

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HALK SAĞLIĞI ANABİLİM DALI TOPLUM İÇİN BİLGİLENDİRME DİZİSİ-(2019/2020-84)

DÜNYA EMZİRME HAFTASI 1-7 AĞUSTOS (2020)

1990 yılında Floransa, İtalya’da ilan edilmiş olan Innocenti (*It. Masum*) Bildirgesi ile anne sütünün önemi ve emzirmenin korunması, geliştirilmesi ve desteklenmesine için izlenmesi gerekli politikalar belirlenmiş ve ülkeler tarafından imzalanarak ülkelerin iç uygulamaları başlamıştır.¹ 1992 yılından itibaren Dünya Sağlık Örgütü ve UNICEF iş birliği ile bu bildirgeyi hatırlatmak, kutlamak, farkındalığını artırmak ve amaçlarının uygulanmasını sağlamak amacıyla 1-7 Ağustos tarihleri tüm dünyada Emzirme Haftası olarak kutlanmaktadır.^{2,3}

Anne sütü, yeni doğan ve bebekler için ideal bir besindir. Güvenli, temiz ve birçok hastalığa karşı koruyucu niteliktedir. Anne sütü, bebeğin yaşamının ilk aylarında ihtiyaç duyduğu tüm enerjiyi, besin ve besin elementi ihtiyacının tamamını karşılamaktadır. Anne sütü ile beslenme; doğumdan itibaren yaşamın ilk altı ayında su dahi verilmeksizin bebeğin tüm ihtiyacını karşılamakta olup, yaşamın ikinci yarısında bebeğin tüm beslenme ihtiyacının %50’sini, 12-24 aylık dönemde ise bebeğin besin ihtiyacının %30’unu karşılamaktadır. Dünya Sağlık Örgütü ve bilimsel yayınlar da bebeklerin yaşamlarının ilk altı ayında sadece anne sütüyle beslenmeleri ve sonrasında yeterli-dengeli ek gıdalar eklenerek emzirme en az iki yaşına kadar devam ettirilmelidir.⁴

Emzirilen çocukların beyin ve zihin gelişimlerinin daha iyi olduğu, fazla kilolu veya şişman olma risklerinin ve yaşamlarının ilerleyen dönemlerinde beslenmeye bağlı kronik hastalıklara yakalanma olasılıklarının daha düşük olduğu bilinmektedir. Ek olarak emzirmenin anneleri meme ve over kanserlerinden koruduğu gösterilmiştir.⁴

Emzirmenin anne ve çocuk sağlığı üzerindeki önemine rağmen dünyada bebeklerin ilk altı aylık dönemde %40’ı sadece anne sütü ile beslenmektedir.⁵ Yüksek gelirli ülkelerde, beş bebekten biri emzirilmemekte, düşük ve orta gelirli ülkelerde, neredeyse tüm bebekler emzirilmektedir. İki yaşında emzirilen çocukların yüzdesi; Güney ve Doğu Afrika’da %86, Batı ve Orta Afrika’da %98, Orta Doğu ve Kuzey Afrika’da %63, Güney Asya’da %99, Doğu Asya ve Pasifikte %78, Latin Amerika ve Karayipler’de %65, Doğu Avrupa ve Orta Asya’da %70’tir.⁶ Ülkemizde TNSA 2018 verilerine göre doğumdan sonraki bir saatte emzirilme sıklığı %71, doğumdan sonra ilk besin olarak anne sütü dışında herhangi bir besin yada ürünle beslenme sıklığı %42’dir. Altı aydan küçük çocukların %41’i ilk altı ayın herhangi bir dönemde sadece anne sütü ile beslenmektedir. İlk altı ay sadece anne sütü ile beslenme süresi ortalama 1,8 ay; toplam emzirme süresi

¹[İnternet] <http://worldbreastfeedingweek.org/2018/wp-content/uploads/2018/07/1990-Innocenti-Declaration.pdf> Erişim: 22.07.2020.

²[İnternet] [https://www.unicef.org/nutrition/index_24807.html#:~:text=The%20Innocenti%20Declaration%20was%20produced,SIDA\)%2C%20held%20at%20the%20Spedale](https://www.unicef.org/nutrition/index_24807.html#:~:text=The%20Innocenti%20Declaration%20was%20produced,SIDA)%2C%20held%20at%20the%20Spedale) Erişim: 22.07.2020.

³ [İnternet] [https://www.healthynewbornnetwork.org/event/world-breastfeeding-week-2020/#:~:text=World%20Breastfeeding%20Week%20\(WBW\)%20is,breastfeeding%20for%20a%20healthier%20planet.%E2%80%9D](https://www.healthynewbornnetwork.org/event/world-breastfeeding-week-2020/#:~:text=World%20Breastfeeding%20Week%20(WBW)%20is,breastfeeding%20for%20a%20healthier%20planet.%E2%80%9D) Erişim: 22.07.2020.

⁴ [İnternet] https://www.who.int/health-topics/breastfeeding#tab=tab_1 Erişim: 22.07.2020.

⁵[İnternet] <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/infant-and-young-child-feeding> Erişim: 22.07.2020.

⁶ BREASTFEEDING, A Mother’s Gift, for Every Child. UNICEF, 2018.

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HALK SAĞLIĞI ANABİLİM DALI TOPLUM İÇİN BİLGİLENDİRME DİZİSİ-(2019/2020-84)

ortalama 16,7 aydır.⁷

Etkili emzirme için belirli yöntemler bulunmaktadır. Ailelere bunun için uygun emzirme danışmanlığı verilmelidir. Gebelerin emzirmenin yararları ve gerekliliği konusunda bilgilendirilmesi, ikna edilmesi, kendilerine güvenlerinin sağlanması ve emzirmenin sürdürülmesi için desteklenmesi gerekmektedir. Annelerin doğumdan sonraki bir saat içerisinde emzirmeye başlaması sağlanmalıdır.⁸

Tüm bu durum küresel bir sağlık krizi yaratan COVID-19 pandemisinden de etkilenmektedir. Mevcut veriler salgın sürecinde emzirmeye devam edilmesinde bir problem olmadığını göstermektedir. Anne sütünün enfeksiyonlara karşı koruyuculuğu ve bağışıklık sistemini destekleyiciliğinin özellikle riskli dönemlerde daha da önemli olduğu unutulmamalıdır. Virüsün anne sütü ile bulaştığına dair bir veri bulunmamaktadır. Enfekte veya şüpheli annelerin bile maske kullanarak ve gerekli hijyen kurallarını uygulayarak emzirmeye devam etmesi önerilmektedir.⁹

Dünya Emzirme Haftası, emzirme ile ilgili konularda farkındalığı artırmak ve eylemleri canlandırmak için düzenlenen küresel bir kampanyadır. Her sene belirli bir tema belirlenerek bu amaçlar için çalışılmaktadır. Emzirmenin önemli bir sürdürülebilirlik stratejisi olması sebebiyle bu temalar Sürdürülebilir Kalkınma Hedefleri ile yakın ilişkili olarak hazırlanmaktadır.¹⁰ Yine aynı amaçla 2020 teması **“Daha sağlıklı bir gezegen için, emzirmeyi destekle.”** olarak belirlenmiştir.¹¹ Bu tema ile bebek beslemesinin çevre / iklim değişikliği üzerindeki etkisine ve gezegenin ve toplum sağlığı için emzirmeyi koruma, teşvik etme ve desteklemenin zorunluluğuna odaklanmaktadır. Bu yılın “Dünya Emzirme Haftası” teması; emzirme ve çevre / iklim değişikliği arasındaki bağlantıları vurgulayan küresel kampanyalar ile uyumludur.^{12,13}



⁷ [internet] http://www.hips.hacettepe.edu.tr/tnsa2018/rapor/sonuclar_sunum.pdf Erişim: 22.07.2020.

⁸ Altın RD. Başarılı bir emzirme nasıl olmalı?. Türk Dünyası Uygulama ve Araştırma Merkezi Yenidoğan Dergisi, 2(2), 342-360.

⁹ [internet] <https://www.unicef.org/turkey/hikayeler/covid-19-salg%C4%B1n%C4%B1-s%C4%B1ras%C4%B1nda-g%C3%BCvenli-emzirme> Erişim: 22.07.2020.

¹⁰ [internet] <https://waba.org.my/wbw/> Erişim: 22.07.2020.

¹¹ [internet] [https://www.healthynewbornnetwork.org/event/world-breastfeeding-week-2020/#:~:text=World%20Breastfeeding%20Week%20\(WBW\)%20is,breastfeeding%20for%20a%20healthier%20planet.%E2%80%9D](https://www.healthynewbornnetwork.org/event/world-breastfeeding-week-2020/#:~:text=World%20Breastfeeding%20Week%20(WBW)%20is,breastfeeding%20for%20a%20healthier%20planet.%E2%80%9D) Erişim: 22.07.2020.

¹² [internet] [https://www.healthynewbornnetwork.org/event/world-breastfeeding-week-2020/#:~:text=World%20Breastfeeding%20Week%20\(WBW\)%20is,breastfeeding%20for%20a%20healthier%20planet.%E2%80%9D](https://www.healthynewbornnetwork.org/event/world-breastfeeding-week-2020/#:~:text=World%20Breastfeeding%20Week%20(WBW)%20is,breastfeeding%20for%20a%20healthier%20planet.%E2%80%9D) Erişim: 22.07.2020.

¹³ [internet] <https://worldbreastfeedingweek.org/> Erişim: 22.07.2020.