

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HALK SAĞLIĞI ANABİLİM DALI TOPLUM İÇİN BİLGİLENDİRME DİZİSİ (2018/2019-60)

DÜNYA EMZİRME HAFTASI 1-7 AĞUSTOS (2019)

İlk kez 1991 yılında “Dünya Sağlık Örgütü” (World Health Organization-WHO/DSÖ) ve “Birleşmiş Milletler Uluslararası Çocuklara Yardım Fonu” (United Nations International Children’s Emergency Fund-UNICEF) tarafından “Dünya Emzirme Haftası” fikri gündeme gelmiş olup 1992 yılından itibaren tüm Dünya’da her yıl 1-7 Ağustos haftasında kutlanmaktadır.¹ Bu haftanın amacı, bebeklerin doğumdan sonraki ilk bir saatte emzirilmelerini sağlamak, ilk 6 ay sadece anne sütü ile beslenmelerini arttırmak ve anne sütü ile beslenme farkındalığını yaygınlaştırmaktır.² Anne sütü, her bebeğin büyüme gelişmesi için ihtiyacı olan besin öğelerini doğumdan sonraki ilk 6 ayda tamamen, 6-12 ayda %50’sini ve 12-24 ayda % 33’ünü karşılamaktadır.³ Dünya Emzirme Haftası dünya genelinde emzirmenin önemini, anne sütüyle beslenmenin korunması, desteklenmesi ve yaygınlaştırılması ile ilgili “Innocenti Bildirgesi”ni hatırlatmak ve farkındalığı arttırmak için de fırsat yaratmaktadır.⁴

Anne memesinden ilk gelen anne sütü kolostrum-ağız sütü olarak adlandırılır ve yenidoğan bebek için optimal besin ihtiyaçlarının tamamını karşılar. Dünya Sağlık Örgütü doğumdan sonraki ilk saat içinde bebeklerin anne sütüyle beslenmesini, yaşamın ilk 6 ayında su dahi vermeden emzirilmesini ve en az iki yaşa kadar ek gıdalarla birlikte emzirilmeye devam edilmesini önermektedir.⁵ Dünya Sağlık Örgütü Avrupa Bölgesindeki 21 ülkenin verilerine göre bebeklerin %5-84’ü doğumdan sonraki ilk bir saat içinde emzirilmeye başlanmaktadır.⁶

UNICEF’in verilerine göre küresel ölçekte, altı aylıktan küçük bebeklerin yalnızca %40’ı anne sütüyle beslenmektedir. DSÖ’nün 2006-2012 dönemi verilerine göre DSÖ Avrupa Bölgesindeki ülkelerde doğan bebeklerin %25’i, DSÖ Güney-Doğu Asya Bölgesindeki ülkelerdeki bebeklerin ise %43’ü ilk 6 ayda emzirilmiştir.⁵ Anne sütü ile beslenmenin doğum sonrası ilk bir saatten daha geç olması, yenidoğan bebeklerin ölüm riskini yüzde 80’e kadar arttırabilmektedir. Yetmiş yedi milyon yenidoğan bebeğe (her iki bebekten biri) doğumu izleyen bir saat içinde anne sütü verilmemektedir. Bu durum bebeği hastalık ve ölümden koruyacak temel besin öğelerinden ve antikorlardan ve anneye olan ilk yakın temastan yoksun bırakmaktadır.¹ Hiç emzirilmeyen bebeklerde ölüm olasılığı yalnızca anne sütüyle beslenenlere göre 14 kat daha fazladır.⁷

¹ [Internet] <https://www.unicef.org/turkey/bas%C4%B1n-b%C3%BClenleri/unicef-t%C3%BCm-d%C3%BCnyada-77-milyon-yeni-do%C4%9Fan-%C3%A7ocuk-ilk-bir-saat-i%C3%A7inde-anne-s%C3%BCT%C3%BC> Erişim: 29.07.2019.

² [Internet] <http://www.icc.org.tr/icerik.php?id=25&kid=152> Erişim: 23.07.2019.

³ Bağcı T. Bebek Beslenmesi-Anne Sütü. Halk Sağlığı Temel Bilgiler (Güler Ç, Akın L. Ed.), Hacettepe Üniversitesi Yayınları, 2012, 3.Cilt, s.1273-83.

⁴ [Internet] <http://worldbreastfeedingweek.net/> Erişim: 23.07.2019.

⁵ [Internet] <https://www.who.int/topics/breastfeeding/en/> Erişim: 23.07.2019.

⁶ [Internet] <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4754616/> Erişim: 30.07.2019.

⁷ [Internet] https://www.unicefturk.org/yazi/haber_annesutu Erişim: 23.07.2019.

Bu doküman, Dr. Merve Büke ve Dr. Şeyma Aliye Kara tarafından, Öğr. Gör. Dr. Tülay Bağcı Bosi danışmanlığında 30.07.2019 tarihinde hazırlanmıştır. Bilgilendirme notunun aşağıda belirtilen şekilde kaynak gösterilmek şartıyla yazılı, elektronik,vb ortamlarda kullanılması önerilmektedir:

Büke M, Kara Ş, Bosi T. 1-7 Ağustos Dünya Emzirme Haftası Notu-HÜTF Halk Sağlığı AD Toplum İçin Bilgilendirme Serisi 2018/2019-60-[Internet] <http://www.halksagligi.hacettepe.edu.tr/>. Erişim:31.7.2019.

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HALK SAĞLIĞI ANABİLİM DALI TOPLUM İÇİN BİLGİLENDİRME DİZİSİ (2018/2019-60)

- ✓ Anne sütünün protein bileşimindeki ana madde olan whey proteinlerinin yüksek olması sindirimi kolaylaştırıp whey proteininin içinde bulunan anti-infektif maddelerle bebeğin enfeksiyonlara karşı korunması sağlanmış olur.
- ✓ Anne sütünün yağı doymamış yağ asitlerinden zengindir ve bebeğe gerekli olan enerjiyi sağlar. Anne sütünde bulunan uzun zincirli yağ asitleri ise bebeğin beyin ve retina gelişiminde önemlidir.
- ✓ Anne sütünün CHO'ı laktozdur. Laktoz enerji sağlaması yanı sıra kalsiyum emilimini artırır, beyin gelişimi için gerekli enerjiyi sağlar, bağırsaklarda zararlı bakterilerin üremesini önler.
- ✓ Anne sütünde biyoaktif içerik olarak epidermal büyüme faktörü (EGF), nöronal büyüme faktörü, insülin benzeri büyüme faktörü (IGF), vasküler endotelial büyüme faktörü, eritropoetin, kalsitonin ve somatostatin, adinopektin gibi maddeler bulunmaktadır. Bu maddeler bebeğin enfeksiyon hastalıklarına karşı direncini artırır, bebeğin sağlıklı büyümesini sağlar.
- ✓ Anne sütünde bebeğin bağışıklık sisteminin sağlıklı gelişiminde etkili olan hücreler, sitokinler, kemokinler, IgA, IgG, IgM, oligosakkaridler (yararlı organizmaların çoğalmasını sağlayan prebiyotik maddeler) ve defansinler olarak adlandırılan moleküller (laktoferrin, laktadherin, lizozim, alfa laktalbümin, müsinler ve nükleotidler) bulunmaktadır. Bu maddeler sağkalım üzerinde de çok önemli bir role sahiptir.⁸

Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması (TNSA)-2013 sonuçlarına göre tüm çocukların %96'sı bir süre emzirilmiştir ancak bunların bir kısmı temel kriterleri karşılamamaktadır. Bebeklerin %58'i yaşamın ilk ayında sadece anne sütü ile beslenmektedir. Bu yüzde çocuğun yaşıyla birlikte hızla azalmakta, 4-5 aylık bebeklerde %10'a kadar gerilemekte; yaşamın ilk 6-7 ayında su dahi verilmeden sadece anne sütüyle beslenme sıklığı %4,7'ye kadar düşmektedir. Yenidoğanların ancak %50'si doğumdan sonraki ilk bir saat içinde emzirmeye başlanmaktadır.⁹

Emzirme bebeğin sağlıklı büyüme gelişmesindeki en önemli faktördür. Anne sütü yaşayan bir besin olup toplumun sürekli bilgilendirilmesi ve emzirmeyi destekleyici eylemler yapılması gerekmektedir.³

Emzirme Eylemi için Dünya İttifakı (World Alliance for Breastfeeding Action (WABA) adlı sivil toplum kuruluşu tarafından 2016 yılından itibaren "Birleşmiş Milletler'in Sürdürülebilir Kalkınma Hedeflerine (SDG'ler)" göre "Dünya Emzirme Haftası" için her yıl yeni bir tema belirlenmektedir. Ebeveynlerin (anne ve babanın) bebek beslenmesi-annesütü-emzirme konusunda bilgilendirilmesi, güçlendirilmesi ve desteklenmesiyle emzirme hedeflerine ulaşılmasının bebekler için hayati önemi olduğu fikrinden yola çıkılarak 2019 yılında WABA **"Ebeveynleri Güçlendir, Emzirmeyi Etkin Hale Getir."** sloganıyla kampanya başlanmış ve sürdürmektedir.⁴

Türkiye'de her yıl olduğu gibi bu yılda anne sütüyle beslenmeyi artırma, farkındalığı geliştirme, bebek ve toplum sağlığını koruma ve güçlendirme için çalışmalar yapılmaktadır.

⁸ [Internet] http://www.neonatology.org.tr/wp-content/uploads/2016/12/term_beslenme_2018.pdf Erişim: 30.07.2019.

⁹ [Internet] http://www.hips.hacettepe.edu.tr/tnsa2013/rapor/TNSA_2013_ana_rapor.pdf Erişim: 29.07.2019.

Bu doküman, Dr. Merve Büke ve Dr. Şeyma Aliye Kara tarafından, Öğr. Gör. Dr. Tülay Bağcı Bosi danışmanlığında 30.07.2019 tarihinde hazırlanmıştır. Bilgilendirme notunun aşağıda belirtilen şekilde kaynak gösterilmek şartıyla yazılı, elektronik,vb ortamlarda kullanılması önerilmektedir:

Büke M, Kara Ş, Bosi T. 1-7 Ağustos Dünya Emzirme Haftası Notu-HÜTF Halk Sağlığı AD Toplum İçin Bilgilendirme Serisi 2018/2019-60-[Internet] <http://www.halksagligi.hacettepe.edu.tr/>. Erişim:31.7.2019.