

MUCİZE ANNE SÜTÜNDE SAKLI



www.afiyethastanesi.com
0850 440 44 44
f t i a fiyethastanesi



ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ



ANNE SÜTÜ VE EMZİRME



www.afiyethastanesi.com
0850 440 44 44
f t i a fiyethastanesi



ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ

ANNE SÜTÜNÜN TEŞVİKİ

Hedefimiz;

Her kadına, şartları ne olursa olsun emzirme için gerekli profesyonel ve toplumsal desteğin sağlanması, annelerin emzirme ile ilgili tecrübe kazanabilmesini sağlayacak tüm bilgi, eğitim ve öz güvenin verilmesidir.



www.afiyethastanesi.com
0850 440 44 44
f t i a fiyethastanesi



ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ



ANNE SÜTÜ;
ANNENİN BEBEĞİNE
VERECEĞİ
İLK VE EN GÜZEL
HEDİYEDİR...



www.afiyethastanesi.com
0850 440 44 44
f t i afiyethastanesi



ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ



Sağlık Bakanlığı



WHO



unicef

UNICEF - WHO SAĞLIK BAKANLIĞI ÖNERİLERİ



www.afiyethastanesi.com

0850 440 44 44

f t i a fiyethastanesi



ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ



**Emzirmeye ilk yarım saat
içerisinde başlanmalı**

**İlk 6 ay sadece anne sütü verilmeli
6 aydan sonra 2 yaşına kadar
tamamlayıcı besinlerle birlikte emzirme
sürdürülmeli**



www.afiyethastanesi.com
0850 440 44 44
f t i a fiyethastanesi



ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ



ANNE SÜTÜ NEDEN BEBEKLER İÇİN İDEALDİR?



www.afiyethastanesi.com
0850 440 44 44
f t i a fiyethastanesi



ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ



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



www.afiyethastanesi.com
0850 440 44 44
f t i a fiyethastanesi



ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ



Anne sütü;

- İlk 6 ayda bebeğin ihtiyaının %100'n,
- 6-12 ayda bebeğin ihtiyaının %50' sini
- 12.aydan itibaren de %30'unu karşıılar.



www.afiyethastanesi.com
0850 440 44 44
f t i a fiyethastanesi



ÖZEL
AFIYET
HASTANESİ



**Her bebek için kendi annesinin sütü idealdir.
Her bebeğe
Özel bileşimde salgılanır.**



www.afiyethastanesi.com
0850 440 44 44
f t i afiyethastanesi



ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ

**ANNE SÜTÜ BİLEŞİMİ,
BEBEĞİN;
ERKEN DOĞUMUNA,
GELİŞİMİNE, GÜN İÇİNDEKİ
ÖĞÜNLERİNE GÖRE
EN UYGUN OLACAK ŞEKİLDE
DEĞİŞMEKTEDİR.**



www.afiyethastanesi.com

0850 440 44 44

f t i a fiyethastanesi



ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ



ANNE SÜTÜ
ÖN SÜT: Sulu ve şekerli
SON SÜT: Proteinli ve yağlı
Günde 10-12 kez,
her öğünde bir meme
tamamen boşalana kadar
emzirilmelidir.



www.afiyethastanesi.com
0850 440 44 44
f t i afiyethastanesi



ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ

KİLO KAYBI ENDİŞESİ VE GEREKSİZ FORMÜL MAMA BAŞLANMASI

İlk haftada %7-10 kilo kaybı normaldir.

Yenidoğan bebeğin midesi;

- **İlk gün bilye kadar (~5ml)**
- **3. gün pinpon topu kadar (~ 20ml)**
- **10. gün yumurta kadar (~50ml)**
- **İlk 24 saatte yaklaşık 7-14 ml /her beslenmede,**
- **Sonraki 36 saatte artarak 24 saatlik periyotta 500ml'ye ulaşır.**



www.afiyethastanesi.com
0850 440 44 44
f t i afiyethastanesi



ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ

ANNE SÜTÜNÜN FAYDALARI NELERDİR ?



www.afiyethastanesi.com
0850 440 44 44
f t i a afiyethastanesi



ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ



**Anne Sütü ve Emzirme;
Anne ve bebek arasında
vazgeçilmez duygusal
bir bağ oluşturur.**

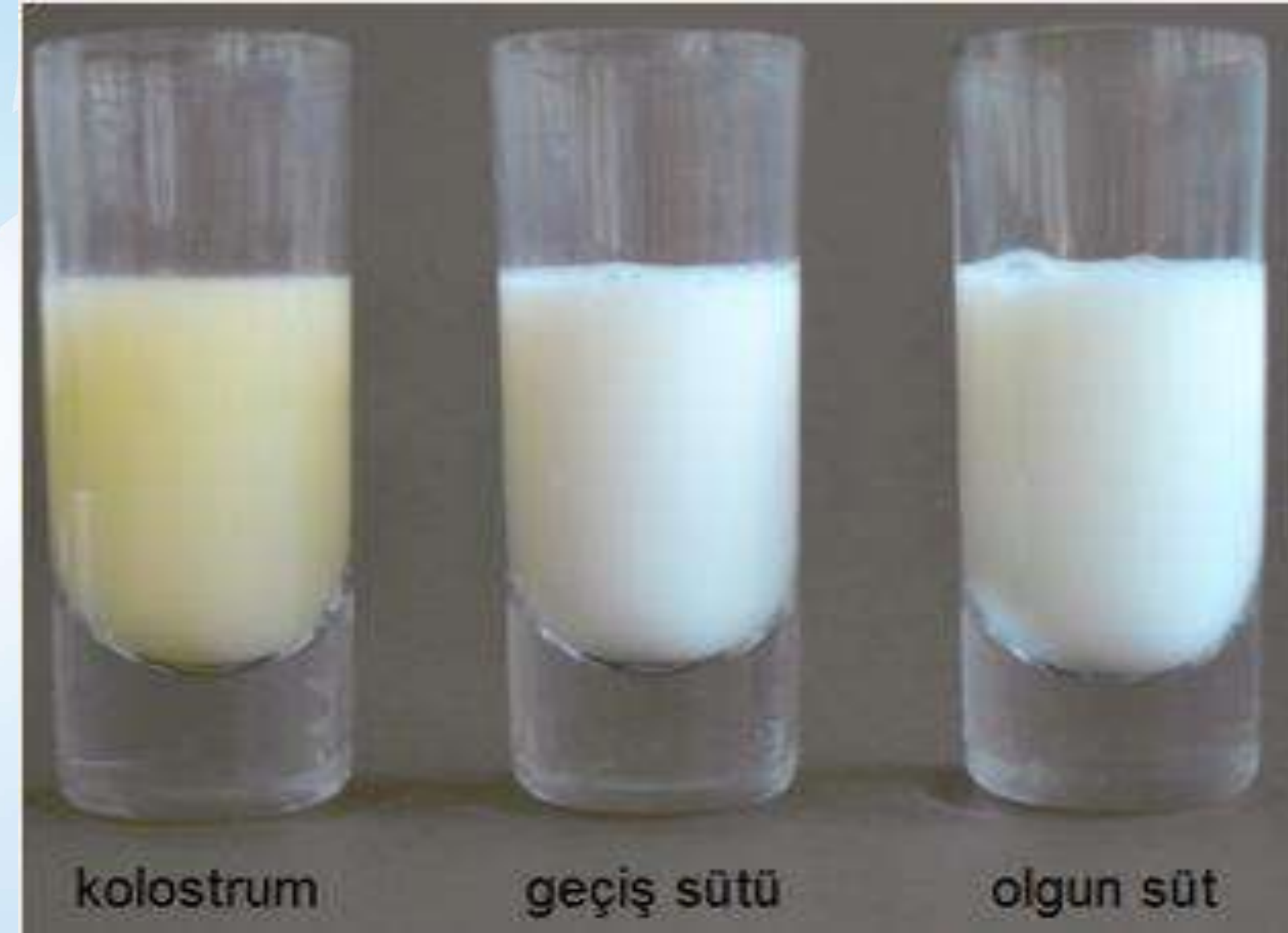


www.afiyethastanesi.com
0850 440 44 44
f t i a fiyethastanesi



ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ

İlk süt (kolostrum) içerdiği yoğun bağışıklık maddeleri ile bebeği hastalıklardan korur.



www.afiyethastanesi.com
0850 440 44 44
f t i a fiyethastanesi



ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ

**Her yerde hazırdır,
bedavadır, hazırlama, ısıtma ve koruma
sorunları yoktur.**



www.afiyethastanesi.com
0850 440 44 44
f t i a fiyethastanesi



ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ



Anne sütü, sık sık emzirildiğinde bebeğin su ihtiyacını tam olarak karşılar, ayrıca su verilmesine gerek yoktur.



www.afiyethastanesi.com
0850 440 44 44
f t i a fiyethastanesi



ÖZEL
AFIYET
HASTANESİ

**Özel bir kokusu vardır,
bebeğin gözü kapalı olsa da meme
başını bulmasını sağlar.**



www.afiyethastanesi.com
0850 440 44 44
f t i a fiyethastanesi



ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ

Anne sütü ,büyüme faktörü ierdiği iin bebekler daha iyi büyürler



www.afiyethastanesi.com
0850 440 44 44
f t i a fiyethastanesi



ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ

**Anne sütünün içinde bebeği kanserden
koruyucu
maddeler bulunur.**

**Anne sütünün içerdiği maddeler bebeği
rahatlatır, gevşetir,
ağrıyı azaltır,
Daha abuk uykuya dalmasını sağlar.**



www.afiyethastanesi.com
0850 440 44 44
f t i a fiyethastanesi



ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ



**Bebekler anne sütünü
tamamen ve kolaylıkla
sindirir.**

**Anne sütünü alan
bebeklerde,
karın ağrısı ve
kabızlık daha az görülür**

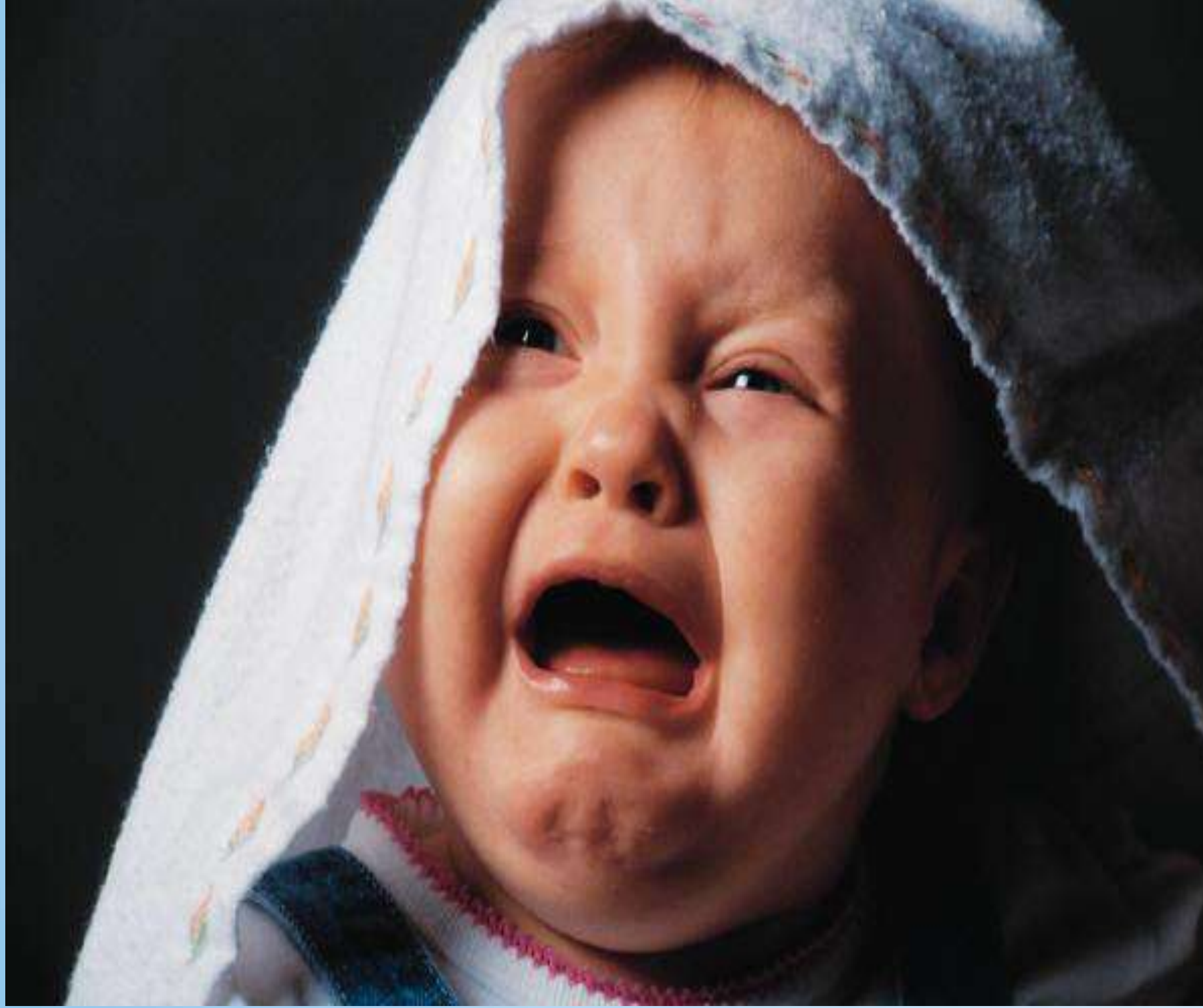


www.afiyethastanesi.com
0850 440 44 44
f t i a fiyethastanesi



ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ

Emzirilen bebekler daha az ağlarlar.



www.afiyethastanesi.com
0850 440 44 44
f t i a fiyethastanesi



ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ

**Anne sütü bebegn zekasını
8 -10 puan artırır.**



**Anne sütü alan bebekler,
diğer besinlerle beslenen bebeklerden
daha zeki olurlar.**



www.afiyethastanesi.com
0850 440 44 44
f t i a fiyethastanesi



ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ

Anne sütü ile beslenen bebeklerde;

- Konuşma problemi,
- Őeker hastalığı,
- Lenf kanseri,
- Kansızlık ve
- DiŐ çürükleri daha az görülür



www.afiyethastanesi.com
0850 440 44 44
f t i a fiyethastanesi



ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ



Uzun Süre Emzirme ile;

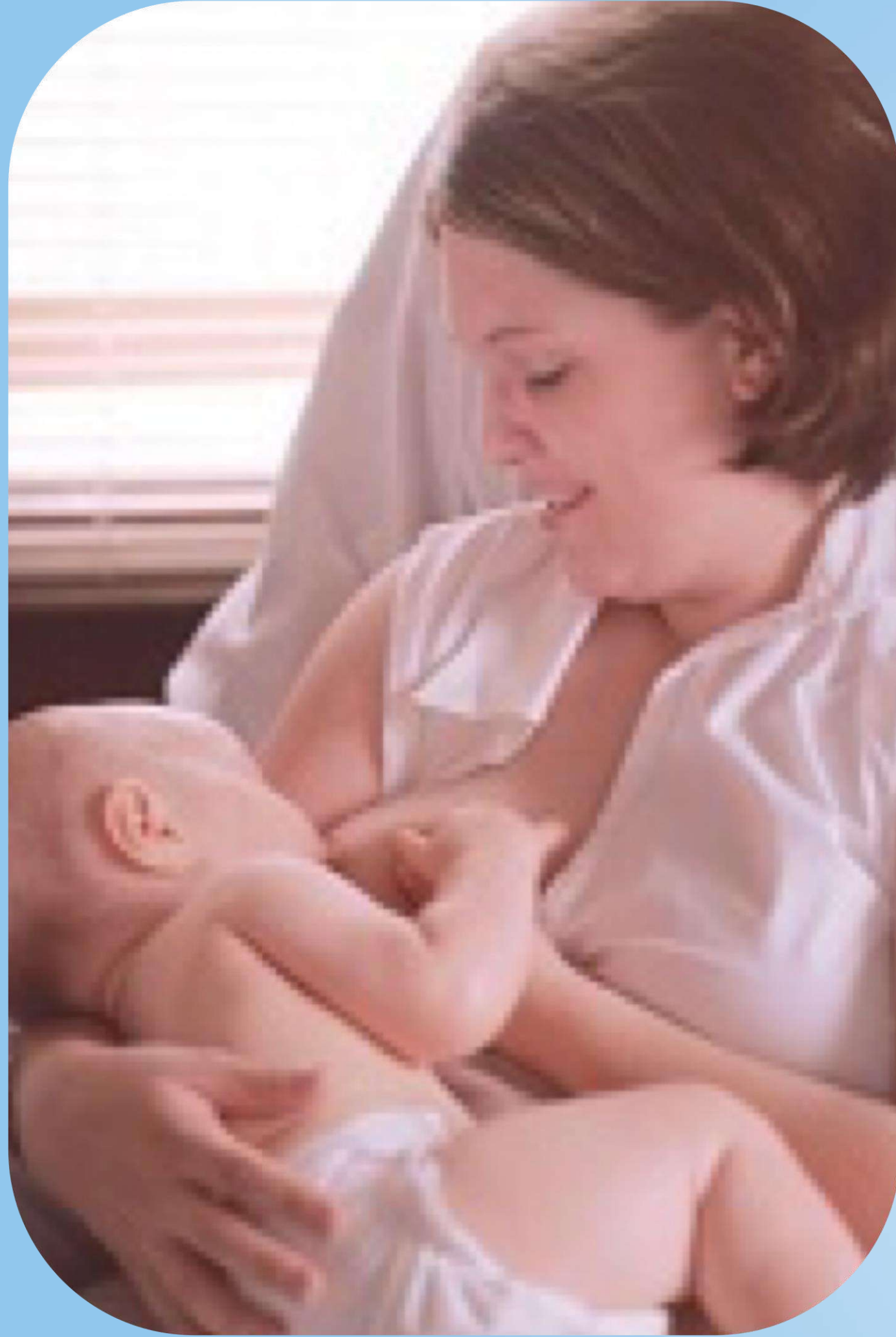
- Ortakulak iltihabı riski azalır.
- Alerjiye karşı koruyucudur.
- Bebeği pişikten korur.
- Solunum yolu hastalıkları daha az görülür.



www.afiyethastanesi.com
0850 440 44 44
f t i a fiyethastanesi



ÖZEL
AFIYET
HASTANESİ



İdeal bir besin olan ve olumlu etkileri yaşam boyu devam eden anne sütü ile beslenme her çocuğun en doğal hakkıdır.

Bebeğin yaşama şansını artırır.



www.afiyethastanesi.com

0850 440 44 44

f t i a fiyethastanesi



ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ



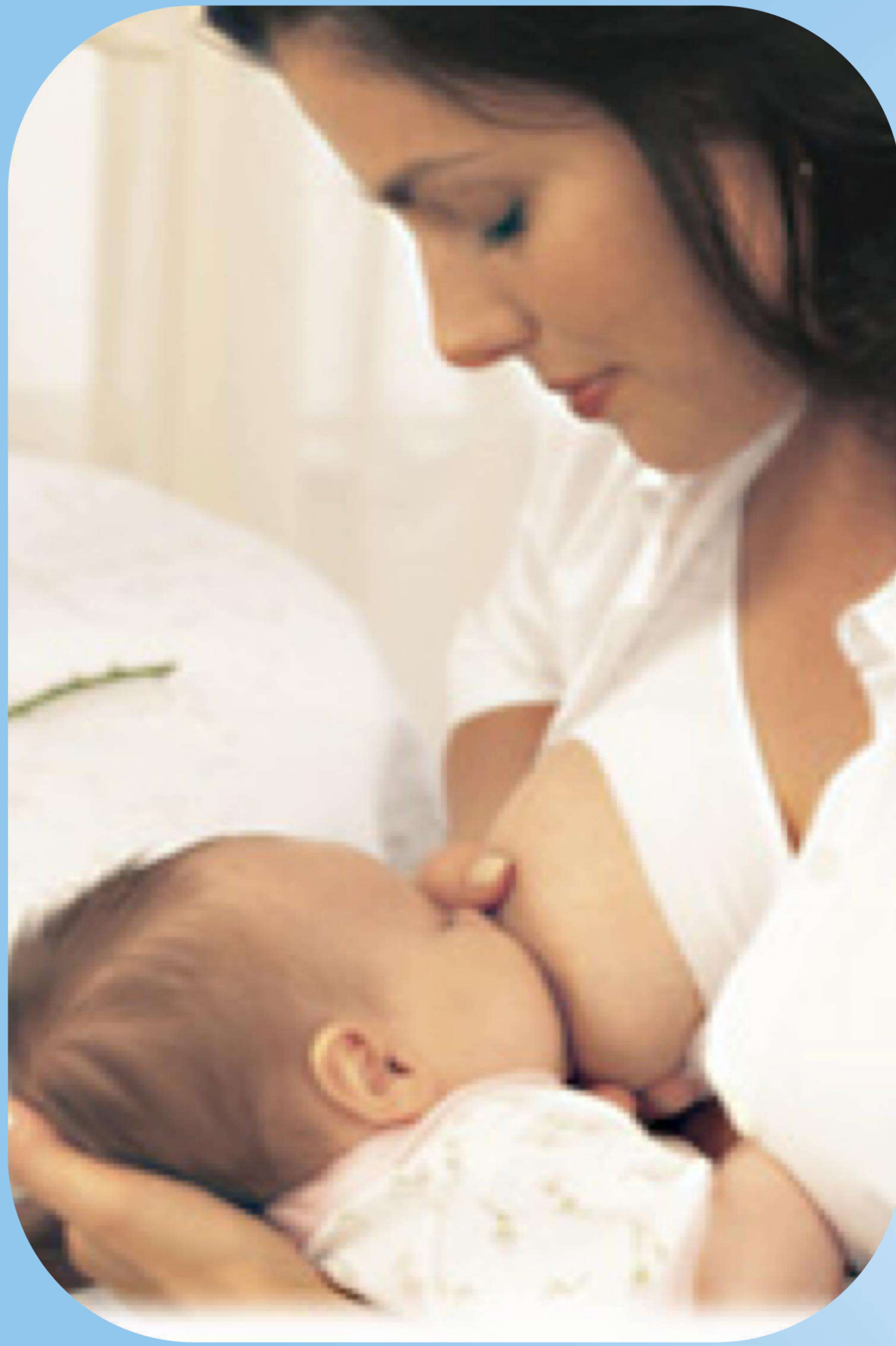
EMZİRMENİN ANNE SAĞLIĞINA “FAYDALARI” NEDİR?



www.afiyethastanesi.com
0850 440 44 44
f t i a fiyethastanesi



ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ



Emzirme,

- Annelerin meme kanseri,
- Rahim kanseri,
- Kansızlık (anemi) ,
- Kemik erimesi (osteoporoz)
- gibi hastalıklara yakalanma riskini azaltır.



www.afiyethastanesi.com

0850 440 44 44

f t i afiyethastanesi



ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ



Emzirme hormonları, anneyi gevşetir, daha çabuk uykuya dalmasını sağlar ve anneyi dinlendirir.

Emziren anneler eski kilolarına daha çabuk döner.



www.afiyethastanesi.com
0850 440 44 44
f t i afiyethastanesi



ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ

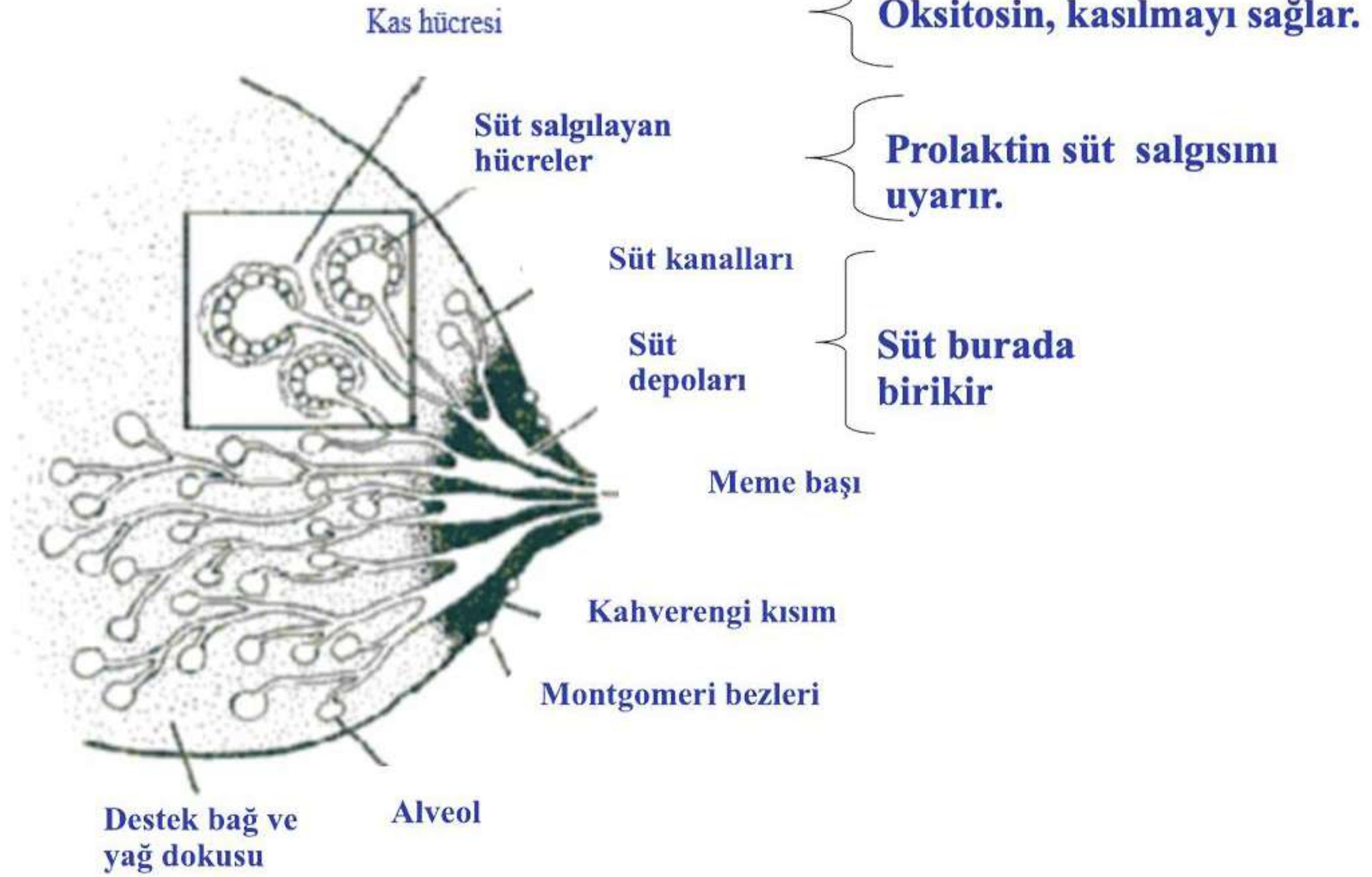
EMZİRME NASIL OLUYOR ?



www.afiyethastanesi.com
0850 440 44 44
f t i afiyethastanesi



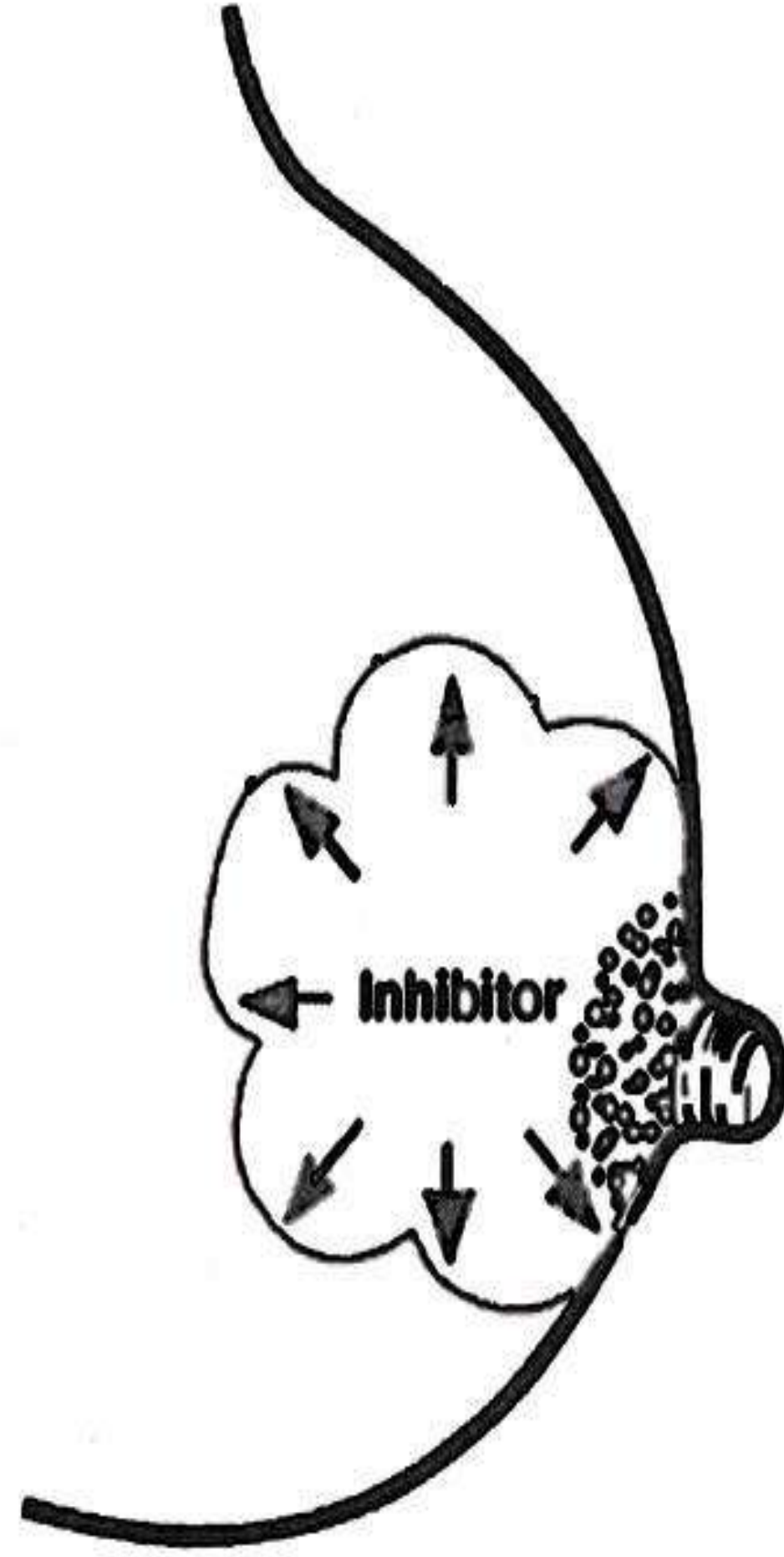
ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ



www.afiyethastanesi.com
0850 440 44 44
f t i afiyethastanesi



ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ



**Eğer meme,
süt ile
tamamen dolarsa
salgılama durur.**

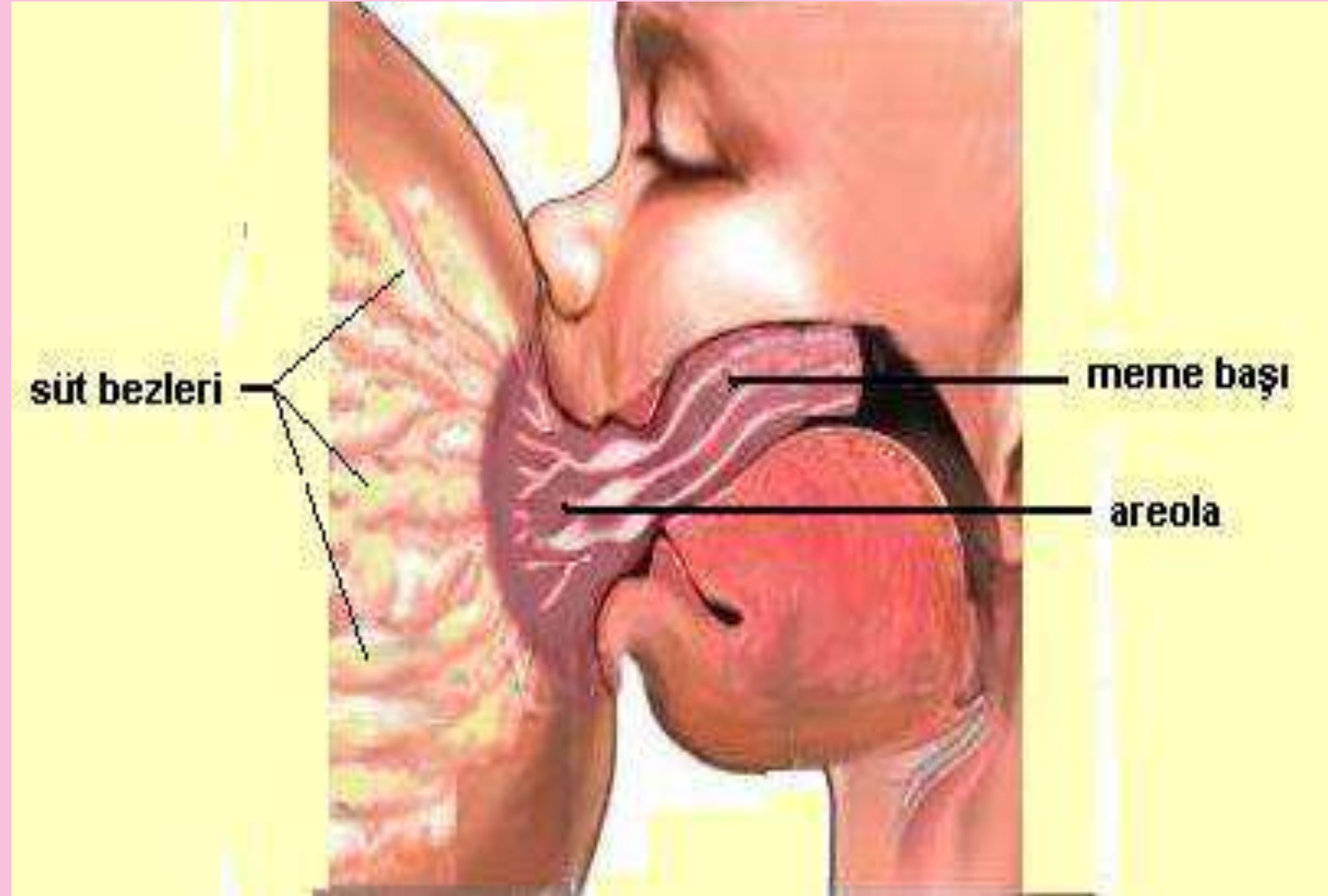


www.afiyethastanesi.com
0850 440 44 44
f t i afiyethastanesi



ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ

DOĞRU YERLEŐTİRME = DOĞRU EMZİRME

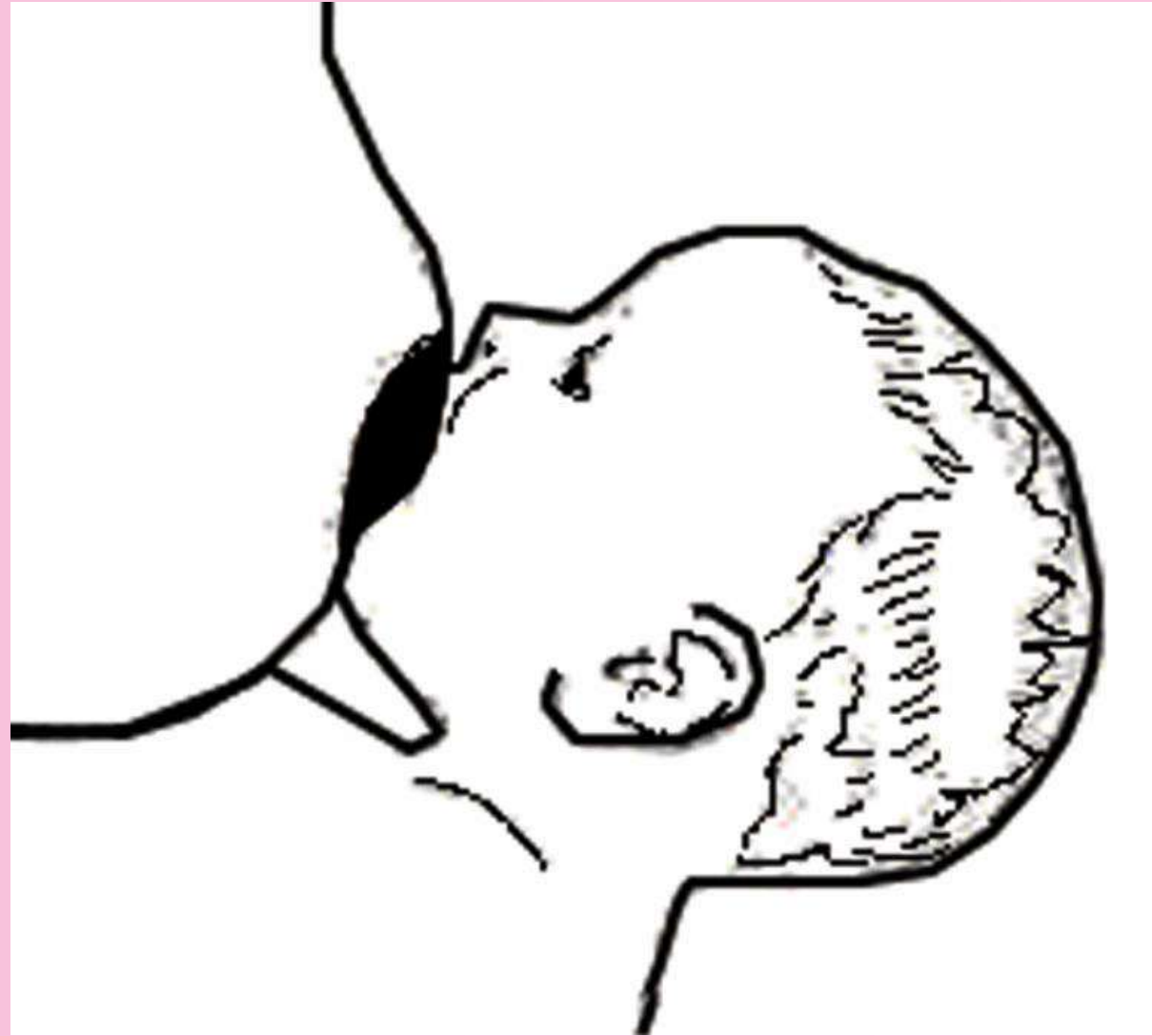


www.afiyethastanesi.com
0850 440 44 44
f t i a fiyethastanesi

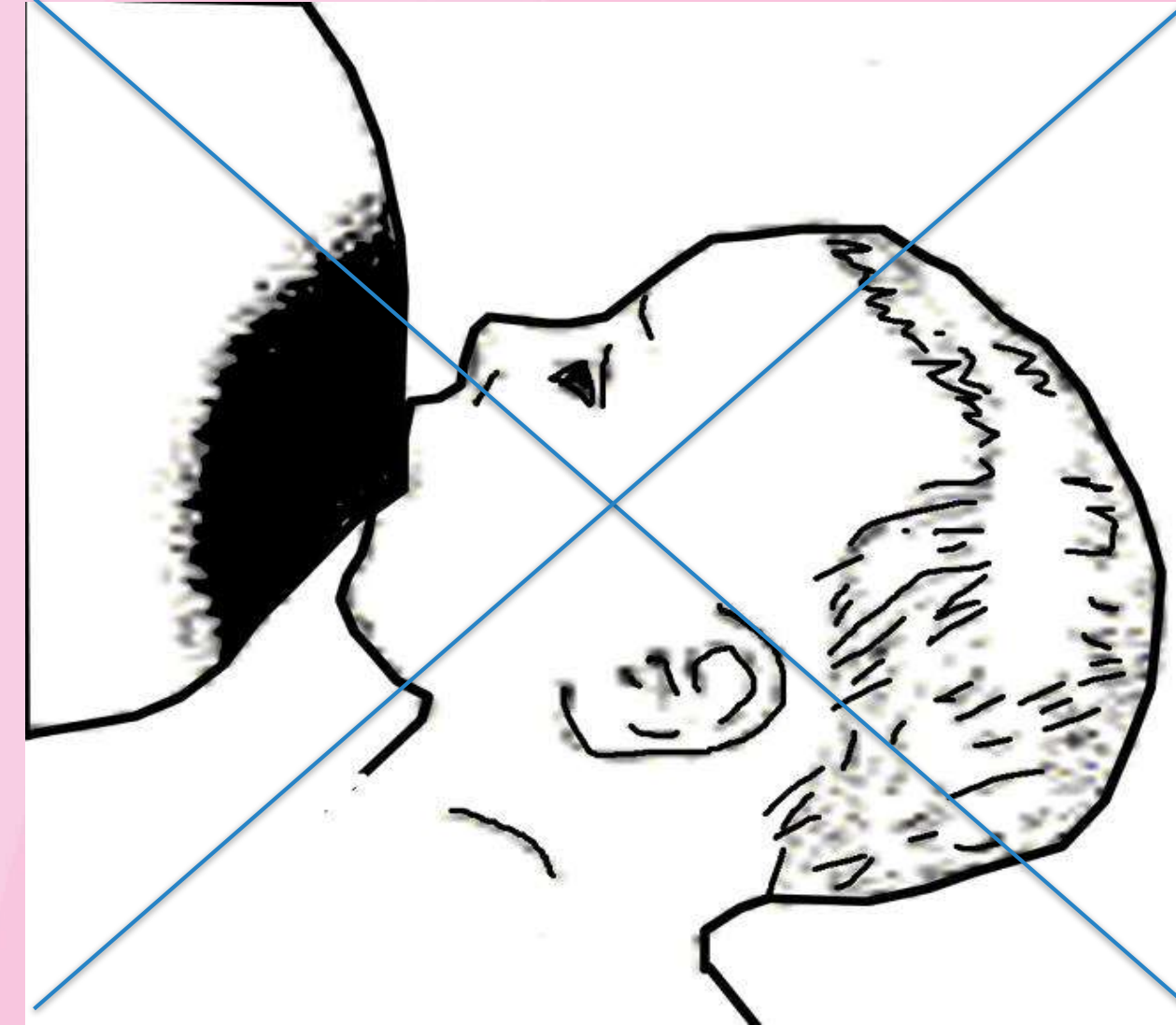


ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ

DOĞRU YERLEŐTİRME = DOĞRU EMZİRME



Doğru Emzirme



Yanlış Emzirme



www.afiyethastanesi.com
0850 440 44 44
f t i a fiyethastanesi



ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ



DOĞRU EMZİRME İÇİN;

- **Emzirme için anne rahat bir yere oturmalı,**
- **Bebeğin başı annenin dirseğinin içinde olmalı,**
- **Bebek tamamen anneye dönük ve en yakın temasta olmalıdır.**



www.afiyethastanesi.com
0850 440 44 44
f t i afiyethastanesi



ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ



**Bebek ağzını kocaman ağtığında,
bebeğin ağzına bolca kahverengi kısmı
doldurmak gerekir.**



www.afiyethastanesi.com
0850 440 44 44
f t i a fiyethastanesi



ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ



Memeye İyi Yerleşmiş Bebek



www.afiyethastanesi.com
0850 440 44 44
f t i afiyethastanesi



ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ



Bebek memeye iyi yerleşmediğinde, bebek memede asılı kalmış gibi gözükür

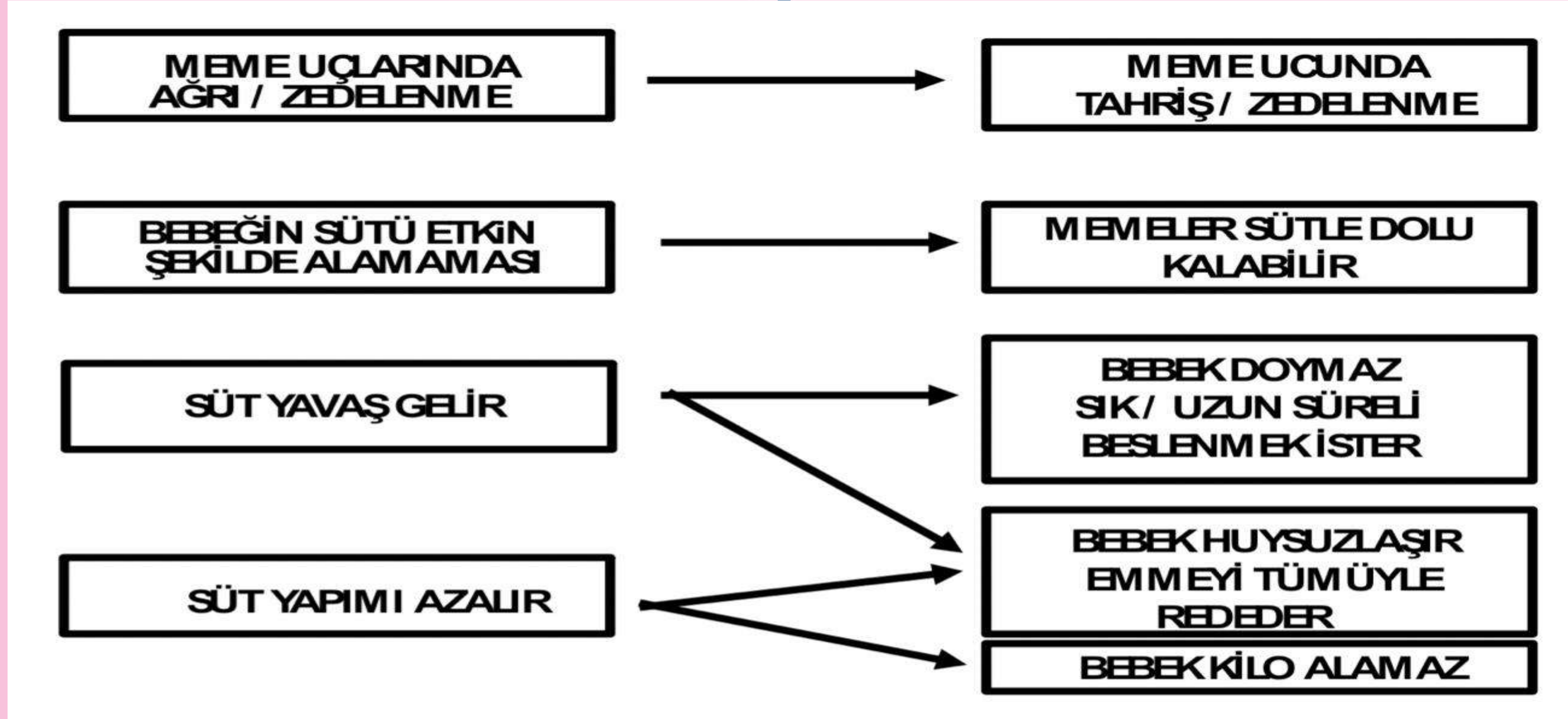


www.afiyethastanesi.com
0850 440 44 44
f t i a fiyethastanesi



ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ

BEBEĞİN MEMEYE YANLIŞ YERLEŐTİRİLMESİNİN SONUÇLARI



www.afiyethastanesi.com

0850 440 44 44

f t i a afiyethastanesi



ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ



EMZİRME POZİSYONLARI



www.afiyethastanesi.com
0850 440 44 44
f t i a fiyethastanesi



ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ



KUCAK POZİSYONU



www.afiyethastanesi.com
0850 440 44 44
f t i afiyethastanesi



ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ



TERS KUÇAK POZİSYONU



www.afiyethastanesi.com
0850 440 44 44
f t i a fiyethastanesi



ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ



KOLTUK ALTI POZİSYONU



www.afiyethastanesi.com
0850 440 44 44
f t i afiyethastanesi



ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ



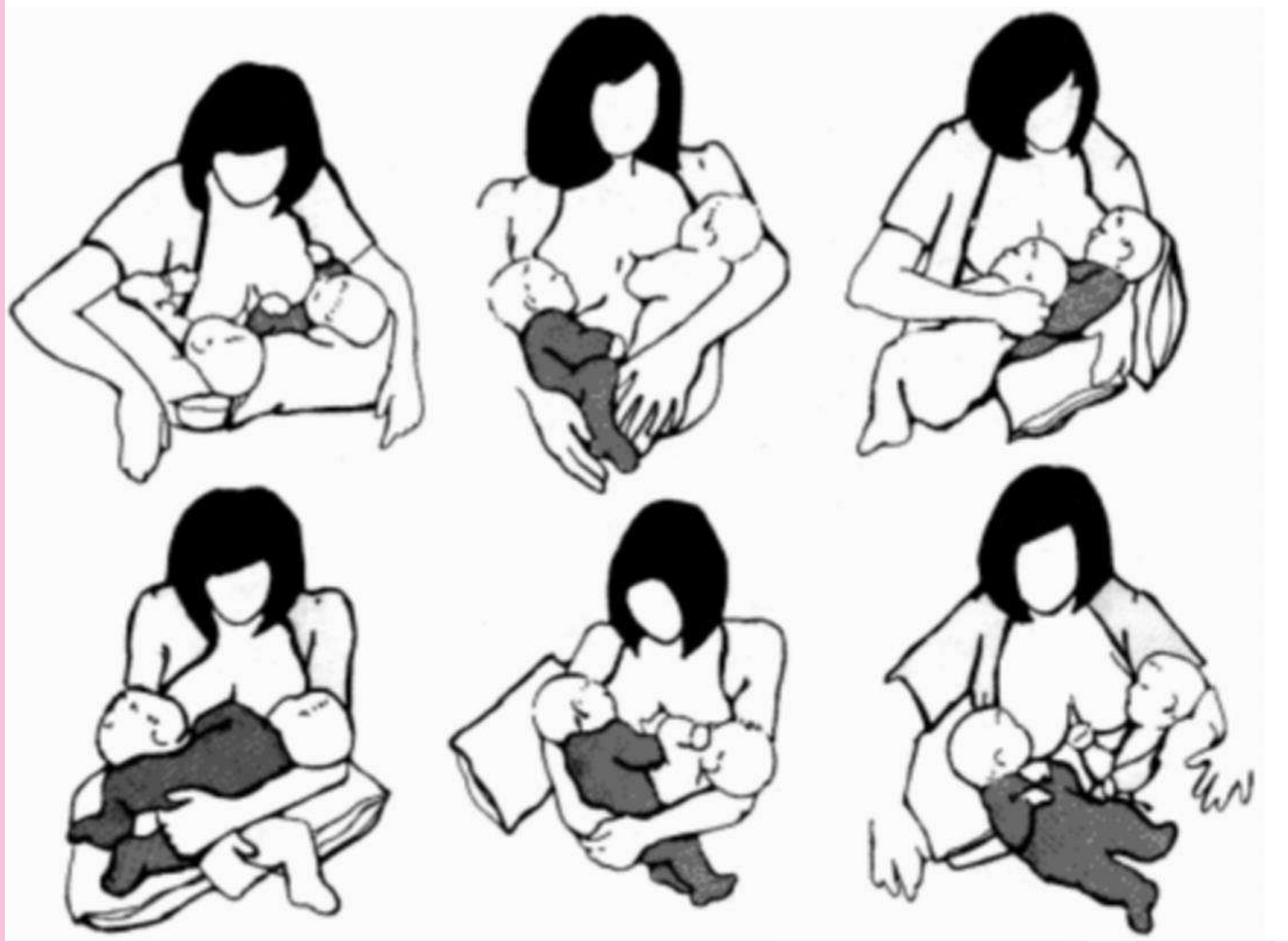
YATARAK EMZİRME



www.afiyethastanesi.com
0850 440 44 44
f t i a fiyethastanesi



ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ



İKİZ BEBEKLERİN EMZİRİLMESİ



www.afiyethastanesi.com
0850 440 44 44
f t i afiyethastanesi



ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ



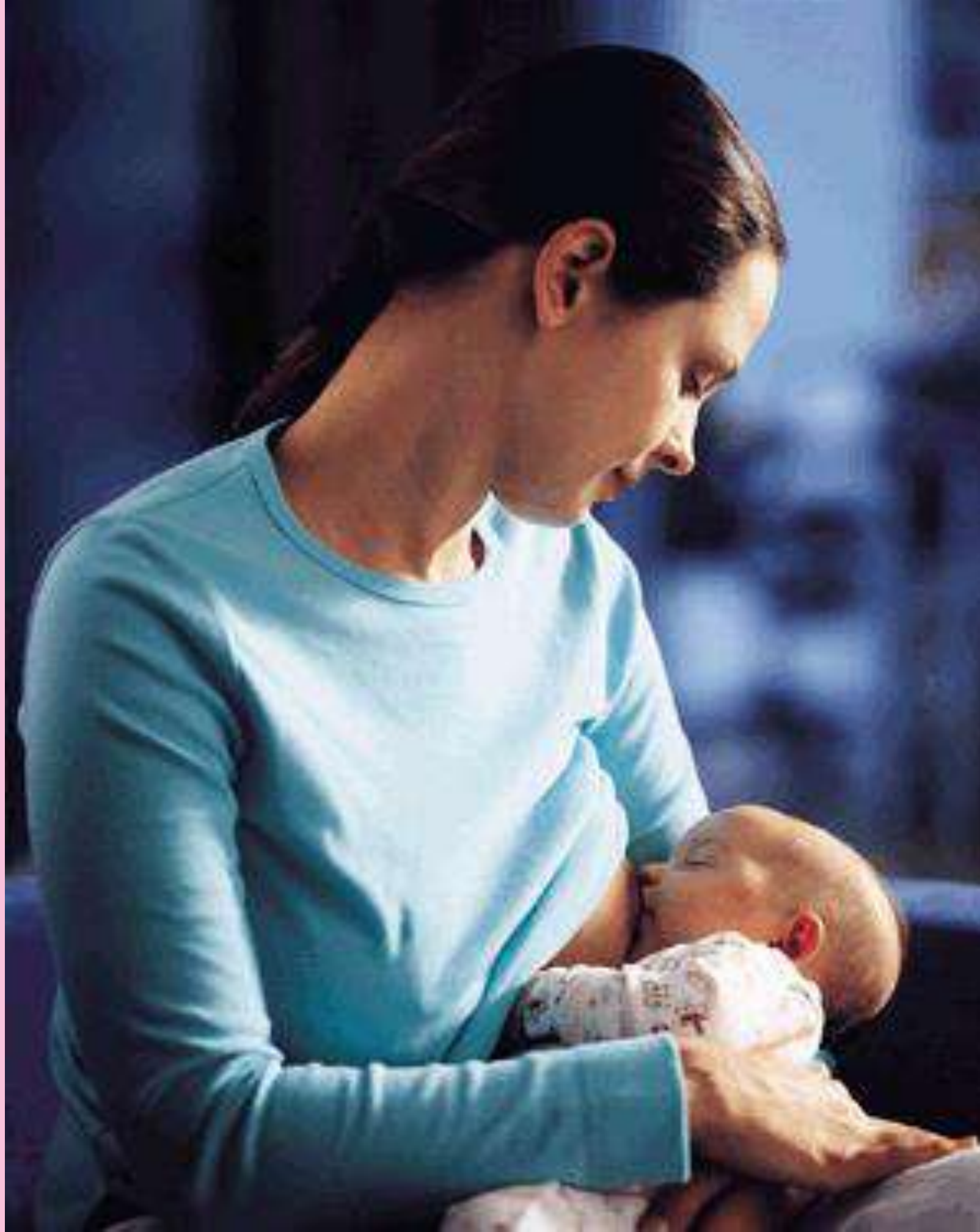
BİR EMZİRME ÖĞÜNÜNDE NASIL EMZİRELİM ?



www.afiyethastanesi.com
0850 440 44 44
f t i a fiyethastanesi



ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ



- Bir meme tamamen boşalana kadar emzirilmeli, bir sonraki emzirmede diğer meme emzirilmelidir.
- Bebek bir memeyi bitirdikten sonra ikinci memeyi emmişse sonraki emzirmede yarım kalan memeden başlanmalıdır.



www.afiyethastanesi.com
0850 440 44 44
f t i afiyethastanesi



ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ



Emzirme döneminde;
Her Emzirmeden sonra
1 Bardak Sıvı Alınmalıdır.
(süt, taze meyve suyu, ayran, su,
limonata vs)



www.afiyethastanesi.com
0850 440 44 44
f t i a fiyethastanesi



ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ



YETERSİZ SÜT

- Bazen bebek yeterli süt alamaz
- Bazen anne yeteri kadar süt üretemeyebilir



www.afiyethastanesi.com
0850 440 44 44
f t i a fiyethastanesi



ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ

Yetersiz süt tanısında güvenilir bulgular;

- Yetersiz tartı alımı,

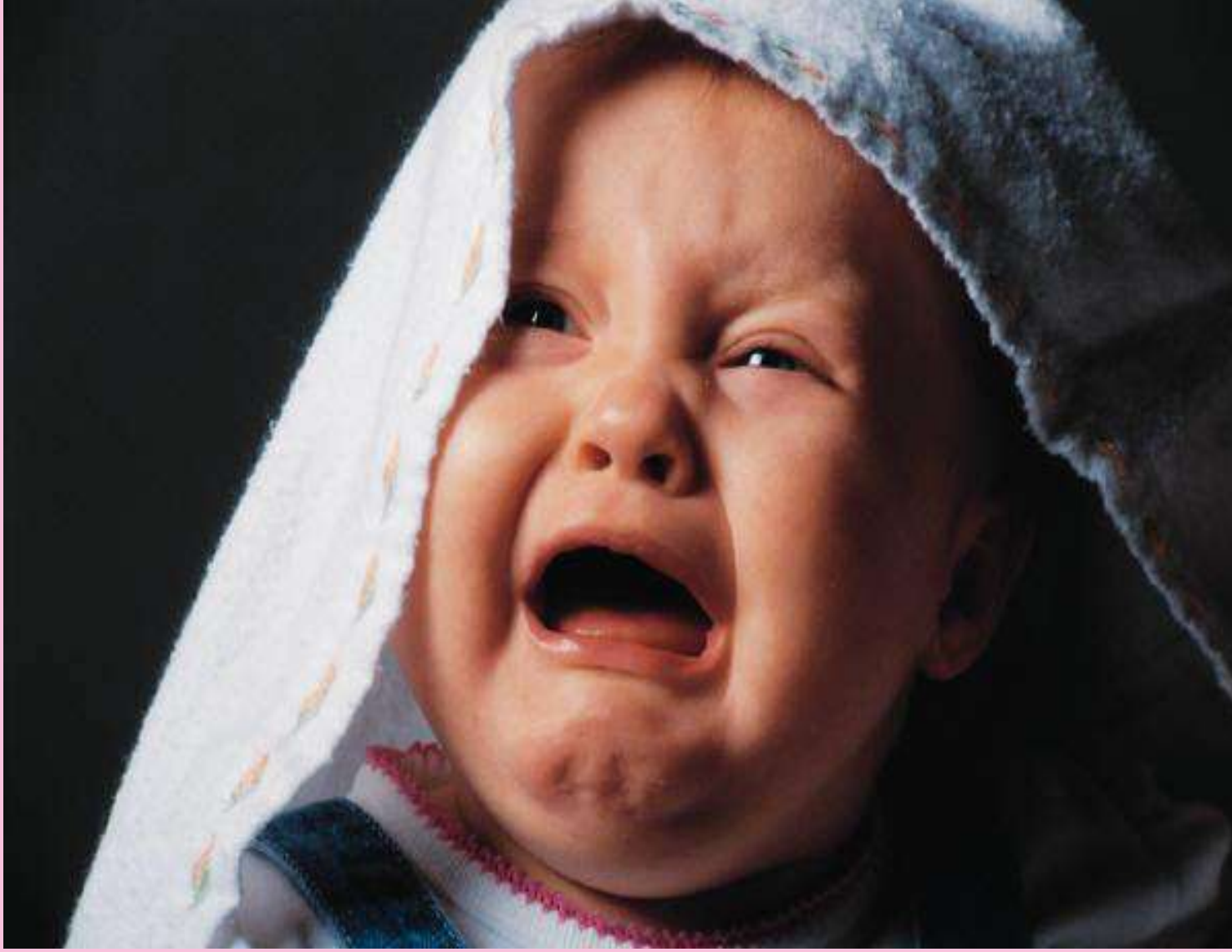
- Ayda 500 gramdan az,

(İkinci haftanın sonunda doğum tartısından az)

- Çok az miktarda, konsantre idrar çıkarması,

- Günde altıdan az,

- Sarı ve keskin kokulu



www.afiyethastanesi.com

0850 440 44 44

f t i a afiyethastanesi



ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ



BEBEĞİN YETERLİ ANNE SÜTÜ ALAMAMASININ NEDENLERİ

- Annenin psikolojik durumu
- Özgüven azlığı
- Kaygı, stres
- Emzirmeden hoşlanmama
- Bebeği kabullenememe
- Yorgunluk



www.afiyethastanesi.com
0850 440 44 44
f t i a fiyethastanesi

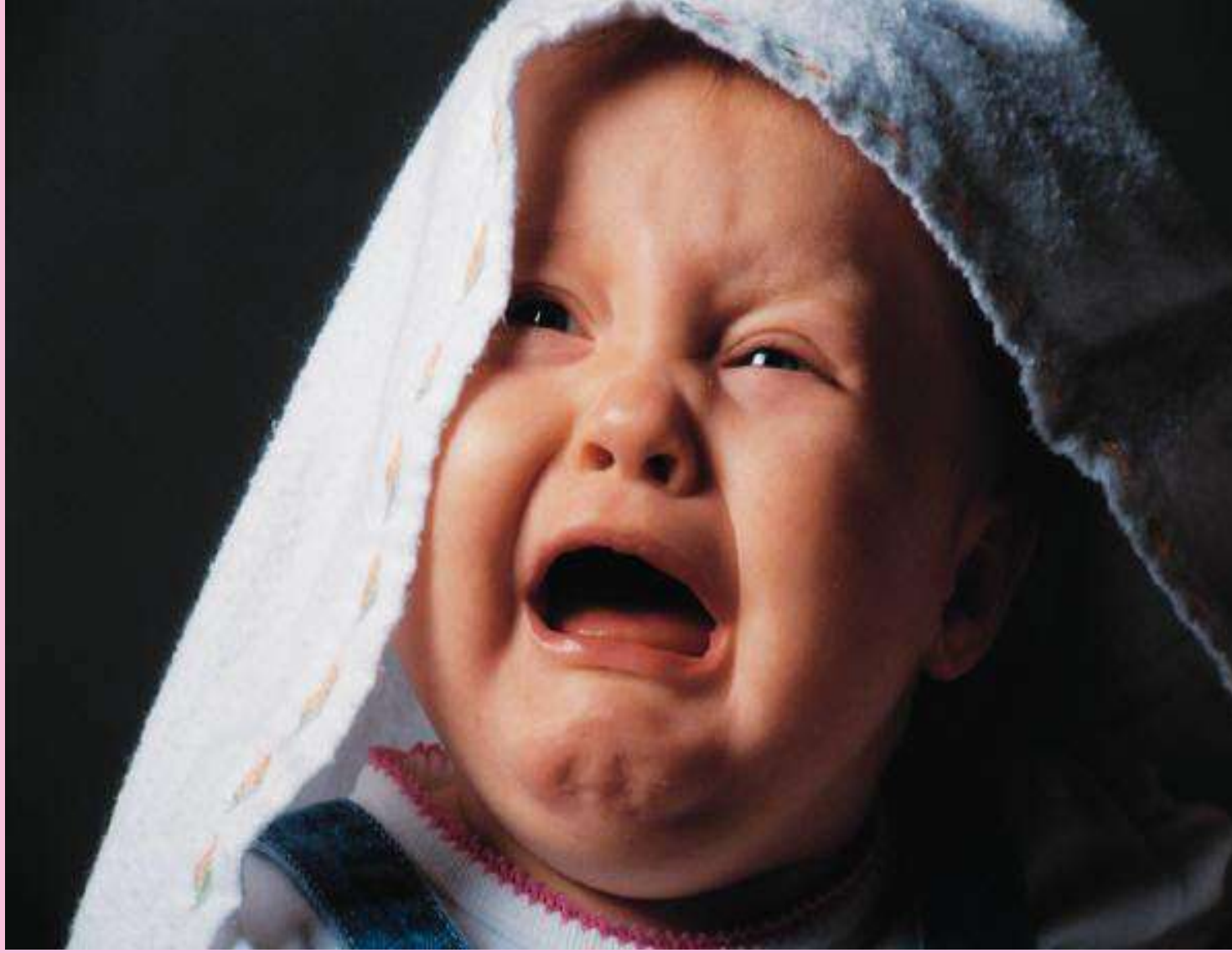


ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ

BEBEĞİN YETERLİ ANNE SÜTÜ ALAMAMASININ NEDENLERİ

Emzirme ile ilgili faktörler

- Geç başlama
- Sık emzirmeme
- Gece emzirmeme
- Kısa emzirme
- Memeye kötü yerleşme
- Biberon, yalancı emzik verme
- Ek besinler verme



www.afiyethastanesi.com
0850 440 44 44
f t i a fiyethastanesi



ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ

DAHA ÇOK SÜT ÜRETMEK İÇİN NE YAPMAMIZ GEREKİR?

Çok emzirme = Daha çok süt

Bebek her istediğinde emzirilmelidir.



www.afiyethastanesi.com
0850 440 44 44
f t i a fiyethastanesi



ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ



Bebek Her İstediginde Emzirmenin Yararları;

- Sütün gelmesi çabuklaşır.
- Bebek daha çabuk kilo alır.
- Kanal tıkanması türü sorunlar azalır.
- Emzirme alışkanlığı daha kolay yerleşir.



www.afiyethastanesi.com
0850 440 44 44
f t i afiyethastanesi



ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ



SÜT SAĞMA TEKNİKLERİ



www.afiyethastanesi.com
0850 440 44 44
f t i a fiyethastanesi



ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ

SÜTÜN SAĞILMASI YÖNTEMLERİ;

- Oksitosin Refleksinin Uyarılması
- Elle sağma
- Süt Sağma Pompası ile Sağma
- Enjektör Pompası



www.afiyethastanesi.com
0850 440 44 44
f t i a fiyethastanesi



ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ



OKSİTOSİN REFLEKSİ

- Sessiz bir yer
- Çocuğun eşyasına veya resmine bakma
- Ilık bir şeyler içme
- Memeleri ısıtma
- Meme uçlarını uyarma
- Memelere masaj yapma
- Sırt Masajı



www.afiyethastanesi.com
0850 440 44 44
f t i a afiyethastanesi



ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ

ELLE SÜT SAĞMAK;

- Ellerini yıka, geniş ağızlı temiz bir kap hazırla
- Elini C tekniğiyle tut,
- Kahverengi kısmın arkasındaki süt deposunu hisset, büyük bir fıstığa benzer
- Göğüs kafesine doğru bastır, parmakları birbirine doğru yaklaştır



www.afiyethastanesi.com
0850 440 44 44
f t i afiyethastanesi



ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ



- Bas ve bırak, bas ve bırak
- Yanlardan da aynı şekilde
- Meme ucuna asla bastırma

- Toplam 20-30 dakika
- Bir memeyi üç-beş dakika , sonra diğeri



www.afiyethastanesi.com
0850 440 44 44
f t i a fiyethastanesi



ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ

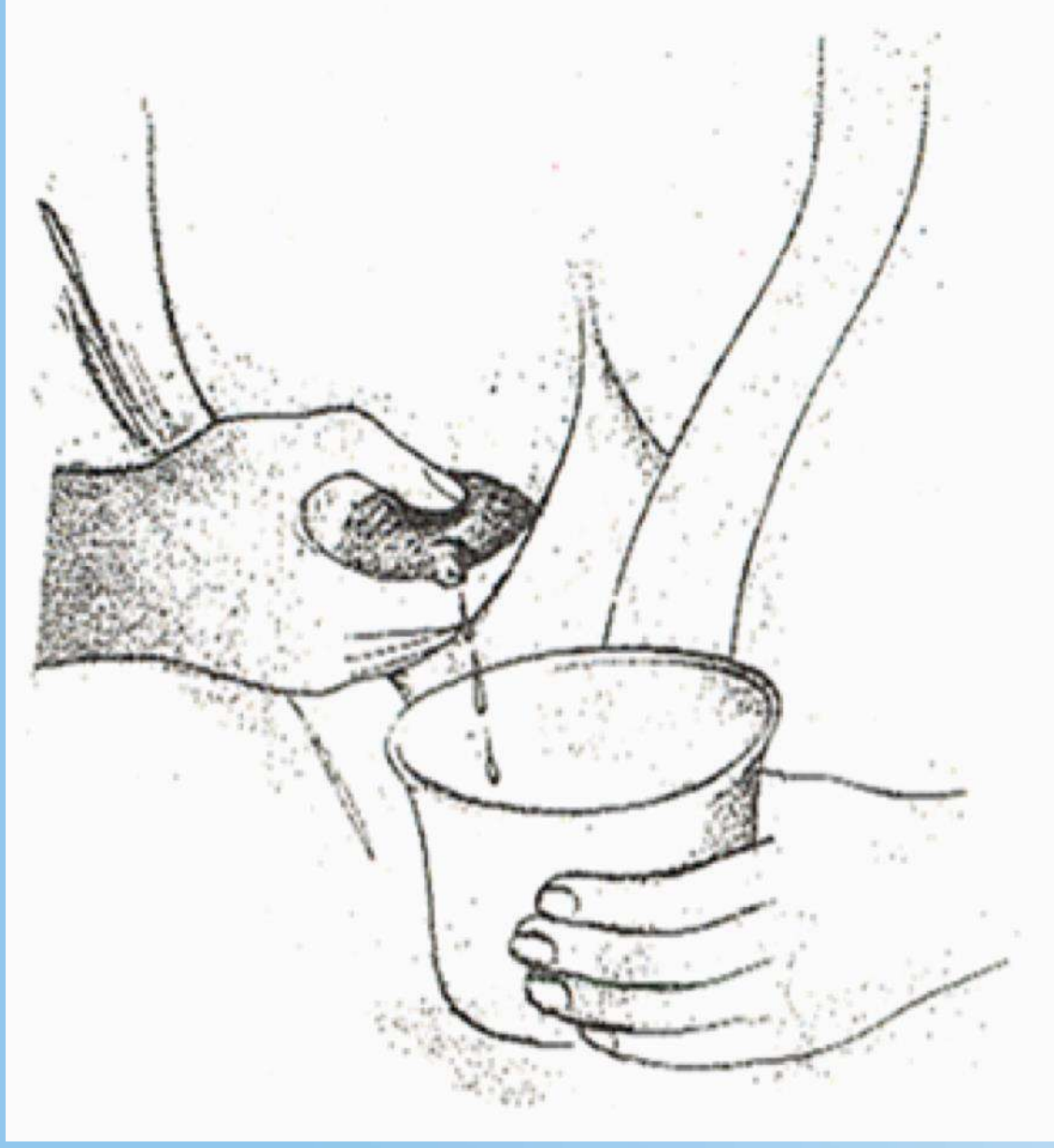
Emzirilen Bebeklere Emzik ve Biberon Verilmemelidir.



www.afiyethastanesi.com
0850 440 44 44
f t i a fiyethastanesi



ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ



SAĞILMIŞ SÜT BEBEĞE NASIL VERİLİR?

Sağılan anne sütü kaşık veya bardakla verilmelidir. Biberon verilmemelidir. Çünkü biberon verilmesi ile bebek anne memesini reddedebilir.

Biberon emziğine alışan bir bebek, memeyi iyi kavrama alışkanlığını da kaybedebilir ve meme yerine meme ucunu emmeye çalışır. Bu da meme çatlaklarına ve en önemlisi bebeğin yeterince anne sütü alamamasına yol açar.



www.afiyethastanesi.com
0850 440 44 44
f t i a fiyethastanesi



ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ

Sağılan süt bebeğe verilirken; Kap ve Kaşık yöntemi



www.afiyethastanesi.com
0850 440 44 44
f t i a fiyethastanesi



ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ

Sağılan süt bebeğe verilirken; Enjektör Yöntemi



www.afiyethastanesi.com
0850 440 44 44
f t i a fiyethastanesi



ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ

SAĞILMIŞ SÜT NASIL SAKLANIR ?

Temizliğe dikkat edilerek sağılan anne sütü

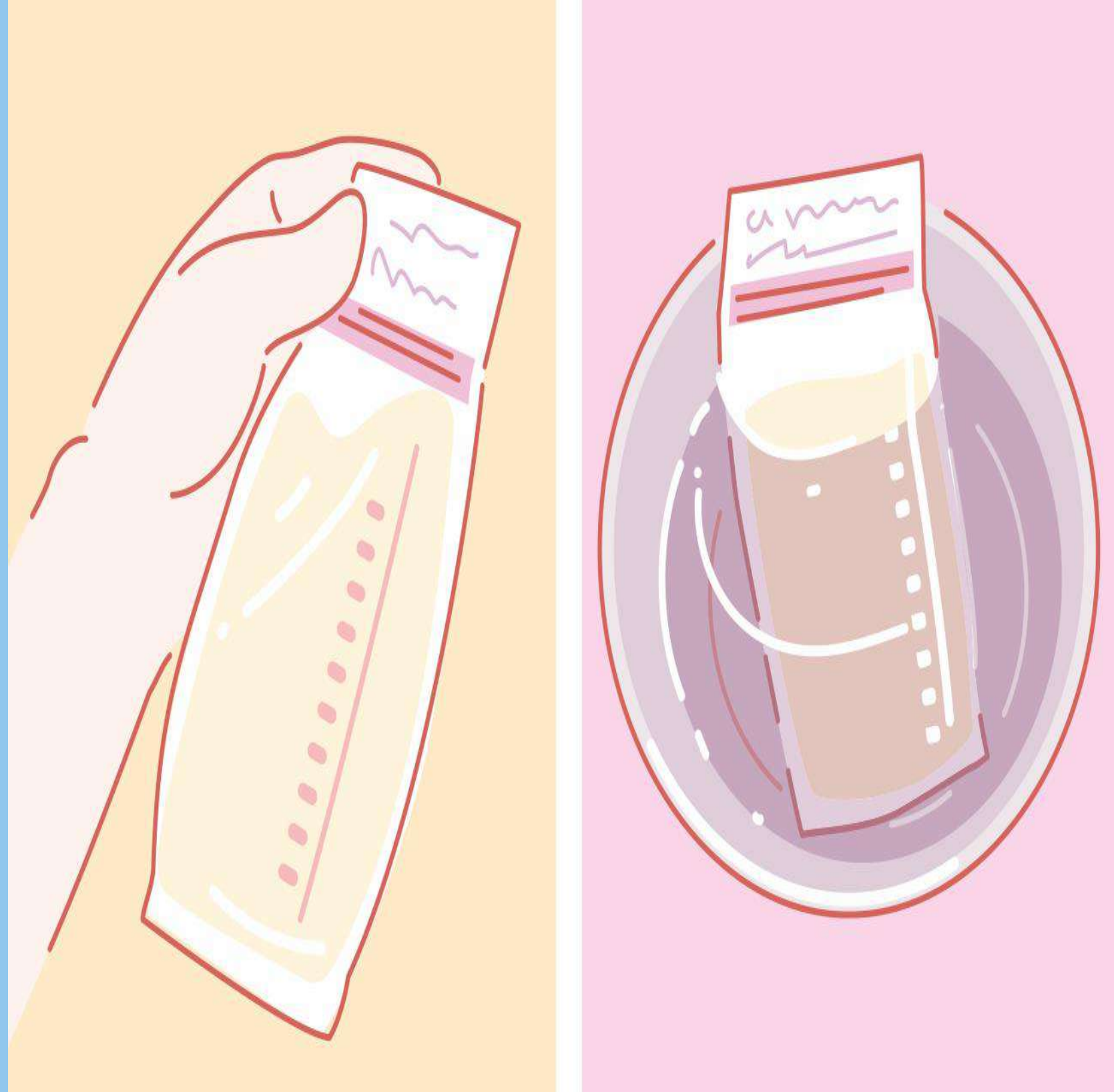
- Oda sıcaklığında (16-29 derecede serin, loş ortamda) 4 saat,
- Buzdolabı rafında (+4 derecede) 4 gün,
- Derin dondurucuda (-18 derecenin altında) 6 aya kadar saklanabilir,
- Ayrıca uygun kaplarda veya poşetlerde saklanmalıdır. Kaplanın üzerine mutlaka tarih ve sağılan saat yazılmalıdır.



www.afiyethastanesi.com
0850 440 44 44
f t i a fiyethastanesi



ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ



SÜTÜN ISITILMASI

Derin dondurucudan çıkarılan dondurulmuş anne sütü öncelikle direkt oda ısısında değil, buzdolabının içinde çözündürülmelidir.

İçinde anne sütü olan kap, sıcak su dolu başka bir kabın içine konarak çözünmüş sütün ılınması sağlanıp, bebeğe verilmelidir.



www.afiyethastanesi.com
0850 440 44 44
f t i a fiyethastanesi



ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ



BİR ANNE, NE KADAR SIKLIKLA SÜTÜNÜ BOŞALTMALIDIR?

- 3 saatte bir
- Günlük emzirme sıklığına göre



www.afiyethastanesi.com
0850 440 44 44
f t i a fiyethastanesi



ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ

SÜTÜN SAĞILMASI HANGİ DURUMLARDA YARARLIDIR ?



- Tıkanık (şiş) memeyi rahatlatmak
- Süt birikmesi
- Çökük meme başı
- Emmesi sorun olan bebek
- Memeyi reddeden bebek
- Düşük Doğum Ağırlıklı bebek
- Hasta bebek
- Hasta anne
- Anne işe başlamışsa
- Dolu memeyi almayı kolaylaştırmak için



www.afiyethastanesi.com
0850 440 44 44
f t i a fiyethastanesi



ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ



Emzirme Anne İçin
Bir Görev Değil Haktır.
Teşekkürler



www.afiyethastanesi.com
0850 440 44 44
f t i afiyethastanesi



ÖZEL
AFİYET
HASTANESİ