tatlı eğer sütlü ise, faydalı denilebilir. Baklava gibi kalorisi yüksek değil, protein ile dengeli, çok şekerli olmayanlar belirtilebilir.

Bu yaklaşım, toplum ile çatışmaya götürebilir, bir çikolatanın (Eti Karam, %70) bir tanesi, 5,30Kalori/gram kapsıyor, şeker 4kal/gram, bir tatlı kaşığı 4g, 16 Kaloridir. Şeker algısı farklı yiyeceklerde farklı olduğu algılanmalıdır. Eskiden meyve sularında şeker katılırken, Kalorisi 120-150/dL iken şimdikilerde 40Kal/dL vardır. Kilo almak için gerekenden %20 fazla alınması

gereklidir Her birey için bu farklıdır. Memenin boşaltılması sütün yapımı için önemlidir. Yeterli ve dengeli olmalı, kalorisinin %50'si CHO, %15 Protein, %35 Sıvı yağ ağırlıklı almalıdır.

**6. Bebeğin sürekli emmek istiyor, demek ki sütün yetmiyor.**

Bebeğin meme tutması ve emzirmesi sadece açlık için olmaz, boş memeyi de tutabilir. Emerken çok çeker veya az çekebilir. Anne zaman içinde bebeğin emme talebini algılayabilir. Bizim için emzirme yaparak memeyi tam boşaltması istenir. Bu yeni salgı gelebilmesi için önemlidir.

Bir anne bebeğini biberon ile beslediğini söyledi. Bebek ishal nedeniyle dördüncü getirilişi ama yeterince beslenmediği, aile tarafından verilmediği kanısı vardı. Anne emmiyor, almıyor diyordu. İshal olduğu değil, almadığını fark ettik. Hemşire arkadaşlar hocam siz besler misiniz dediler. Hemşire verirse, o verebilirdi, ama bir erkek doktor verirse, annenin dikkatini çekebilirdi. Anne toplam 30mL vermiş, üstüne 60mL verdim. Anne bir şey söylemedi. Daha sonra geldi, 120mL verdi, bana söyledi, annenin doğal dedim, bebek seni sevmiş, isteyerek almış dedim. Bir daha gelmedi, kontrollerde de sıhhatli imiş, aradaki açığı da yakalamış.

**7. Bebek çok emerse meme uçların yara olur.**

Emzirme tüm ağız ile sadece meme değil, tüm aerola dahil hepsini kapsar. Biberon ile beslemede, genellikle sadece uç olduğu için, yeni biberonlar daha büyük ve anne meme yapısına daha uygundur. Emzikte sadece meme ucuna yöneliktir. Bu açıdan, anne memesi dışında olan, bir süre memeyi tutarak zarar verebilir.

Bebek dişli doğmuş ise, bu düşecektir ve tehlike yaratacaktır. Bu nedenle çekilmesi fayda sağlar.

Emzirmede mutluluk hormonları salındığı için, ağrı boyutu minimaldir, bu açıdan dikkat etmelidir. Kısaca, yara olması, teknik ötesinde bir farklı yaklaşım boyutu vardır. İncelenmelidir. Yara olmaz denilemez.

**8. Bebek bir memeyi emerken diğerinden süt sızmyorsa sütün yetmez.**

Birinden emerken ötekenden süt sızması durumunda memeler değiştirilip, kısmen boşaltılması sağlanabilir. Bunun yetmezlikle alakası olmaz denilmesi yerine, kesinlikle gelmez demek, Tıp yaklaşımlarında bir tecrübesiz kişi sözü olarak geçer.

**9. Bebeği fazla kucağında tutma, alışır, sonra hiçbir işini yapamazsın.**

Ten tene temas ve kanguru yaklaşımı ötesinde, istenilen bir durumdur. Bebeğe göre değişir. Doğru veya yanlış denilemez.

**10. Kendini emzik yaptırma, emzik ver.**

Yukarıda belirtilenin geçerliliği tartışmalıdır. Emzik ile ağızda bol salgı oluşturur. Bunun temel sorun, emzik ile verilen lokum, bal ve diğer besinlerdir.

Prematürelde emme refleksinin oluşması için, emzik kullanılması öğütlenabilir.

**11. Pompayla sağ da çıkan miktara bakalım, sütün yeterli mi, değil mi anlayalım.**

Emdikten sonra pompa ile çekim yapılabilir, memede kalan ve tam çekip çekemediği algılanabilir, ancak bu hekimin işidir. Pompa kullanımı bir beceri ister, bu açıdan Neonatoloji Ünitelerinde bu konuda eğitim verilmesi gereklidir.

Bebeğe göre kullanılır ama bu yeterlilik kavramından çok ötedir.

**12. Çok sıcak günlerde anne sütüne ilave olarak birkaç çay kaşığı su verilmelidir.**

Anne sütünde olan sıvı, plazma sızıntısıdır, bu açıdan, duruma göre oluşur. Anne dehidrate olmadıkça su gereksinimi gerekmez. Su alması ile elektrolitsiz olduğu için belirli bir miktar üstü zararlı olabilir. Oral Rehidratasyon sıvısında 130mEq/L Litrede Na miktarı, bu bebeklerde 25-50mEq/L civarında olmalıdır. Ancak, Kolera tarzı ishalde ve sıvı desteği için verilebilir.

**13. Sıkı bir sutyen kullan ki memelerin sarkmasın.**

Sutyen sadece görüntüde sarkmayı önler. Bu türdeki algılar anne sütünü terk etmenin bir gerekçesi yapar. Emzirme yapılması ile memenin büyümesi söz konusu olabilir, bu görüntüde daha kadınsı yapıyı oluşturur, sarkma beklenen bir boyut olabilir.

**14. Hastaysan bebeğe süt vermemelisin.**

Hekiminize danışın denilmelidir. Evet veya Hayır, hangi hastalık içindir bilinmemektedir.

Anne sütünden bebeğe mikrop geçer, probiyotikler olup teorik bilgi ile pratik farkıdır. İlaç internette sorgulanmaz, hekimden sorulur. internet, bilgisi danışılmak için elde edilir.

### 15. Meme ameliyatı geçirenler, memesinde silikon veya protez olanlar emziremezler.

Meme dokusu alınmadığı, kanser gibi durumlar dışında hiçbir medikal girişim, meme dokusunu üzerinde olmaz. Bu açıdan bir sorun gözlenmemesi beklenir.

**SONUÇ:** Her bebeğe ve her duruma göre farklıdır. Bu nedenle peşin bilgi vermek değil, artık hasta ve hastalık ilişkisi kurulması, genel bilgi değil, hastaya özgü veri dayanaklı olmalıdır. Doğru ve Yanlış değil, olguya göre, bebek ve annede oluşan kanıtı dayalı Tıp kavramı içinde olunmalıdır. Olmayan ve oluşan değil ortada net olanlar üzerinde irdeleme yapılmalıdır.

## 2) [What are the advantages and disadvantages of breastfeeding? - Press releases and Feature stories | St. Maarten Medical Center \(smmc. sx\)](#)<sup>9</sup>

### **What are the advantages and disadvantages of breastfeeding?**

Globally, breastfeeding is promoted as “the BEST source of infant nutrition.” Breastfeeding is a complete nutrition that is easy for the baby to digest, which promotes the child eating more often due to faster digestion. The benefits of breastfeeding extend well beyond basic nutrition. In addition to containing all the vitamins and nutrients your baby needs in the first six months of life, breast milk is packed with disease-fighting substances that protect your baby from illness.

It also helps in the jaw development of the baby; because breastfeeding is more difficult than bottle feeding, it helps strengthen the child’s jaw.

### **What are the Advantages of breastfeeding?**

- Breast milk is the only natural food designed for your baby.
- Breastfeeding protects your baby from infections and diseases.
- It decreases allergies
- It decreases the risk of SIDS
- It is free.
- It is available whenever and wherever your baby needs a feed.
- It is the right temperature.
- It can build a strong physical and emotional bond between you and your baby.
- It can give you a great sense of achievement.
- Less chance of diarrhea and vomiting for your baby
- Fewer chest and ear infections for your baby
- Less chance of your baby being constipated
- Less likelihood of your baby becoming obese and therefore developing type 2 diabetes and other illnesses later in life
- Less chance of your baby developing eczema
- Lowers mom risk of getting breast and ovarian cancer
- Helps in uterine shrinkage
- Decreases depression
- Decreases risk of osteoporosis
- Naturally uses up to 500 calories a day thus helping you to lose weight naturally
- Saves money – infant formula, the sterilizing equipment and feeding equipment can be costly
- Exclusive breastfeeding can also delay the return of your periods

### **What are the disadvantages of breast feeding?**

1. There can be discomfort involved with breastfeeding. When you first start breastfeeding, you may experience sore nipples. For the entirety of your breastfeeding endeavors, your breasts may feel swollen or engorged.
2. You may leak milk at times that are inconvenient or embarrassing. When the baby cries, you almost immediately start producing milk. If you aren’t prepared for this properly, it can be inconvenient or embarrassing.
3. Feeding your baby in public may be more difficult. While public acceptance of breastfeeding is improving, there are still some situations where you need to cover yourself while breastfeeding – despite how hot it is outdoors.
4. Everything you consume is being passed on to your baby. Any food you eat, medication you use, or anything that you are applying to your skin can and most likely will be passed onto your baby through breastfeeding.
5. You need special clothing and bras for breastfeeding. Nursing bras are expensive, and you will also need shirts that button up the front in most cases. While these bras are more comfortable these days, they don’t offer the greatest comfort in the world.
6. Your baby will start sprouting teeth at some point. This can be very painful. Prepare to be bitten when your baby starts cutting teeth. If you look at the nipple on a baby bottle after a teething baby has used it, you can see that he or she has been essentially rubbing their gums – with those sharp little stubs of teeth – on the nipple.
7. The shape and appearance of your breasts can change. While this doesn’t happen to all women, most women report that their nipples become larger and change colors, and some women experience sagging breasts earlier when they breastfeed their babies.
8. The father may feel excluded. This is usually remedied by pumping the milk and placing it in a bottle so that the father can feed the child, but without this effort, the father could very well feel excluded and may fail to properly bond with the baby.
9. The ability to produce, pump and store enough milk can be a problem. If your child goes to the babysitter or daycare, you will need to pump and store enough breast milk in advance. If you don’t produce enough milk to store milk, and to keep the baby fed, this can be a big issue.
10. You can’t measure how much milk your baby is consuming. Some babies need more milk than others, while some need less. Unless you are pumping the milk and measuring it with a bottle, you won’t have any real measure of how much milk your baby is consuming

## Yorum

Bir şeyin faydası ve zararı denilince, o şeyin gerçekte zararından söz edilmektedir. Emzirme bahanesi ile insanlar faydadan çok zararlı mı diye sorgularlar. Bir aşından zararlı, yan etkileri denilince, bireyler onlara bakar, milyonda bir olması değil, kendilerine düşebilir derler. Milli piyango, milyarda bir çıksa bile ya çıkarsa diye alınmaktadır. Burada ya hasta ya aşı olacaksınız, sorunda biz buradayız, zaten önemli bir tarafı yok, ama hastalıkta ölüm riski ötesinde, ciddi rahatsızlık geçirme olasılığı vardır denilmelidir.

6 ay değil, çok uzun süre yeterlidir, ancak vitamin ve mineral anneye verilmelidir, süte geçsin. Biberon ile beslenmeden daha zor değil, meme ucundan süt fişkırmaktadır. Sadece teknik sorunlu ile zor olabilir.

Fiziksel ve ruhsal bağı kuvvetlendirir demektir, sevgi ve fedakârlık yaklaşımından söz edilmemektedir.

### Zararlı denilen yanlar:

1. Meme ucu sorunları gereken tedbir ve yaklaşım olmaz ise görülebilir. Bu açıdan beklenir demek, başarısız yaklaşım veya yaklaşım yapmıyoruz demektir.
2. Emzirirken yardımcı olmaması, eşinin bile destek olmaması, bir sorun olup, emzirme konusu ile alakalı olamaz. Bebek yanınızda ve önde, arkada askıda ise, emzirme için hazır ona göre giysi varsa, meme çıkarılır ve beslenebilir. Bu tecrübeli olanlardan fikir, destek alınır, ki bunlar üzerinde eğitim görmüş, sağlık elemanları vardır.
3. Toplumda beslemek Amerika ve birçok yerde zordur, Türkiye’de ise olamaz. Elbise ve örtü ona göre dir.
4. Annenin yediği her boyut, her besin süt ile çocuğa geçer, bu açıdan anne yediklerine dikkat etmesi, bir sorun olacağı düşünülemez.
5. Emzirirken özel giysi giyilmesi, utanılacak değil anneler tarafından bir övünç kaynağı olmaktadır. Benim bebeğim var ve ben gururla besliyorum demektir. Bu mesajı verir. Toplumlarda elbet farklılıklar olabilir.
6. Bebeğin doğumda dişi varsa, bu diş çekilmelidir veya bir süre sonra düşer. Zaten daha sonra çıkan dişin zararı olmaz, yeterli sütü emmiştir.
7. Meme şeklindeki büyüme, birçok kadın için istenilen bir boyuttur, küçülmesi ile bazı anneler bu boşluğu silikon ile doldurmak isterler.
8. Babanın kendisini izole etmesi değil, bir defa kucağına alsın, olayı kavrar.
9. Zamanımızda emzirme destekleri çok olduğu için, pompa ve diğer yaklaşımlar, karşılanmakta, sağlık kuruluşlarında eğitilmiş personel destek olmakta, eğitilmektedirler.
10. Verilen sütün hesabı biberonda yapılırken, emzirmede yapılmaz. Bebeğe bakılır, bebek şişman değil, fit ve sağlıklı olmalıdır, bu diğer gruba göre tam oranda gözlenir.

**SONUÇ:** Yukarıda belirtilenler bir zarar değil, anne olmanın ve emzirmenin bir gurur kaynağıdır. Emzirmede size göre oluşan sorunlar için, eğitilmiş sağlık personeline danışın denilmelidir.

### 3) [Emzirme \(sagligim.gov.tr\)](http://sagligim.gov.tr)<sup>10</sup>

Sosyal Paylaşım: \_\_\_ Telif Hakkı © 2019 [Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü](http://HalkSağlığıGenelMudurlugu). Tüm Hakları Saklıdır.

#### • Neden Emzirmelisiniz?

- Her annenin sütü kendi bebeğine özel ve bebeğin durumuna göre hazırlanmış en mükemmel besindir.
- Sindirimi çok kolaydır.
- Annenin bebeğini emzirmesiyle anne-bebek ilişkisi güçlenir, annenin bebeğini benimsemesi, bebeğin sağlıklı bir kişilik kazanması kolaylaşır.
- Anne sütü proteinlerin, yağların, vitaminlerin ve karbonhidratların en mükemmel bileşimini içerir.
- Anne sütü içinde bulunan antikorlar, canlı hücreler, enzimler ve hormonlar bebeğinizi enfeksiyon ve hastalıklara karşı korur.
- Anne sütü alan bebeklerin zekâ düzeylerinin daha yüksek olduğu bilinmektedir.
- Emziren anneler eski kilosuna daha çabuk dönerler.
- Emzirme, annede meme ve yumurtalık kanseri ile menopoz sonrası osteoporoz ve kalça kırığı riskini azaltır.
- Emzirme annenin ve ailenin yaşamını daha kolay hale getirir, daha az zaman ve para harcanır.

- Emziren annenin kendine güveni ve bebeğine yakınlık duyma ile bağlanması artar.
- Emzirme sayesinde hem ailenin hem de devletin yaptığı sağlık harcamaları azalır.
- Emziren kadınların çalıştığı iş yerlerinde verimlilik artar. Emziren kadınların bebekleri sık sık hasta olmadıkları için iş yerlerinden daha az ayrılırlar.
- Emzirme çevreyi de korur. Çünkü emzirme doğada artık olarak kalabilecek daha az plastik madde kullanımı demektir.

### **Doğumdan Sonra Emzirmeye Başlamak İçin Beklemem Gerekli Mi?**

Anne, ister normal doğum isterse sezaryenle doğum yapmış olsun, doğumdan sonra en kısa sürede bebeği ile tensel temas sağlama lı ve bebeğini emzirmelidir. Ne kadar sık emzirilirse sütün gelmesi daha kolay olacaktır. Geç emzirmek sütün gelişini geciktirecektir. Annenin yeterli süt salgılaması için bebeğin yeterli sıklıkta ve doğru şekilde emmesi gerekmektedir. Bu konuda sağlık personeli size destek verecektir.

### **Sezaryen İle Doğumdan Sonra Emzirmek Mümkün Müdür?**

İster sezaryen isterse normal doğum hiç fark etmez, bebeği emzirmek mümkündür. Sezaryen doğumda belki emzirmeye biraz geç başlanabilir, ancak bu da sorun oluşturacak bir gecikme değildir. Bu konuda doğum yaptığınız kuruluştaki sağlık çalışanlarından destek alabilirsiniz.

### **Bebeğimi Hangi Sıklıkta Emzirmeliyim?**

Emzirme sıklığı bebekten bebeğe değişir. Bebek her istediğinde emzirilmelidir. Bebek ağzını açarak, aranarak, sonunda da ağlaarak açlığını belli eder. İlk günlerde sık emzirme daha sulu ve bol olan "olgun" süt yapımını hızlandırır. Bazı bebekler yeni doğduklarında çok uyur ve yeterince sık ememezler. Böyle bebekler ilk günlerde 3-4 saat sonunda uyanmamışlarsa annelerine verilmeli, gerekiyorsa yanagi sızvazlayarak memeyi almaları için uyurup, uyandırılmalıdır.

İlk haftalarda emzirme aralıkları bir saat, iki saat gibi çok kısa olabilir.

İlk aylarda bebek uyanıldığında genellikle açtır ve emzirilmek ister. Her emzirme sonrası memede yapılan süt miktarı biraz daha artacağından, zamanla beslenme aralıkları uzayacaktır.

### **Bebek Nasıl Emer?**

- Bebeğin ağzını iyice açması için anne memeyi bebeğin alt ve üst dudaklarına değdirmelidir.
- Bebek memeye yaklaştırılırken, ağız mümkün olduğunca açık olmalı ve çene memeye dayanmalıdır.
- Bebeğin iyi emmesi için ağızyla yalnız memeyi değil, etrafındaki kahverengi alanı da kavraması gerekir.
- Eğer bebek memeyi doğru olarak kavramışsa her emme işlemi sırasında çenesinin, bazen de kulaklarının hareket ettiği görülür.
- Bebek sürekli emmez. Kuvvetli emme hareketlerinden sonra kısa dinlenme aralıkları olur.
- Bebek memede doğru yerleşmişse emzirme sonunda annenin memeleri rahatlar, bebek memeyi kendisi bırakır, emzirme anne için rahat ve kolaydır.
- Emerken şapırtı sesi duyulması ya da yanakların içeri çekilmesi genellikle bebeğin yalnızca memeyi emdiğini ve ağızyla yeterince memeyi dokusunu kavramamış olduğunu gösterir.
- Eğer bebek memede doğru yerleşmemişse iyi emmez ve annenin meme başları zedelenip acıyabilir.

### **Emzirirken Beslenmeniz Nasıl Olmalıdır?**

- Annenin süt üretimi için ek 500 kaloriye daha ihtiyacı vardır. Bunu karşılayacak mevsimine uygun bol taze sebze, meyve içeren yeterli ve dengeli bir diyet uygulayın.
- Günlük beslenme programını 3 ana öğün, 3 ara öğün olarak planlayın.
- Her öğünde her besin grubundan tüketerek beslemenizde çeşitlilik sağlayın.
- Emziren annenin ihtiyacı olduğu kadar sıvı alması yeterlidir. Bu dönemde, emzirme sırasında ya da hemen sonrasında 1-2 bardak su içmeniz süt üretimini artırır (bir seferde 1-2 litre su içmeniz süt üretimini artırmaz).
- Uygun sıvı gıdaları tüketin: temiz içme suyu, taze sıkılmış meyve suları, süt, fermente süt ürünleri (yoğurt-ayran, kefir vs.).
- Sebze ve meyveleri tüketmeden önce çok iyi yıkayın. Mevsim dışı sebze ve meyve tüketmeyin.
- Sebze, makarna, kuru baklagillerin haşlama sularını dökmeyin.
- Yeterince pişmemiş et, süt, yumurta tüketmeyin.
- Yemeklerinizde, salatalarınızda zeytinyağı veya diğer sıvı yağları tüketin.
- Tuz kısıtlaması gerektiren bir sağlık probleminiz yoksa iyotlu tuz kullanın. Yemekleriniz piştikten sonra tuzunu ilave edin. İyotlu tuz ışık almayan kapalı bir kaptay veya kapalı bir dolapta saklayın.
- Hazır yiyecek ve içecekleri (hazır çorbalar, gazlı içecekler, hazır meyve suları, toz içecekler, et/tavuk suyu tabletları, sucuk, salam, sosis vb.) tüketmeyin.
- Kolalı içecekler, gazozlar, çay ve kahve, enerji içecekleri (katkı maddeleri ve kafein içeriği), diyet içecekleri (yapay tatlandırıcılar) sınırlı kullanın veya kullanmayın. Çayı yemeklerden 1 saat sonra açık şekilde tüketin. Kahve, hazır kahve gibi içecekleri günde 1 fincan alabilirsiniz.
- Sigara, alkol kullanmayın. Sigara içilen ortamlarda bulunmayın. Ayrıca bebeğin sağlığı için, bulunduğu evde kesinlikle sigara içilmemelidir.

### **Eşimin Emzirmeme Nasıl Katkısı Olabilir?**

Bebeklerin çok fazla fiziksel dokunulmaya ihtiyacı vardır. Bebeğinizi emzirdikten sonra babanın sevgi dolu kolları bebek için en güzel yerlerden biridir. Bebeğinizi emzirdikten sonra eşinizin göğsüne koyunuz ki, ikisi de baba evlat ilişkisini yaşamaya başlasınlar. Babanın anneye emzirme konusunda verdiği destek, sizin anne sütü konusunda başarılı olmanız için en büyük desteklerdir. Özellikle doğumdan sonraki ilk haftalarda değişen hormonlar ve uykusuzluk sonucu kendinizi güçsüz hissettiğinizde, eşinizin sizin yanınızda olup bebeği emzirirkenize yardımcı olması, tüm aile ilişkisini olumlu etkileyecektir.

### **Emzirdikten Sonra Bebeğimin Gazını Nasıl Çıkarmalıyım?**

Beslendikten sonra bebeği 10-15 dakika dik tutmak gaz çıkarmasına yardımcı olur. Bebek memede uyumuş ve rahat görünüyorsa gaz çıkarmaya gerek yoktur. Bebek huzursuzsa; kucakta, dik durumda sırtı sızvazlanarak gaz çıkarmasına yardımcı olunabilir.

### **Bebek ne zamana kadar emzirilmelidir?**

Bebeğinizi ilk 6 ay sadece anne sütü ile beslemelisiniz. Bu 6 ay içinde bebeğiniz, suya bile ihtiyaç duymaz. Bu süreçten sonra, ek besinlerle emzirmeyi 2 yaş ve ötesine kadar sürdürülmesi idealdir. Ek besinlere geçmeniz, bebeğinizin anne sütüne olan ihtiyacını ortadan kaldırmaz.

### **Bebeğe Emzik Verilebilir Mi?**

Anne sütü alan bebeklere emzik ve biberon verilmesi önerilmemektedir. Bazen anneler emzirmenin yanında suyu ya da başka besinleri biberonla bebeklerine vermekte, ya da ağlamasını ve oyalansın diye emzik kullanmaktadır. Ancak biberon ya da emzik alan bebeklerde "meme başı şaşkınlığı" dediğimiz bir durum oluşmakta ve bu bebekler anneyi emmeyi bırakabilmektedirler. Çünkü meme ile biberon ya da emzik emmek arasında emme şekli açısından farklar vardır. Bu nedenle biberon ya da emzik önerilmemektedir.



### Bebeğimi Emzirdiğim Sürece Hamile Kalır Mıyım?

Evet, hamile kalabilirsiniz. Emzirme, bir doğum kontrol yöntemi değildir. Hamile kalmak istemiyorsanız, uygun bir doğum kontrol yöntemi için aile hekiminize/hekiminize başvurunuz.

### Emzirirken Memeler İçin Özel Bir Bakım Gerekli Mi?

Memeleri her emzirmeden önce temizlemeye gerek yoktur. Bebeğe mikroplar ellerden bulaşır.

Önemli olan "ELLERİN YIKANMASI" dir.

Meme başının etrafındaki deriden yağlı bir madde salgılanır. Bu doğal madde, emziren annenin meme ucunu çatlaklardan korur. Bu nedenle meme başını çatlaklardan korumak ya da temizlemek için meme başına karbonatlı su, sabunlu su, krem sürmeye gerek yoktur. Hatta bunları sürerken bu doğal yağlı madde de silinecek ve meme başında çatlaklar daha kolay oluşacaktır. Emzirme döneminde uygun bedende ve pamuklu sütyen kullanılmalıdır.

### Meme Ucunun Şekli Emzirmeye Etkiler Mi?

Memenin ucunun olmaması, ucunun içe çökük olması ya da ucunun büyük olması emzirme için problem değildir. Bebek zaten memenin sadece ucunu değil ucun etrafındaki kahverengi bölgenin büyük bir bölümünü de alarak sütü emer. Yani meme dokusunun büyük bir bölümünü ağzına alır.

### İşe Döndüğümde de Bebeğimi Emzirebilir Miyim?

İşe döndüğünde tabii ki emzirmek mümkündür. Sabah ve akşam bebeği evde emzirmenin yanında, işyerinde de sabah öğlen ve ara verildiğinde süt sağılarak saklanabilir ve sağılmış olan bu süt, evde bebeğe bakan kişi tarafından bebeğe kaşık ya da fincanla verilebilir. Böylece annenin sütünün devamlılığı da sağlanmış olacaktır. Gündüz iş yerinde sağılan süt ile annenin memesinde süt yapımı devam edecektir.

### Bebeğim Emmeyi Reddediyor, Ne Yapmam Gerekli?

Bebeğin memeyi reddetmesi çeşitli şekillerde olabilir. Hiç emmeme, zayıf emme, emmeye çalışırken ağlama ve meme ile savaşıma (kısa süre emme ve sonra memeyi boğulur gibi ya da ağlayarak bırakma), tek memeyi emme, ötekisini istememe şeklinde gözlenebilir.

*Memeyi reddin nedenleri ve çözüm önerileri:*

- Bebekler hastayken memeyi alır ama güçsüz emer. Anneler de bunu ret zannedebilir. Bebek hasta ise süt sağılıp verilebilir. Bebeğe süt verilirken ortamın sakin olmasına ve bebeğin dikkatinin dağılmasına özen gösterilmelidir.
- Bebeğin ağzında pamukçuk oluşmuşsa, dış çıkartıyorsa ya da burnu tıkalıysa bebek emmeyi reddedebilir. Bu durumda sabırlı olunmalı ve sorun ortadan kaldırılmalıdır
- Anneye doğumda ya da psikolojik tedavi amaçlı verilen bazı ilaçlar da bebeğin memeyi reddetmesine sebep olabilir. Bu durumda sağlık çalışanlarından destek alınmalıdır.
- Emzik kullanımı, biberonla beslenme, memeyi kötü pozisyonda tutma, tıkalı meme, bebeğin yetersiz desteklenmesi, annenin memeyi yanlış tutması, emzirmenin kısıtlanması, fazla süt birikimi gibi nedenler bebeğin memeyi reddetmesine yol açabilir. Bebeğin memeyi reddetmesini engellemek için emzirirken bebeğin başına bastırılmamalı, gerekiyorsa süt bardak ya da kaşıkla verilmeli, biberon ve emzik kullanımından kaçınılmalıdır. Anne ile bebek arasında ten tene temas sağlanmalı, anne bebeği sık sık kucaklayıp okşamalı, bebek her istediğinde emzirilmelidir.
- Bebeği üzen değişiklikler: anneden ayrılma, annenin işe başlaması, yeni bir bakıcı, çok sık bakıcı değıştirme, aile düzeninde değışiklik, annede hastalık ya da mastit, annenin adet götüyor olması, annenin kokusundaki değışiklikler olarak sıralanabilir. Anne gerekirse bir süre izin almalı, kullanılan kokular bırakılmalı, kişisel temizliğe önem verilmeli, annede bir hastalık var ise tedavisi sağlanmalı ve emzirme doğru bir şekilde sürdürülmelidir.
- Anneler, bebeklerin meme arama hareketini, bebeğin erken dikkatinin dağılmasını ve aniden başka tarafa bakmasını, bebeğin memeyi reddetmesi zannedebilirler. Bu duruma yalancı ret denir. Yalancı reddi önlemek için, bebeğin memeyi tutması beklenmeli, farklı pozisyonlarda emzirme denenmeli ve gerekiyorsa süt bebeğin ağzına sağlanmalıdır.
- Annenin yediği bazı besinlerin kokusu süte geçebilir. Bebeği huzursuz edebilecek kola, çay, kahve gibi gıdaların tüketimine dikkat edilmelidir.
- Bazen bebek sadece bir memeyi reddedebilir. Bu durum, yukarıda sıralanan nedenlerin, tek bir memede daha fazla görülmesinden kaynaklanabilir.

### Bebeğim Hastalandığında Emzirebilir Miyim?

Bebekler hastayken de emzirme sürdürülmelidir. Hatta her zamankinden daha da sık emzirilmelidir. Hastalık nedeniyle bebeğin iştahı azalması ve huzursuz olabilir. Emzirme aynı zamanda onu sakinleştirecektir. Emzirmenin sadece bir beslenme şekli olmadığı, duygusal bağlanmayı, anne ile bebek arasında sevgi bağını sağladığı, bunun da hem anneye hem de bebeğe çok iyi geldiği unutulmamalıdır. İshal gibi hastalıklar sırasında emzirme, hastalığın daha çabuk düzelmesine neden olur.

### Hasta Olduğumda Bebeğimi Emzirebilir Miyim?

Annede ilaç tedavisi gerektiren psikiyatrik bir hastalık ya da kemoterapi gerektiren bir kanser hastalığı varsa emzirmemelidir. Bunun dışında anne şeker hastası da olsa, yüksek tansiyonu da olsa, ishal, soğuk algınlığı vb. hastalıkları da olsa emzirebilir. Bir ilaç kullanmanız gerekiyorsa hekiminize emzirdiğinizi hatırlatınız.

### Mememde Sert Şişlikler, Şiddetli Ağrı ve Sıcaklık Hissi Var, Ne Yapmalıyım?

Memenizde sert şişlikler, ağrı ve sıcaklık olması, Mastit (apse) denilen durumdur. Mastit, bebeğin yanlış pozisyonda emzirilmesi, meme ucu çatlakları, dar giysiler veya sütyen kullanılması, emzirme sırasında, parmaklarla süt kanallarına çok baskı yapılması sonucu oluşabilen bir durumdur.

Mastit (apse) durumunda, mutlaka bir sağlık çalışanına başvurulmalıdır. Mastitis neden olduğu ve tedavisi ile ilgili en doğru bilgiyi size sağlık çalışanları verecektir. Mastit oluşması durumunda da bebeğinizi emzirebilirsiniz.

Mastit oluşması durumunda süt akışı kesintiye uğramamalıdır ve mastit mutlaka tedavi edilmelidir. Daha sonra; sık emzirme, meme ucuna doğru hafif masaj, temiz bir havlu ile ılık yaş pansuman, emzirmenin sağlam taraftan başlatılması ve pozisyon değıştirme uygulanmalıdır. Dinlenme ve stresten uzaklaşma sağlanmalıdır.

Emzirme acılı oluyorsa, belirli bir süre süt sağılabilir. Ancak en erken zamanda emzirmeye geri dönülmelidir.

### Bebeğim Doğalı Birkaç Gün Oldu ve Memem Ödemli Gibi Parlak ve Çok Acıyor. Emzirmem Zorlaştı, Ne Yapmalıyım?

Bu durumdaki memeler "tıkalı meme" olarak tanımlanmaktadır. Genelde doğumdan sonraki ilk günlerde yeterince emzirememe, emzirmeye geç başlama, ek mama verme, memeye kötü yerleşirme, sütün seyrek boşaltılması ya da emzirme süresinin kısa tutulması sonucunda oluşan bir durumdur.

Önlem olarak doğumdan hemen sonra emzirmeye başlanmalı, bebeğin memeye iyi yerleşmesi sağlanmalı, bebek her istediğinde emzirilmeli, belli saat aralarla emzirilmeye çalışılmamalıdır.

"Meme tıkanıklığı" problemini çözmek için bebek doğru pozisyonda sık sık emzirilmelidir. Emzirme öncesi emzirmeyi kolaylaştırmak için ılık yaş pansuman, ılık duş, omuz ve sırta masaj, memelere hafif masaj, meme ucu derisine hafif uyarı yapılmalı ve anneyi rahatlatacak, geçsetecek işlemler uygulanmalıdır. Emzirme sonrasında ödem önlemek için havlu ile memenize soğuk yaş pansuman uygulanmalıdır. Bebek ememiyorsa elle ya da pompa ile sütün sağılması gerekir.

#### Evlat Edindiğim Çocuğu Emzirebilir Miyim?

Anne sütünün aslında beyinden salgılanması nedeniyle; evlat edinilen çocuk, çocuk doğurmamış bir kadın tarafından bile emzirilebilir. Sık sık memeye tutmak, tensel temas sağlamak bazen ilaç tedavisi bunu destekler. Bu konuda Relaksasyon polikliniklerinden destek alabilirsiniz. İlinizdeki Relaksasyon polikliniklerini öğrenmek için İI Sağlık Müdürlüğüne başvurabilirsiniz.

#### Bebeğim Engelli Doğarsa Emzirebilir Miyim?

Bebeğiniz Down Sendromu, yarık dudak veya yarık damak, kalple ilgili problemlerle doğar ise her koşulda anne sütüne daha çok ihtiyacı var demektir. Anne sütündeki hormonlar sizi ve bebeğinizi daha da rahatlatacaktır. Anne sütünün sindirimi kolay olduğu için kalp problemi olan veya kilo almakta zorlanan bebeklerde de anne sütü daha olumlu rol oynayacaktır. Down Sendromu olan bebeklerin ise solunum yolu enfeksiyonlarına yakalanma riskini veya kabızlık sorununu ortadan kaldırmakta yardımcı olacaktır.

Mümkün olduğunca çevrenizdeki başarılı emzirmiş emziren annelerden, aile hekiminizden, sağlık personelinden, anne destek gruplarından ve ailenizden destek alın.

Eğer her şeye rağmen anne sütünü verebilmek mümkün olmuyorsa ise mümkün olduğunca sütünüzü sağıp bebeğinize sütünüzü vermeye çalışınız. Unutmayın ki sütünüz bebeğiniz için en iyi besindir.

#### Emzirme İle İlgili Sorunum Olduğunda Nereden Yardım Alabilirim?

Anneler, anne sütü ve emzirme ilgili herhangi bir soru veya sorunu olduğunda, gebelik döneminden başlayarak yakınlarında bulunan gebe bilgilendirme sınıfları, hastanelerin ilgili poliklinikleri ya da aile hekimine başvurabilirler.

#### Yorum

Yazılanlara bazı vurgular yapılacaktır. Bunlar:

- **Neden emzirmelidir** bölümünde sevgi kelimesi kullanılmamaktadır Sadece “*Annenin bebeğini emzirmesiyle anne-bebek ilişkisi güçlenir, annenin bebeğini benimsemesi, bebeğin sağlıklı bir kişilik kazanması kolaylaşır*” ve “*Emziren annenin kendine güveni ve bebeğine yakınlık duyma ile bağlanması artar*” ifadeleri vardır. İlişkiyi güçlendirir, benimser, kendine güveni gelir ve bebeğine yakınlık duyar şeklindedir. Bir erkek bile olsa, bebeği kucacağına alıp besleyen kişi, onun sıcaklığı ile kendi sıcaklığı bütünleşir, bir hoş olur, rahatlar, bebek gazını çıkarır, çiş ve kakasını yapar, omzunu boynuna koyar ve uyur. Bunun anlamı yakınlığın ok ötesi, bir sevgi halkası ve bir mutluluk boyutudur, kimsenin başka yerde duyamayacağı bir durumdur.
- **Emzirmeye başlamak.** Bırakın emzirmeyi, doğumdan sonra hemen bebek anneye verilir, cilt, cilde temas olur, anne bir mutluluk içinde iken, bebekte bir huzur bulur, doğum stresini atmaktadır. Daha sonra başını kaldırır, anne memesi yanındadır ve memeyi tutar. Bu doğal bir yaklaşım, refleksdir. İlk planda meme tutma, sonra besleme denemesi, daha sonra da beslenme olacağı için, ilk tutuş ve emme anne ve bebeğin bir tanışmadır. **Emzik:** Ancak emzirme refleksi gelişim için prematürelere vermek gibi, bazı medikal durumlar haricinde verilmemelidir. Emzik anne memesine uygun olmasına da dikkat edilmelidir.
- **Sağlık Personeli.** “*Sağlık personeli size destek verecektir*” ifadesinde zaten bir sorunda yardım etmekle görevli personel değil, belirli sertifika ve eğitim almış özel eleman olduğu vurgulanmalıdır.
- **Sezaryen.** “*Sezaryen doğumda belki emzirmeye biraz geç başlanabilir, ancak bu da sorun oluşturacak bir gecikme değildir*” yaklaşımında oksitosin ile uterusun kasılması için, meme tutma önemlidir, ancak burada annenin ayılması gecikebileceği belirtilmektedir. Burada gecikme net açıklama olmayan bir yaklaşım yapılmaktadır.
- **Sıklık ve Süreç:** Bebek ve anne arasında oluşan bir mesajlaşmadır. İlk doğumda meme tutma, süt gelmesi bile, oksitosin salınımı, uterus kasılması ve sütün dışarı çıkması için de önemlidir. Daha sonra bebeğin uyuması ve ikinci hiperaktif dönemde beslenme denemesi yapılmalı, sağlık elemanı gözlemeli, önerilerde bulunmalıdır. Bundan sonra besleme yapılır. Sindirim hızlıdır, 1-2 saatte boşalır. Daha sonra olgun süt farklı ve sindirimi daha uzun sürecektir. Hayvanlarda ise 7-8 saat sürer. 6 ay tek başına yeterli demek, sanki bundan sonra yetmediği değil, ek mamalara geçilebileceği vurgusu yapılmalıdır.
- **Nasıl Beslenir:** Bu kitaptan öğrenilemez, doğumdan sonra sağlık elemanı ile yapılmalıdır, kendisinin yapması beklenmemelidir.

**Meme emzirme tekniği her bebeğe göre ayırdır.** Doğum yapılan yerdeki sağlık personeli ilk meme tutuştan itibaren bunları kontrol ederek gereken eğitimi verirler. Daha sonra işten dönerken de gerekirse depo olarak, derin dondurucuda anne sütü saklanabilir.

- **Beslenme:** İnsanlar bırakın kendi yiyeceklerini hazırlasınlar, destek ve öneri yapılabilir. Yeterli ve dengeli olunmalıdır, 500Kalori eklenmesi sözü çok havada kalmaktadır.
- **İçilmemesi gerekenler:** Ülkemizde her zaman, domates bulunmaktadır, sera olanların vitamin ve minerallerde bir eksiklik saptanmamıştır, sadece tat farkı vardır. Tüm tuzlar insan ve yemek için ise, iyotludur, sadece salamura, turşu yapmak için satılan tuzlar iyotsuzdur. Tarım Bakanlığına uygun olması denilmesi yeterlidir. Hazır yiyecek ve içeceklerin zararlı olduğu, içilmemesi hakkında bilimsel tek bir yazı yoktur, sadece internetten oluşan abartılar vardır. Bakanlık bunlara ruhsat verirken yayımlara bakmaktadır. Burada söz edilmesi yanlış bir yargıya neden olmaktadır. Kolalı yiyecek ve içecekler, kafeinli olanların zararlı olduğunu bilimsel iddia yoktur. Yapılan çalışmalarda verilen doz, 400gram, içekte ise 150mg/L, olmakta, ilaç olarak uygulanan doz 2,5mg-20-40mg/Kg olmaktadır. Bir seferde normal doz için bir anda 2-3 litre içilmesi gerekir.
- **Eşin Katkısı:** Her türlü destek ötesi, sevgiye de ortak olmalıdır.
- **Gaz çıkarma konusu:** Bebek emzirilirken rahat olmalı, anne de huzurlu olmalı, oral ve anal refleks gereği, kaka ve çiş yapacaktır. Gazı da çıkacak ve rahatlayacaktır. Bebek gaz çıkarması için yapılacak masaj zaten öğretilmektedir. Bu konu söz edilmesi yadırganmıştır.
- **Gebelik önleyici:** Hamile kalmayı kısmen önlese de koruma tam değildir. Bazı kişiler, bu gerekçe ile emzirmeyi uzatmaktadır ve faydası net değildir.
- **Bebeğin emmemeyi reddetmesi, hastane yatışını gerekli kılar.** Burada sorun yenidoğan ünitelerinde uzman kişilerce çözümlenmelidir. Gerekçeler ve çözümleri belirtmenin anlamı olamaz. Sorunlara geç kalınırsa bebeğin ölmesi kaçınılmaz olabilecektir. Yoğun Bakımlar 3 düzeyde olur, birinci düzey bu türdeki bebekleri kapsar. Anne ve bebeğin diğer sorunları da hekim ve uzmanlık gerektiren, Neonatoloji Merkezlerine başvurma gereksidir. Çözümler olarak yazılar, olgularda kesin çözüm olamaz.
- **Bazı çocuklar için Relaksasyon yapılabilir.** Kardeş çocukları, evlatlıkları emzirmek isteyen gibi birçok boyutlar olabilir, tümü uzmanların denetimi gerekir.
- **Engelli olduğunda engeline göre değişir.** Uzmana danışmak gerekir, zaten doğumda ise, gerekenler planlanır ve uygulanır.

**SONUÇ:** Sonuç olarak, doğum yapılan her yerde ve ayrıca Yenidoğan Üniteleri ve Birimlerinde özel yetiştirilmiş, eğitim almış, sertifikalı hemşire, doktor ve personel olduğu bilinmelidir, bunlar gerekeni yaparlar. Gerekirse şehir içi ve şehirler arası transferler, helikopterle ekip olarak ulaştırmalar da yapılabilir.

Görüldüğü gibi olumlu yaklaşım yaparken akıllara çeşitli sorunlar ekilmektedir. Ya bende olursam algısının çözümü net verilmemektedir. Uzmanına danışın ötesinde, doğum yaptığınız yer, Bebek Dostu Hastaneler size yardımcı olur vurgusu net değildir.

## Sonuç

Yaratılış açısından emzirmeye karşı çıkılmadığı görülmektedir ancak konuşmadan sonra eklenen; **ama, lakin, ancak** gibi vurgu sonrası tüm tezi ve algıya ters düştüğü görülmektedir.

Başlıca karşı çıkmaları özetlersek: 1) **Doğuma destek ve emzirme parası, desteği, nüfus planlamasına karşıdır, yapılmamalıdır.** Nüfus planlaması çocuk olmaması değil, gerekirse bebek oluşum programlarını da desteklemektedir. Çocuk yapma, bakabileceğin, sağlıklı bir nesil oluşturma boyutu olmalıdır olarak ele alınmalıdır. Kısırlaştırma olarak yaklaşılması ile, bazı toplumların, insanlardan, hekimlerden kaçınması şeklinde olmuştur. Bir ilaç üstünde

sterildir demesi, algı olarak steril yapacak sanılmaktadır. 2) **Destek parası azdır, arttırılmalıdır.** Asgari ücret belirli hesaplama ile yapılır, eğer ücret yükseltirse, çalışma boyutu bozulur ve denge sağlanamaz. Yarım ücret makul görülebilir. 3) **Kadınlara izin verilmesi ile çalışan kesimde, nöbet ve iş açısından aksaklıklar olmaktadır. Gebe ve çocuk yapmaları belirli sürece bağlı olmalıdır.** Çalışma düzeni uyarlanabilir, bir toplumun geleceği yeni nesle bağlı iken, bunun çalışma ile ilinti kurulması anlaşılır olamaz. 4) **Tanınan süre uygun yapılandırılmamaktadır, suiistimal edilmektedir.** Annelik bir fedakârlık örneği iken, bebeğini biraz zaman ayırması ile onu suçlamak ne kadar insancıl ve etik olmaktadır? Bu yaklaşımdan kaçınılmalıdır. 5) **Dini açıdan, hükümler kesindir.** Bir kere hüküm değil, istemek rıza koşulu vardır, zorlama yoktur, bunları söyleyenlerin kaynakları din adına, geçersiz olan verilerdir, Kuran desteği aldıklarını belirtir ama kelimeleri saptırmaktadırlar. 6) **Emzirenler kardeş olduğundan dolayı, evlenemezler, karışma olacağı için süt anne kavramı işletilmemelidir, nesil bozulacaktır.** Bir kere Ayetlerde vurgulanan kardeşlik olup, bu boyut, nüfus dairesince kayıtlara geçirilebilir, bir soyut yaşanamaz. Karşı çıkmak için bir bahane uydurma olmakta, bir engelleme yapılmakta, başarılı oldukları da söylenebilir.

**Sonuç:** Emzirme, bir yaratılış işlevidir, bu açıdan özellikle hekimlerin ve sağlık elemanların işi, oluşacak sorunları çözmek, yeni buluşlar, inovasyon sağlamak olmalıdır. Engellemeyi benimseme adı altında yapmak tam anlamı ile bilimi, doğayı ve yaratılışı saptırmak olmaktadır. Sebep oldukları zarar ötesinde, bir bebeğin emzirme hakkını engelleme yapmanın azabını yaşarlar, eğer tabi akılları ve düşünceleri, kısaca kalpleri ve sevgi duyguları varsa hissedebilirler.

## Kaynaklar

- 1) Emzirme İzni, [Emzirme İzni- iskanunu.com](http://Emzirme-izni-iskanunu.com)
- 2) [Çocuğun Kaç Yıl Anne Sütü Emme Hakkı Vardır? | \(ihvan.com.tr\)](http://ihvan.com.tr), M. Furkan, 2015
- 3) Kuran: Kur'anı Kerim çözümü, [www.ahmedhulusi.org](http://www.ahmedhulusi.org). 2008.
- 4) Kuran, Türkçe: Y. N. ÖZTÜRK, Kur'anı Kerim Meali. [www.yeniboyut.com/meal.asp](http://www.yeniboyut.com/meal.asp).
- 5) [Çalışan Annelere Verilen Haklar Nelerdir? - Paradurumu.com](http://Paradurumu.com)
- 6) [2021 Süt Parası \(Emzirme Ödeneği\) Ne Kadar, Nasıl Alınır? \(sgkhocasi.com\)](http://sgkhocasi.com)
- 7) Breast-feeding, Wikipedia
- 8) [EMZİRMEYLE İLGİLİ? DOĞRU BİLİNEN 15 YANLIŞ? N. Pazvantoğlu \(milliyet.com.tr\)](http://milliyet.com.tr)
- 9) [What are the advantages and disadvantages of breastfeeding? - Press releases and Feature stories | St. Maarten Medical Center \(smmc.sx\)](http://smmc.sx)
- 10) [Emzirme \(sagligim.gov.tr\)](http://sagligim.gov.tr)<sup>10</sup>