

ANNE SÜTÜ ve EMZİRME



ANNELER ÇOCUKLARI İÇİN NELER İSTERLER ?

- Sağlıklı olması
- Zeki olması
- Kendine güvenmesi
-

ANNE SÜTÜ VE EMZİRME

SAĞLIK



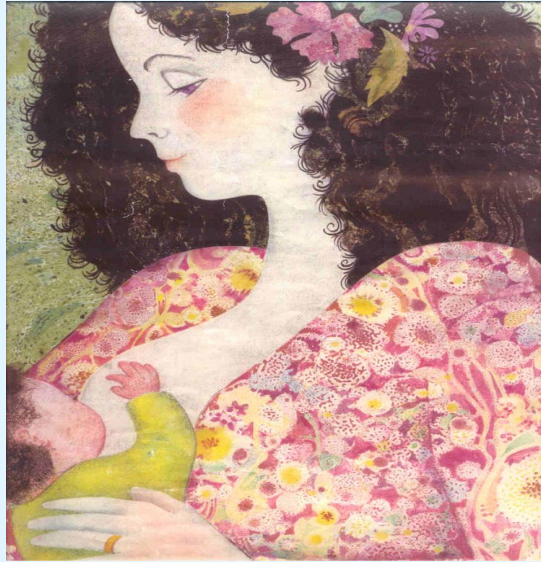
BÜYÜME

GELİŞME

**BEBEĞİN ZİHİNSEL, FİZİKSEL
VE RUHSAL GELİŞİMİ İÇİN EN
UYGUN BESİNDİR**

EMZİRMEK

- Anneliđi yařamak
- Anneliđi hissetmek
- Anneliđin tadına varmak demektir



Dünya Sağlık Örgütü, Sağlık Bakanlığı

ÖNERİ

***EMZİRMeye İLK YARIM- BİR SAAT İÇİNDE BAŞLANMASI**

***İLK 6 AY SADECE ANNE SÜTÜ**

***6 AY SONRASI 2 YAŞINA KADAR TAMAMALAYICI BESİNLERLE BİRLİKTE EMZİRİLMENİN SÜRDÜRÜLMESİ**



ANNE SÜTÜ

ANNENİN BEBEĞİNE VERECEĞİ İLK ve EN GÜZEL HEDİYEDİR

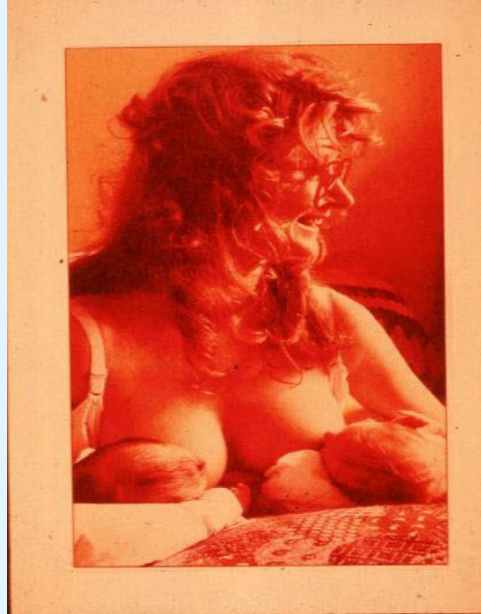


**ANNE SÜTÜ,
EN DOĞAL VE EN TAZE
BESİNDİR**



ANNE SÜTÜ BİLEŞİMİ;

**BEBEĞİN ERKEN DOĞUMUNA,
GELİŞİMİNE HATTA GÜN İÇİNDEKİ
ÖĞÜNLERİNE GÖRE EN UYGUN OLACAK
ŞEKİLDE DEĞİŞMEKTEDİR**



**BEBEĞİN İHTİYACI OLAN HER
BESİN ÖĞESİ İHTİYACI SADECE
ANNE SÜTÜ İLE KARŞILANIR**



ANNE SÜTÜNDE YETERİNCE SU VARDIR

Bebeęe ayrıca su vermeye gerek
yoktur



**HER YERDE HAZIRDIR,
BEDAVADIR,
HAZIRLAMA, ISITMA VE
KORUMA SORUNLARI YOKTUR**



BÜYÜME FAKTÖRÜ İÇERDİĞİ İÇİN BEBEKLER DAHA İYİ BÜYÜR



BEBEKLER ANNE SÜTÜNÜ TAMAMEN VE KOLAYLIKLA SİNDİRİR



ANNE SÜTÜ ALAN BEBEKLERDE, KARIN AĞRISI VE KABIZLIK DAHA AZ GÖRÜLÜR

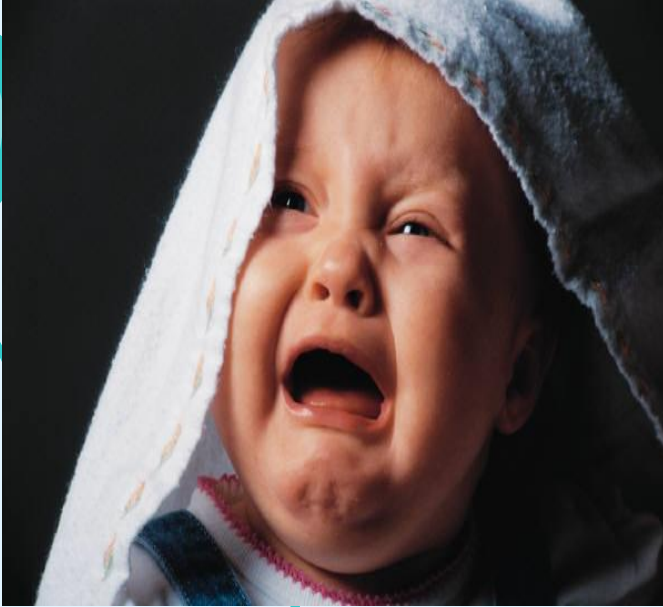


ANNE SÜTÜ BEBEĞİN ZEKASINI 8-10 PUAN ARTIRIR



**ANNE SÜTÜ ALAN BEBEKLER DİĞER BESİNLERLE
BESLENEN BEBEKLERDEN DAHA ZEKİ OLURLAR**

EMZİRİLEN BEBEKLER DAHA AZ AĞLARLAR



ANNE SÜTÜ BEBEĞİ KANSERDEN KORUR

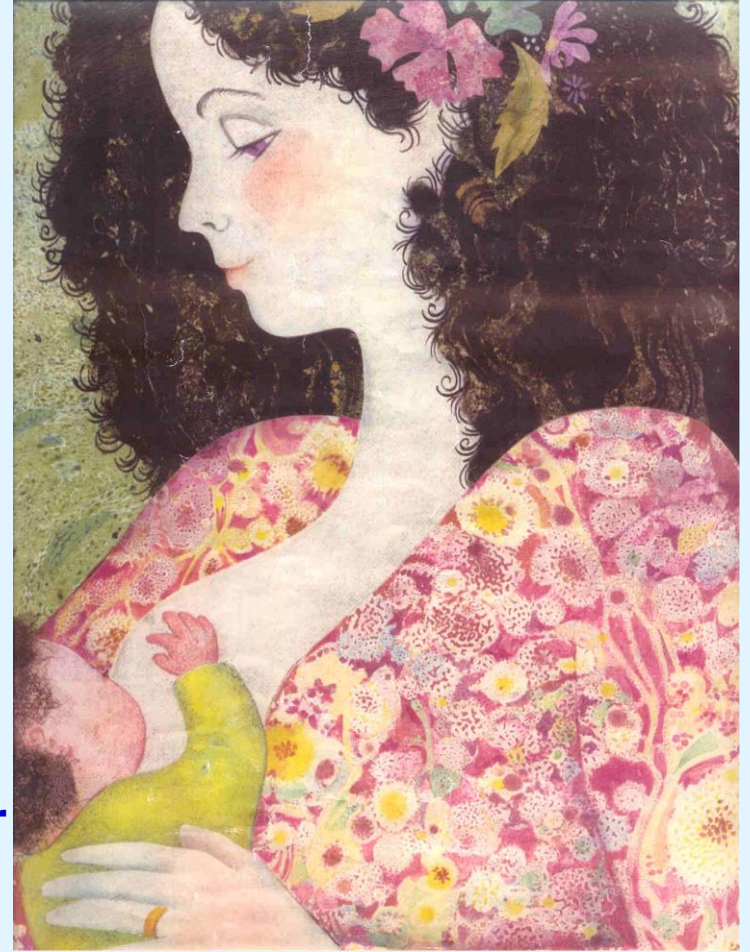


EMZİRME İLE BEBEK ŞİŞMANLIKTAN KORUNUR



Emzirmenin Yararları

- ☺ Ortakulak iltihabı riski azalır
- ☺ Bazı kronik hastalıkların oluşma riskini azaltır
- ☺ Solunum yolu hastalıkları daha az görülür
- ☺ Gastrointestinal enfeksiyonları daha az görülür
- ☺ Allerjiye karşı koruyucudur ve bebeği pişikten korur.
- ☺ Çene ve diş gelişiminde rolü vardır.



**Anne sütü ile beslenen bebeklerde ;
konuşma problemi, şeker hastalığı,
lenf kanseri ve diş řrkleri daha az
görülür**



**ANNE SÜTÜ İLE;
BEBEĞİN SAĞLIKLI OLMASI VE
KANSIZLIKTAN KORUNMASI
SAĞLANIR**



ANNE SÜTÜNÜN İÇERDİĞİ MADDELER

Bebeği rahatlatır,gevşetir, ağrıyı
azaltır, daha çabuk uykuya
dalmasını sağlar



**ANNE SÜTÜ VE EMZİRME ANNE
VE BEBEK ARASINDA
VAZGEÇİLMEZ DUYGUSAL BİR
BAĞ OLUŞTURUR.**



EMZİRMENİN PSİKOLOJİK YARARLARI

DUYGUSAL BÜTÜNLEŞME

- ☐ ANNE VE ÇOCUK ARASINDA YAKIN SEVGİ DOLU İLİŞKİ SAĞLAR.
- ☐ ANNENİN DUYGUSAL AÇIDAN TATMİNİNİ SAĞLAR.
- ☐ BEBEK DAHA AZ AĞLAR.
- ☒ ANNE BEBEĞİNE DAHA SEVGİ DOLU DAVRANIR.
- ☐ BEBEĞİ TERK ETME VEYA HIRPALAMA OLASILIĞI DAHA DÜŞÜKTÜR.



**ÖZEL BİR KOKUSU VARDIR,
BEBEĞİN GÖZÜ KAPALI OLSA DA
MEME BAŞINI BULMASINI
SAĞLAR**



İLK SÜT (KOLOSTRUM) İÇERDİĞİ YOĞUN BAĞIŞIKLIK MADDELERİ İLE BEBEĞİ HASTALIKLARDAN KORUR





KOLOSTRUM İlk Süt

- İlk 5-10 gün içerisinde salgılanır
- Çok yoğun miktarda hastalıklardan koruyucu madde ve besin içerir
- İlk günlerde az miktarda salgılanır, sık emzirmeye bağlı olarak artar.

EMZİRME;

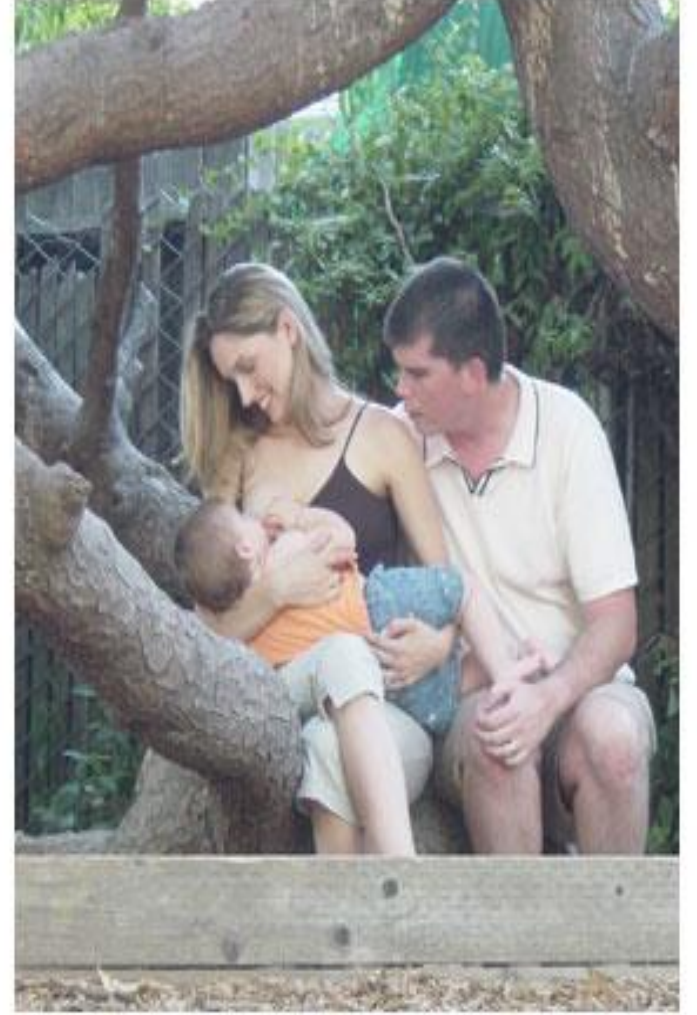
**ANNELERİN MEME KANSERİ, RAHİM
KANSERİ, ANEMİ, OSTEOPOROZ
GİBİ HASTALIKLARA YAKALANMA
RİSKİNİ AZALTIR**



EMZİRME HORMONLARI,
ANNEYİ GEVŞETİR DAHA
ÇABUK UYKUYA
DALMASINI SAĞLAR,
ANNEYİ
DİNLENDİRİR



EMZİREN
ANNELER ESKİ
KİLOLARINA
DAHA ÇABUK
DÖNER



EMZİRME ANNE İÇİN BİR GÖREV DEĞİL HAKTIR



SAĞLIKLI HER ANNE BEBEĞİ İÇİN YETERLİ SÜT ÜRETEBİLİR



EMZİRME;

Bebek veya anne
hasta iken de
sürdürülmelidir



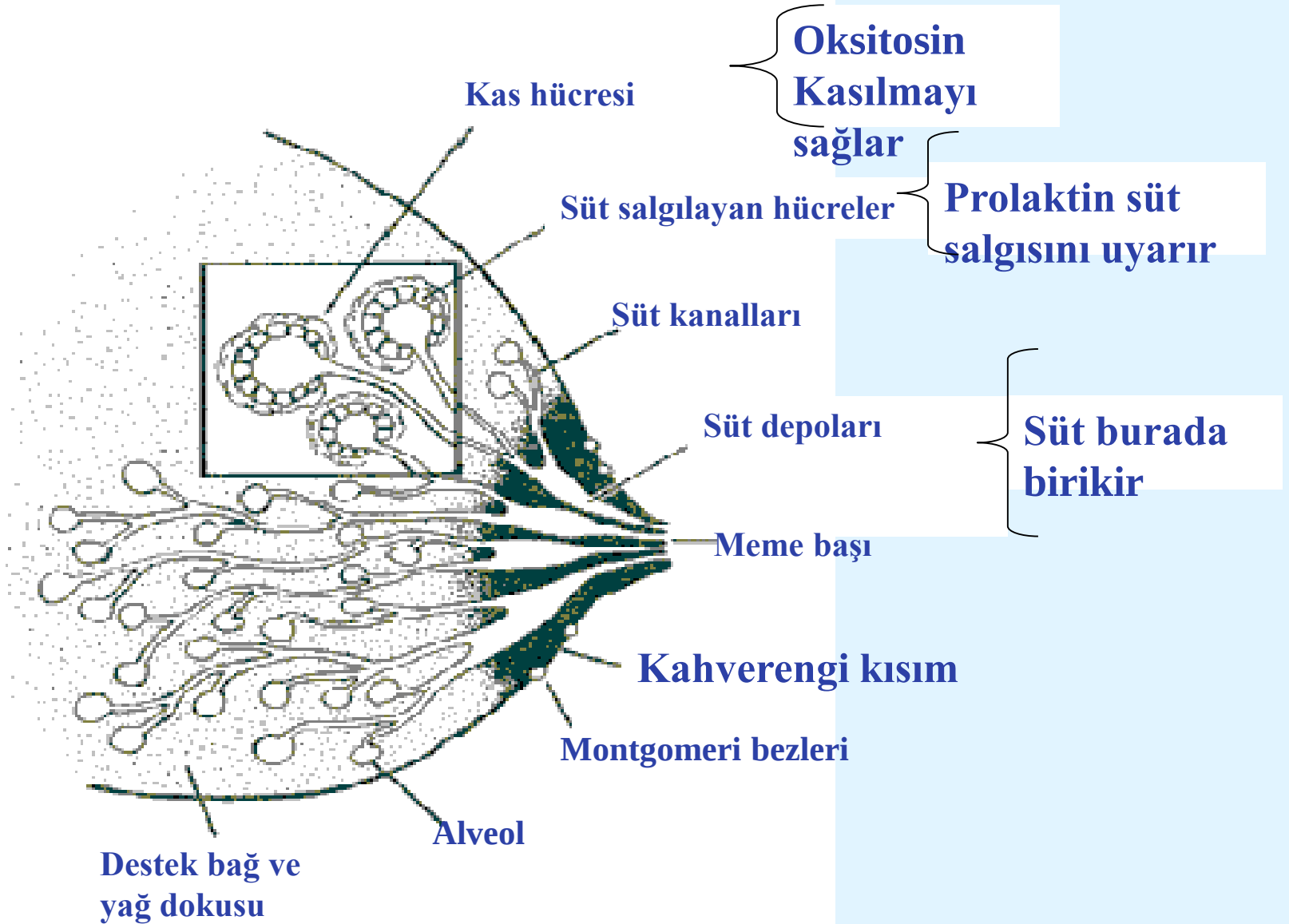


HASTA BEBEKLERİN EMZİRİLMESİ

- **En iyi beslenmeyi alır**
- **Daha az kilo kaybeder**
- **Daha abuk iyileşir**
- **Emmenin verdiği rahatlık duygusunu yaşar**
- **Daha kolay sakinleşir, huzursuzluk azalır**
- **Anne sütü miktarı artar**
- **Emzirme kesilmemiş olur**

EMZİRME NASIL OLUYOR

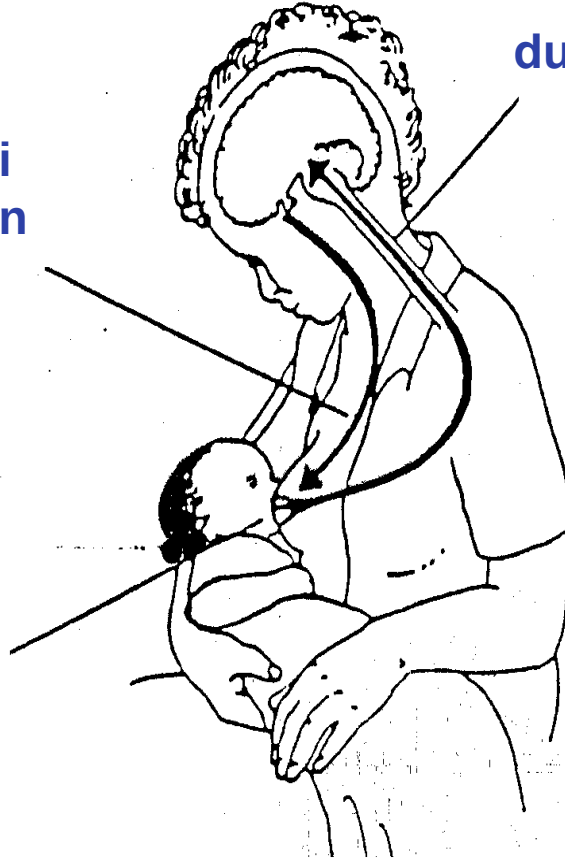




PROLAKTİN

Kandaki
prolaktin

Meme
başından
duygusal uyarı



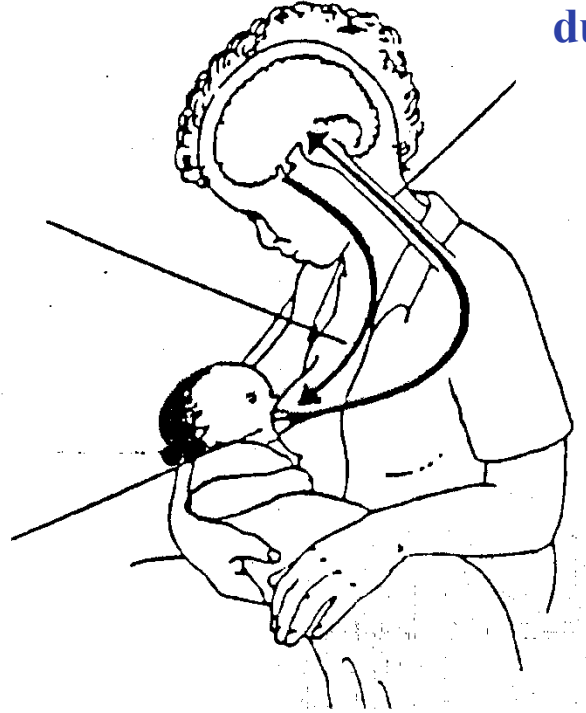
- ❑ Gece daha fazla prolaktin salgılanır
- ❑ Anneyi gevşetir uykuya çabuk dalmasını sağlar

OKSİTOSİN REFLEKSİ

Kandaki oksitosin

Bebek emiyor

Meme
başından
duygusal uyarı



Rahmin kasılmasını sağlar

OKSİTOSİN REFLEKSİ

- Bebek için sevgi dolu düşünceler
- Bebeğin sesi
- Bebeğin görüntüsü

GÜVEN



- KAYGI
- STRES
- AĞRI
- ŞÜPHE

Bunlar reflekse YARDIM eder

Bunlar reflekse ENGEL olur

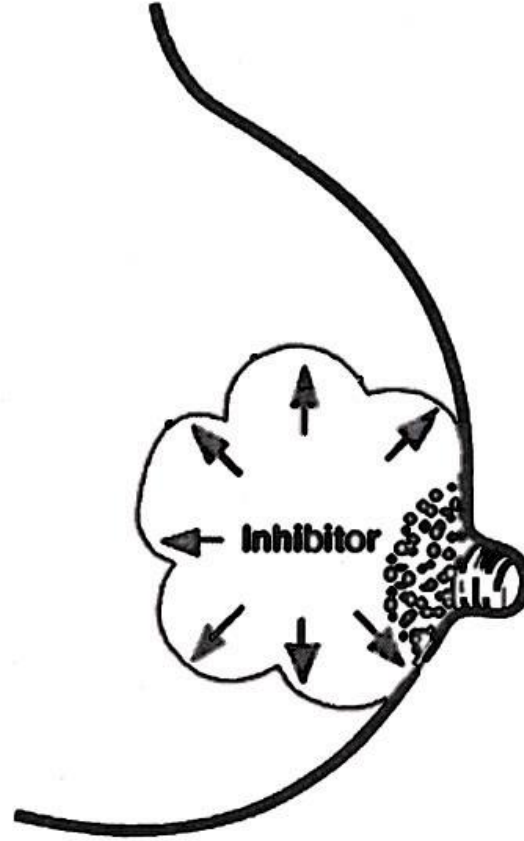
DAHA ÇOK SÜT ÜRETMEK İÇİN NE YAPMAK GEREKİR?



Doğru Teknikle
Sık Sık EMZİRME=DAHA ÇOK SÜT

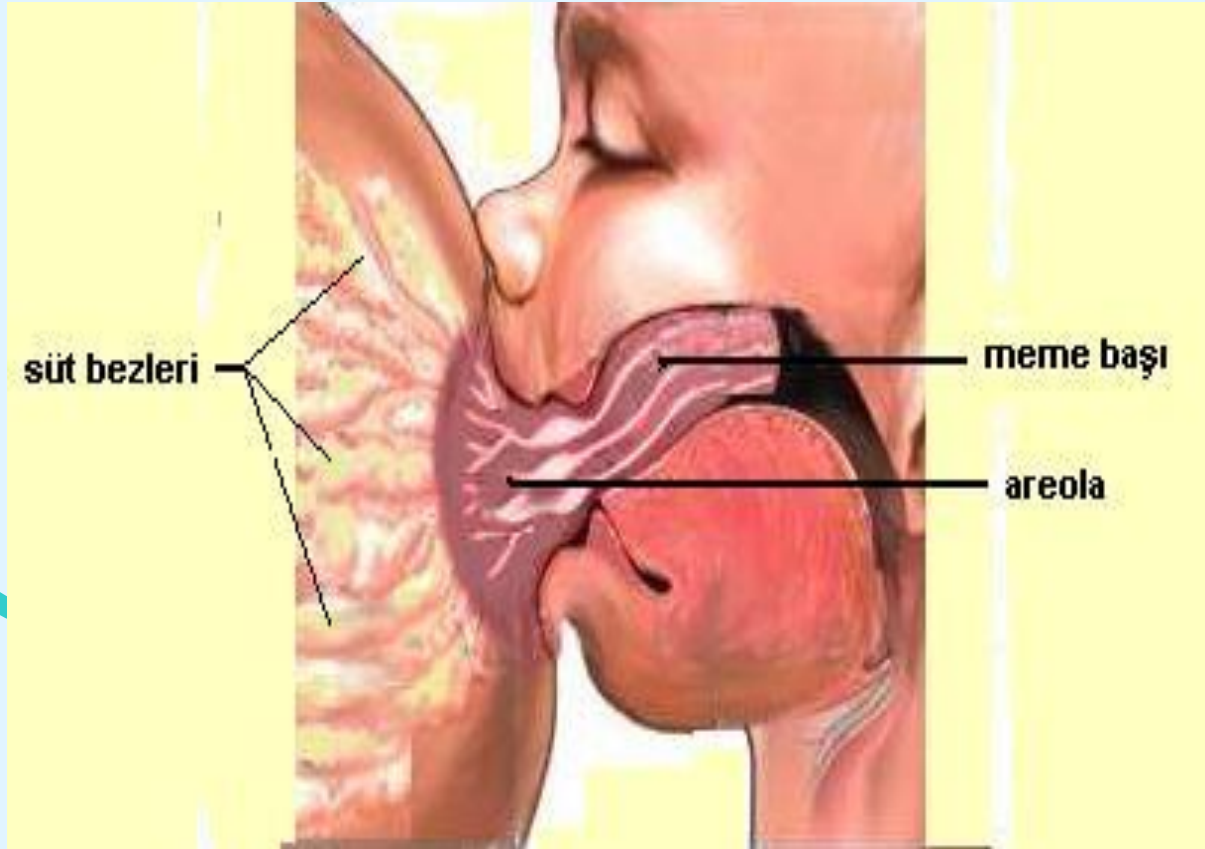


ANNE SÜTÜNDE İNHİBİTÖR MADDE



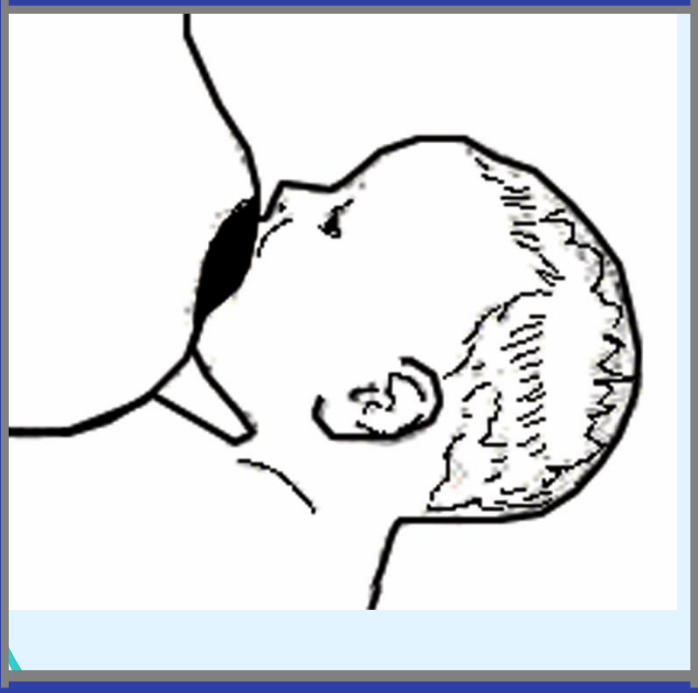
Eğer meme, süt ile tamamen dolarsa salgılama durur.

DOĞRU YERLEŐTİRME= DOĞRU EMZİRME



YANLIŞ EMZİRME

1



DOĞRU EMZİRME

2



- Areola bebeğin ağzının altında daha fazla yada üzeriyle eşit.
- Emzirme sırasında meme gergin veya çekilmiş gözüküyor.

EMZİRME

BEBEK
AĞZINI
KOCAMAN
AÇTIĞINDA,



EMZİRME



Meme C
Tekniđiyle
Tutulur

DOĞRU YERLEŐME



DOĞRU YERLEŐME



Bebeğin Memeye Yanlış Yerleştirilmesinin Sonuçları



BEBEĞİ MEMEYE YANLIŞ YERLEŞTİRMENİN SONUÇLARI



**BEBEK
HER
İSTEDİĞİNDE
EMZİRİLMELİDİR.**



EMZİRME POZİSYONLARI





- **KUCAK POZİSYONU**





- **KOLTUKALTI
POZİSYONU**





- **YATARAK
EMZİRME**



- **TERS KUÇAK
POZİSYONU**



İKİZLERİN EMZİRİLMESİ

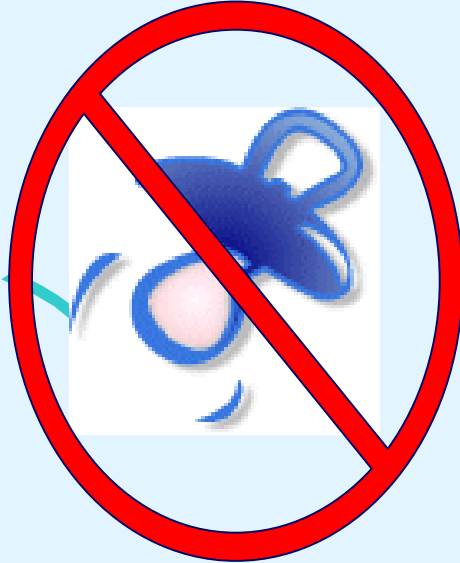


İKİZLERİN FARKLI POZİSYONLARDA EMZİRİLMESİ



ETKİN BİR EMZİRME SAĞLAMAK İÇİN

Emzik ve Biberon
Kullanılmamalıdır.



BİR EMZİRME DÖNEMİNDENASIL EMZİRELİM?



OLGUN SÜT

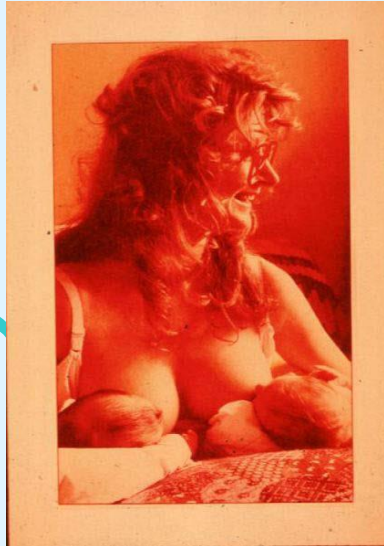
- ÖN SÜT
Sulu ve şekerli
- SON SÜT
Proteinli ve yağlı



*Her emzirmede; bir meme tamamen boşalana kadar emzirilmelidir

HER EMZİRMEDEN SONRA 1 BARDAK SIVI

ALINIZ.(süt, taze meyve suyu,
ayran, su, limonata vs)



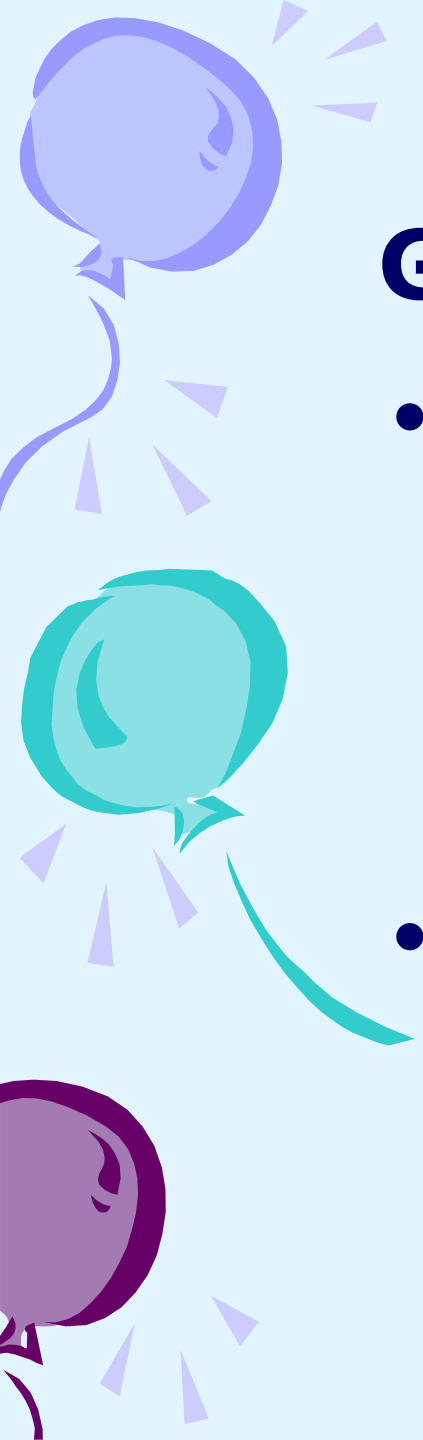
DOLU MEME ÖNLEMLER

- Erken ve sık sık anne sütü verilmesi desteklenmeli
- 1-3 saat ara ile ya da günde 12 kez emzirmeli
- Formül mama ve su verilmemeli
- Emzik ve biberonla hiç tanışmamalı
- Bebek bir kez emmeyi atlattı ise veya sorun varsa memeyi sağıp boşaltılmalı

YETERSİZ SÜT

- Her anne bebeğine yetecek kadar süt üretir
- Bazen bebek yeterli süt alamaz
- Annenin ne kadar süt üretebildiği değil bebeğin ne kadar süt aldığı önemlidir.





YETERSİZ SÜT GÜVENİLİR BULGULAR

- Yetersiz tartı alımı
 - İlk ayda 500 gramdan az,
 - İkinci haftanın sonunda doğum tartısından az)
- Çok az miktarda, konsantre idrar çıkarması
 - Günde altıdan az,
 - Sarı ve keskin kokulu

HER BEBEK İÇİN MUTLAKA ANNE SÜTÜ

