

YENİDOĞAN YOĞUN BAKIMDA ANNE SÜTÜNÜN ÖNEMİ VE EMZİRMENİN DESTEKLENMESİ

Öğr. Gör. Hatice Tetik Metin¹,

Öğr. Gör. Esra Kınay Gündoğdu²,

¹Bitlis Eren Üniversitesi Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksek Okulu, Sağlık Bakım Hizmetleri, Türkiye, e-mail: hatice_meleyim@hotmail.com, ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-5659-7147>

²Bitlis Eren Üniversitesi Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksek Okulu, Çocuk Bakımı ve Gençlik Hizmetleri Bölümü, Türkiye, e-mail: ekgundogdu@beu.edu.tr, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7485-8697>

Özet

Doğumdan itibaren bebeğin sağlıklı bir gelişime sahip olabilmesi için anne sütü ile beslenmesi gereklidir. Annenin doğumdan sonraki ilk bir saat içinde bebeğini emzirmesi, ten tene teması sağlaması ve ilk beş gün içinde bebeğin bağışıklığını güçlendirecek olan kolostrum sütünü vermesi çok önemlidir. Bazı durumlar doğumdan sonra anne ve bebeğin bir araya gelememesine, erken dönemde emzirmeye başlayamamasına neden olmaktadır. En önemli nedenlerden birisi bebeklerin doğumdan hemen sonra yenidoğan yoğun bakıma yatırılmasıdır. Bebeği yenidoğan yoğun bakıma yatırılan annelerin yaşadıkları stres ve kaygı düzeylerindeki artış nedeniyle zamanla süt üretimleri azalmaktadır. Yapılan çalışmalarda, anne sütünün ve emzirmenin anne ve bebek sağlığı açısından faydaları kanıtlanmıştır. Sağlık profesyonelleri tarafından yenidoğan yoğun bakımda bebeği olan annelerin bebeklerini ilk ve en önemli besin olan anne sütüyle beslemeleri ve sağlıkları için emzirmeye teşvik edilmeleri, gereklidir.

Bu derlemede yenidoğan yoğun bakımda anne sütünün ve emzirmenin desteklenmesinin önemi ele alınmıştır.

Anahtar Kelime: Yenidoğan Yoğun Bakımı, Anne Sütü, Emzirmenin Önemi

IMPORTANCE OF BREAST MILK AND SUPPORT OF BREASTFEEDING IN NEWBORN INTENSIVE CARE

Abstract

From birth, the baby must be fed with breast milk in order to have a healthy development. It is very important for the mother to breastfeed her baby in the first hour after birth, to provide skin-to-skin contact and to give colostrum milk, which will strengthen the baby's immunity in the first five days. Some situations cause the mother and baby not to be able to come together after birth and not to start breastfeeding in the early period. One of the most important reasons is that babies are admitted to the neonatal intensive care unit immediately after birth. Due to the increase in the stress and anxiety levels of mothers whose babies are admitted to the neonatal intensive care unit, milk production decreases over time. Studies have proven the benefits of breast milk and breastfeeding for maternal and infant health. Mothers who have babies in neonatal intensive care units should be encouraged by health professionals to feed their babies with breast milk, which is the first and most important nutrient, and to breastfeed for their health.

In this review, the importance of supporting breast milk and breastfeeding in neonatal intensive care is discussed.

Keywords: Neonatal Intensive Care, Breast Milk, Importance of Breastfeeding

1. GİRİŞ

Yenidoğan bir bebek için en temel besin kaynağı anne sütüdür. Anne sütünün bebeğe ulaşmasının en sağlıklı yöntemi ise anne tarafından bebeğin emzirilmesidir. Yüzlerce çalışma anne sütünün anne ve bebek sağlığı açısından önemini bildirmektedir. Bu sebeple emzirmenin başarılı bir şekilde yürütülmesi, sürdürülmesi ve desteklenmesi çok önemli sağlık hedefleri arasındadır. Emzirmeyi olumlu yönden etkileyen faktörler vardır. Doğumu takiben ilk bir saat içinde emzirmenin başlatılması, annenin bu gebeliği istemesi, antenatal dönemde emzirme danışmanlığı alma, doğumla beraber ten tene temasın sağlanması, emzirme tekniklerini bilme ve doğru uygulama, sakin ve rahat bir ortamda emzirmeye başlamak emzirmeyi olumlu etkileyen faktörlerdendir (Tekin, 2020).

Doğumu takiben başarılı emzirmenin yürütüleceği ve anne bebek arasında bağın oluşturulacağı bu süreçte bazen bebeklerin annelerinden ayrı kalması gerebilmektedir. Bebeğin çeşitli nedenlerden dolayı yenidoğan yoğun bakıma yatırılması bu ilk emzirmenin ve bağın oluşmasının gecikmesine neden olmaktadır. Yenidoğan yoğun bakım yatış nedeniyle bu hastane sürecinde anneler bebeklerinin tüm beslenme sürecinde yanında olamamaktadır. Bu nedenle anneler elle yada pompa ile sütlerini sağlamak zorunda kalmaktadırlar. Pompa süt enjeksiyon görevini yerine getirememekte hem bu durum hemde annede oluşan stres ve kaygı durumu annenin sütünde azalmaya neden olmaktadır. Bebekler sonuç olarak hayatlarının erken dönemlerinde yenidoğan yoğun bakımda biberonla ve formül mamalarla tanışmak zorunda kalmaktadır. Biberonla yapılan formül mama takviyesi nedeniyle erken dönemde annenin sütünün kesilmesine neden olmaktadır. Bu nedenlerden ötürü yenidoğan yoğun bakımlarda emzirmeyi desteklemek, anneyi teşvik etmek, sütün devamlılığını sağlamak ve bakım standartlarını geliştirmek ve iyileştirmek için sağlık profesyonelleri ve anneler daha fazla gayret sarf etmelidirler (Altuntaş, 2020).

Bu süreçte annelerin bebeklerini görememeleri, ayrı kalmaları, bebeklerinin sağlığından endişe etmeleri kendilerini güvensiz ve hassas hissetmelerine ve annelik duygularını ertelemelerine neden olmaktadır (Uzunay, 2021).

Bu süreçte annelerde emzirme problemleri ortaya çıkabilmektedir. Sağlıklı bir şekilde dünyaya geleceğini hayal ettikleri bebeklerinin hasta veya premature doğması annelerin kaygı düzeylerinde artışa neden olmaktadır. Artan bu kaygı annelerin emzirme becerilerini hem fiziksel hemde psikolojik olarak etkileyebilir. Hemşirelerin annelerdeki kaygı düzeyini hafifletmek ve emzirme başarılarını artırmak için onları desteklemesi gereklidir. Bunu da yapabilmeleri için yenidoğanın beslenme sürecine ve bakım sürecine aileleride dahil etmelidirler (Tekin, 2020).

Emzirme üzerine yapılan çalışmalar gösteriyor ki anne ve bebek arasındaki bağın zayıf olması, bebeğin yoğun bakımda uzun süre kalması, erken dönemde mama ile tanışması gibi durumlar emzirmeyi olumsuz yönde etkilemektedir. Ericson ve arkadaşları 2018' de yapmış oldukları bir çalışmada bebeklerin yoğun bakımda uzun süre kalması annelerde emzirmenin erkenden bırakılmasına neden olabileceğini belirlemişlerdir (Arslan, 2020).

2. ANNE SÜTÜNÜN YENİDOĞAN İÇİN FAYDALARI

Anne sütünün yenidoğanlar için birçok immünolojik faydaları bulunmaktadır. Yenidoğan bebeklerin anne sütü sayesinde solunum, gastrointestinal ve immün sistemleri güçlenir. Böylece bebek, çocuk mortalite ve morbiditesinin oranlarının azalması sağlanmış olur (Yalçın Özsoylu, 2019).

Annenin doğumdan sonraki ilk bir saat içinde bebeğini emzirmesi, ten tene teması sağlanması ve ilk beş gün içinde bebeğin bağışıklığını güçlendirecek olan kolostrum sütünü vermesi çok önemlidir.

Anne sütü ile beslenen bebekler hayatlarının ilk altı ayı için gerekli olan enerji ve tüm besin maddelerini anne sütünden karşırlar. Hayatlarının ikinci yarısında ise enerji ve besin ihtiyaçlarının yarısından fazlasını, ikinci yıllarında ise üçte birini anne sütünden karşırlar. Anne sütü taze, ekonomik ve ulaşılması en kolay besindir. Anne sütünün içeriğinde bulunan antikorlar bebeğin bağışıklık sisteminin güçlenmesini sağlar. Bebekleri alerjenlere karşı ve çocukluk döneminde oluşabilecek hastalıklara karşı (herhangi bir patolojik bir durum yoksa) büyük oranda korur. Anne sütü bebeklerin bedensel, ruhsal, sosyal, beyin ve bilişsel gelişimlerini destekler. Bebeklerin solunum ve gastrointestinal enfeksiyona yakalanma risklerini azaltır. Çocukluk ağı kanserleri ve ani bebek ölümleri riski daha az görülür. Diş ve çene gelişimleri daha iyi olur (Arslan, 2020).

3. YENİDOğAN YOğUN BAKIMDA HEMşİRELER VE ANNELER ARASINDAKİ İLİşKİ

Bebeği yenidoğanda yatan annelerin yaşadıkları kaygı ve stres onların bakım verici rollerinin, etkili ve başarılı emzirmenin ve anne bebek bağlanması olumsuz yönde etkilenmesine neden olmaktadır. Bu durumun önlenebilmesi için hemşirelerin anne ile işbirliği içinde olması gereklidir. Öncelikle hemşireler anneye yenidoğan yoğun bakımı tanıtılmalđ, burada kullanılan ekipmanlar hakkında bilgi vermeli, hangi amaçla bu ekipmanlar kullanılıyor açıklamalı ve bebeklerinin almış olduğu tedavi hakkında bilgi vermelidir (Yalçın zsoylu, 2019).

Yapılan bir çalışmada annelere bebekleri hakkında bilgi verilmesi annenin anksiyetisini azaltmada etkili olduğu bulunmuştur. (elebioğlu ve Polat, 2008). Bu nedenle yenidoğan yoğun bakım hemşiresi anneye bebeği hakkında açıklayıcı, annenin sorularına net ve annenin anlayacağı şekilde cevap vermelidir. Annenin bebeğinin bakımına katılmasını sağlayarak onu cesaretlendirerek bebek bakımında yeterlilik kazanmasını sağlamalıdır (Yalçın zsoylu, 2019).

4. ÖNERİLER

Annelerin emzirmeye yönelik başarılarını ve öz yeterliliklerini artırmak için prenatal dönemde özellikle üçüncü trimesterde emzirme konulu eğitimler düzenlenmelidir. Eğitimlerin içeriği; emzirmenin anne ve bebek açısından faydaları, emzirme sıklığı ve süresi, doğru ve etkin emzirme, emzirme pozisyonları ve teknikleri, anne sütünü artırma ve yeterli olduğunu anlama, formül mamalar ile beslenme ve risklerinden bahsedilmelidir. Yapılan bir çalışmada (İnce ve ark., 2017) gebelikleri boyunca emzirme eğitimi alan annelerin almayan annelere göre emzirme özyeterliliklerinin istatistiksel olarak daha anlamlı ve yüksek olduğu belirlenmiştir. (Yalçın zsoylu, 2019).

Kadınların emzirme sürecindeki ihtiyaı olan desteği nereden ve nasıl elde edeceğini bilmesi, emzirmenin önemini kavrayabilmesi, doğru ve etkin emzirme tekniklerini öğrenebilmesi, aile ve toplum desteğinin ve sağlık uygulamalarını bilmesi postpartum dönemde emzirmenin başarılı yürütülmesindeki en önemli etkenler arasındadır. Özellikle antenatal dönemde kadınların emzirme konusunda farkındalığının ve bilgi düzeyinin artırılması, olumsuz tutumlarının ortadan kaldırılması ve emzirme becerilerini kazanma ve kavramaları sayesinde kadınların emzirme konusunda kendilerine olan özgüvenleri artacak olup kendilerini yeterli hissedecekleri için postnatal dönemde emzirmenin srdrlmesi etkili olacaktır (Arslan, 2020).

Yoğun bakımdan veya hastaneden taburcu olan bebeklerin annelerine hemşireler tarafından eğitim verilmelidir. Hemşireler tarafından annenin memelerinin durumu değerlendirilmeli, bebeğin etkin emip emmediği, doğru emzirme tekniği kullanıp kullanılmadığı, bebeğin etkin emdiğini gösteren ipuçlarını, emzirmelerinin sıklığı ve süresini, sütün sağılması ve nasıl saklanması gerektiğini, meme ile ilgili sorunların engelenmesi için alınacak önlemleri ve müdahaleleri bebeği taburcu olan annelere anlatılması gereklidir (Yalçın

Özsoylu, 2019).

Annelere bebekleri yoğun bakımdayken emzirme engeli varsa sütlerini sağıp getirmeleri ve bebeklerinin ilk kolostrum adı verilen süttten faydalanmasının önemi anlatılmalıdır. Süt sağma teknikleri hakkında bilgi ve eğitim verilmeli, gerekirse uygulamalı olarak yaptırılmalıdır. Annenin bebeğini belli saatlerde emzirmeye gelmesi dışında kalan zamanlarda sütlerini en iyi yöntem olan elle sağma tekniğıyle steril kaplarda yada süt saklama poşetlerinde saklama koşulları anlatılarak uygun şartlarda saklamalarını sağlamak, istendiğinde getirmeleri gerektiğinin bilgisini vermek gerekir. Elle sağma yöntemi dışındaki süt sağma yöntemleri de anlatılarak anneye kendisi için en uygun yöntemle sütünü sağıp getirmesi konusunda bilgi verilmelidir.

5. SONUÇ

Yenidoğan yoğun bakımda yatan bebeklerle en çok vakit geçiren ve ebeveynlerle en çok iletişimde olması gereken hemşirelerdir. Bu nedenle hemşireler ve bebeklerin ebeveynleri arasında tam bir işbirliğı kurularak ebeveynleri bebeklerinin bakımına ve bebekler için alınan kararlara dahil edecekleri bir süreç izlemeleri gerekmektedir. Doğum sonrası anne ve bebeğın sakin, sessiz, ve huzurlu bir ortamda bir araya gelmeleri, ten tene temasın en kısa sürede başlatılması ve emzirme sürecinin etkin ve doğru bir şekilde yürütölmesi bebeğē dokunma, masaj gibi etkinliklere annenin dahil edilmesi sağıık personelleri tarafından planlanmalıdır.

Annelere yoğun bakım sürecinde hemşireler veya hastanelerin emzirme danışmanları tarafından eğitim verilerek özellikle emzirme konusunda farkındalığın ve bilgi düzeyinin artırılması, olumsuz tutumların ortadan kaldırılması, emzirme becerisinin kazandırılması, ve kadınların emzirme konusunda özgüvenlerinin artması sağlanmalıdır. Verilen eğitimler sayesinde kadınlar kendilerini yeterli hissedecekler, dolayısıyla taburculuk sonrası emzirmenin sürdürölmesi etkili olacak ve anne bebek arasındaki bağıın oluşacağı bir eğitim sürecini tamamlamaları sağlanmış olacaktır.

KAYNAKLAR

Altuntaş, N. (2020). Yenidoğan yoğun bakım ünitesine yatış emzirme sürecini nasıl etkiliyor?. *Pamukkale Tıp Dergisi* 2020;13(3):579-586

Arslan, H. (2020). Simülasyon Temelli Emzirme Eğitiminin Kadınların Emzirme Başarısına, Emzirme Özyeterliliğine, Emzirmeye İlişkin Tutum Ve Bilgi Düzeyine Etkisinin Değerlendirilmesi. Sakarya Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.

Çelebioğlu, A., Polat, S. (2008). Hiperbilirubinemi Nedeniyle Hastaneye Yatırılan Yenidoğanların Annelerinin Anksiyete Düzeyi, Etkileyen Faktörler ve Bilgilendirmenin 54 Anksiyeteyi Azaltmadaki Rolü. *Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 11(2), 47-48.

Ericson J, Eriksson M, Hoddinott P, Hellström-Westas L, Flacking R. (2018). Breastfeeding and risk for ceasing in mothers of preterm infants long-term follow-up. *Maternal & Child Nutrition*, 14(4):e12618.

İnce, T., Aktaş, G., Aktepe, N., Aydın, A. (2017). Annelerin Emzirme Öz yeterlilikleri ve Emzirme Başarılarını Etkileyen Özelliklerin Değerlendirilmesi. *İzmir Dr. Behçet Uz Çocuk Hastalıkları Dergisi*, 7(3), 183-190.

Tekin, N.(2019). Yenidoğan Yoğun Bakımda Bebeği Yatan Annelerin Durumluluk Ve Sürekli Kaygı Düzeyleri İle Emzirme Başarısını Etkileyen Etmenlerin Belirlenmesi. Bursa Uludağ Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Hemşirelik Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi.

Uzunay, Y. (2021). Yenidoğan Yoğun Bakım Ünitesinde Bebeği Olan Annelerin Anksiyete Düzeylerinin Emzirme Öz Yeterlilik Ve Bebeklerini Besleme Tutumlarına Etkisi. Avrasya Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Hemşirelik Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, Trabzon.

Yalçın Özsoylu, D. (2019). Yenidoğan Yoğun Bakım Ünitesi'nde Bebeği Yatan Annelerin Emzirme Özyeterlilik ve Anksiyete Düzeylerinin Emzirme Başarısına Etkisi. İstinye Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Doğum ve Kadın Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi