

## AFET VE ACİL DURUMLARDA BEBEK VE ÇOCUK BESLENMESİ

*“İyi niyet ile yaptığımız yardımlar afetzedelere zarar vermemelidir.”*

Acil ve afet durumlarında ANNE SÜTÜ ile beslenme en temel ve güvenilir beslenme şeklidir. 47. Dünya Sağlık Asamblesi (DSA) üye ülkelere “Acil yardım operasyonlarının planlama, uygulama ve desteklenmesinde **BEBEKLERİN ANNE SÜTÜYLE BESLENMESİNİN KORUNMASI, ÖZENDİRİLMESİ ve DESTEKLENMESİNDE**” azami dikkatin gösterilmesini tavsiye etmiştir.

Bebek ve çocuklar afet durumlarında ciddi hastalıklara karşı özellikle incinebilir gruplardır, beslenmeleri çok dikkatli yapılmalıdır. Özellikle ishal ve benzeri hastalıklar ve de enfeksiyon hastalıklarından korumak için anne sütüyle beslenme çok önemlidir. Afet ve acil durumlarında emzirme hem anne hem de bebeğin güvende olmasını sağladığı için en yüksek öneme sahiptir. Her afet farklıdır. Deprem gibi doğal afetler pek çok olanaksızlıkları beraberinde getirir; depremzedelere ulaşma, sağlıklı suyun sağlanamaması, elektrik sağlamada güçlükler ve yardımların gecikmesi gibi. Ancak tüm afetlerin ortak noktası günlük hayatın bozulması, yaşam için gerekli servislerin çok zarar görmesi veya tamamen yok olması gibi durumları beraberinde getirmesidir. Acil durum küçük, büyük, uzun veya kısa olsa da ailelerin en büyük endişesi bebek ve çocuklarının hayatta kalmasıdır. Bu durumlarda bebek ve çocukların biberon ve formullar ile beslenmeleri yetersiz hijyen hazırlama koşullarından dolayı çok yüksek riske sahiptir. Acil ve afet durumlarında; bebek ve çocuklar için anne sütüyle beslenme-emzirme sürdürülebilir gıda güvenliği ve güvencesi olan tek faktördür.

Anne sütüyle besleme-emzirme, anne ve bebeğin sağlığını korumada en önemli etkidir.

- Anne sütü yaşamın ilk 6 ayında bebeğin tüm besin ihtiyaçlarını karşılar.
- Daha önceki aylarda bebeğin anne sütü alması kesilmiş olsa bile tekrar emzirmeye başlanabilir.
- Bebek 6 aylık olduğunda ek gıdalar başlanabilir; ancak bebeğin 2 yaş ve ileriki dönemlerde anne sütüyle beslenmeye devam etmesi çok önemlidir.

### Acil Durumlarda Anne sütü ile ilgili yanlış inanışlar;

- **Stres sütü keser:** Aşırı stres veya korkunun bir anlık sütün kesilmesine neden olabilmesine rağmen, bu tepkiler pek çok diğer anksiyeteye neden olan fizyolojik tepkimeler gibi geçicidir. İncanın aksine emzirme; stresi azaltan, anne ve bebeği sakinleştiren ve sevgi bağını geliştiren hormonlar salınmasına neden olur. Emzirme devam ettikçe anne sütü salınmaya devam eder.
- **Malnütrisyonlu Anne Emziremez:** Malnütrisyonlu annenin beslenmesinin desteklenmesi ile anne emzirmeye devam edebilir. Annenin beslenmesi desteklenerek bebeğin anne sütü alması sağlanır. Bebeklerin sağlıklı olmayan koşullarda formullarla beslenmesi bebeğin emmesini azaltır, enfeksiyon risklerini artırır.
- **Emzirme geri dönmez:** Bebeğin anne memesini konması ve emmeye başlaması anne sütü yapımını ve salgısını gerçekleştirir. Bazı durumlarda daha büyük çocukların emzirilmesi de anne sütü yapımına ve salgınasına yardımcı olur. Bu süreç uzun olabilir. Bu dönemde anneye olabilecek en iyi destek verilmelidir.

Bu doküman Dr. Murat Özbek ve Doç. Dr. Tülay Bağcı Bosi tarafından 11.02.2023 tarihinde hazırlanmıştır.

Bu bilgilendirme notunun aşağıda belirtilen şekilde kaynak gösterilmek şartıyla yazılı, elektronik vb. ortamlarda kullanılması önerilmektedir:

Özbek M., Bağcı Bosi T. Afet ve Acil Durumlarda Bebek ve Çocuk Beslenmesi. HÜTF Halk Sağlığı AD. AD Deprem Kaynaklı Afetlere Yönelik Toplum İçin

Bilgilendirme Serisi-2023/6.

[İnternet] <http://www.halksagligi.hacettepe.edu.tr/> Erişim: 11.02.2023

## HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HALK SAĞLIĞI ANABİLİM DALI DEPREM KAYNAKLI AFETLERE YÖNELİK TOPLUM İÇİN BİLGİLENDİRME DİZİSİ (2023/6)

- **Hasta bebeğin sıvıya ihtiyacı vardır:** İshal gibi durumlarda bile yeterli emzirilen bebek anne sütünden ihtiyacı olan suyu almaktadır. Acil ve afet durumlarında sağlıklı içme ve kullanma suyuna ulaşım olmaması nedeniyle, sağlıklı suyun veya bu sularla hazırlanan ürünlerin temiz olamayan kaplarla bebeğe veya çocuğa verilmesi hastalığın ciddiyetini artırabilir.
- **Acil durumlarda formullar gereklidir:** Afetten etkilenen bebek ve küçük çocuklara anne sütü yerine hazır ürünlerin önerilmesi çok **RİSKLİDİR**. Çok titizlikle ele alınmalı, olabilecek problemler bilinmeli ve kontrol altına alınmalıdır.

### **Formullar:**

- Sınırlı olarak çok özel afet durumlarında,
- Afet süresince,
- Sağlık bakımı, sağlıklı su, ısınma, yakıt ve ishal tedavisinin olabildiği,
- Afet sonrası optimal anne sütüne geri dönüş için plan ve programların olduğu durumlarda kısıtlı olarak gözlem altında sunulabilir.

**Anne sütü neden önemli:** Bebeklerin sağlıklı büyüme ve gelişmelerinin sağlanmasındaki en önemli etkidir. Anne sütü bebeğe verilebilecek her türlü üründen üstündür. Bebeğin ihtiyacına özeldir, yaşayan besindir. Anne sütü yerine geçebilecek ürün yoktur. Bebeğin her emzirilmesinde, anne sütü içeriği değişime uğrar.

**Yapay ürünler:** Emzirmenin önemini yok eder, yapay beslenme bebeklerde normal koşullarda bile sağlık problemlerine neden olabilir ki bu risk acil ve afetlerde daha da büyüktür. Yapay ürünler pek çok bilimsel ve karmaşık yöntemle üretilmiş olsalar bile hiçbir zaman anne sütü ile aynı olamaz. Anne sütü kopyalansa bile benzeyemezler çünkü her annenin sütü bebeğinin ihtiyacına göre yapılır ve bebeğin ihtiyacına göre sürekli değişim gösterir.

Afetlerde Emzirmenin Desteklenmesi ve Devamı için;

- ✓ Doğum sonrası ilk bir saatte veya en kısa zamanda emzirmeyi başlanmalı,
- ✓ Anne-bebek ten teması sağlanmalı,
- ✓ Bebeğin memeyi doğru tuttuğundan emin olunmalı,
- ✓ Bebek istedikçe emzirilmeli,
- ✓ Bebek memeyi kendiliğinden bırakmalı,
- ✓ Bebek su dahi verilmeden 6 ay sadece anne sütüyle beslenmeli,
- ✓ Bebek hastalandığında emzirilme sayısı artırılmalı,
- ✓ Bebekler hastalıkları sonrası büyümeyi yakalamaları için daha sık emzirilmeli,
- ✓ Anne ve bebeğin konforlu olabileceği alanlar sağlanmalı,
- ✓ Anne ve bebek kendilerine duygusal destek sağlayan kişilerle birlikte olmalı,
- ✓ Her türlü emzik, biberon ve benzerinden kaçınılmalı,
- ✓ Memeye herhangi bir krem sürülmemeli; sabun ve suyla temizlenmelidir.

Anne sütü -Emzirme;

İshalli hastalıklardan,

Solunum sistemi hastalıklarından

Üriner sistem enfeksiyonlarından

Bu doküman Dr. Murat Özbek ve Doç. Dr. Tülay Bağcı Bosi tarafından 11.02.2023 tarihinde hazırlanmıştır.

Bu bilgilendirme notunun aşağıda belirtilen şekilde kaynak gösterilmek şartıyla yazılı, elektronik vb. ortamlarda kullanılması önerilmektedir:  
Özbek M., Bağcı Bosi T. Afet ve Acil Durumlarda Bebek ve Çocuk Beslenmesi. HÜTF Halk Sağlığı AD. AD Deprem Kaynaklı Afetlere Yönelik Toplum İçin Bilgilendirme Serisi-2023/6.

[İnternet] <http://www.halksagligi.hacettepe.edu.tr/> Erişim: 11.02.2023

## HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HALK SAĞLIĞI ANABİLİM DALI DEPREM KAYNAKLI AFETLERE YÖNELİK TOPLUM İÇİN BİLGİLENDİRME DİZİSİ (2023/6)

Kulak iltihaplarından,  
Şeker hastalığından,  
Astım ve alerjiden korur.

Acil durumlarda “Emzirmenin korunması, özendirilmesi ve teşvik edilmesi” zordur. Bebek beslenmesi için “Fon yaratma” çağrıları annelerin *emziremeyeceği* imajı yaratan mesajlar verebilir. Kalacak yeri olmayan acil durumlardaki kadınların emzirme ile ilgili zorluklarla karşılaşma riskleri yüksektir.

***Annelerin sadece motivasyon mesajlarına değil, yardıma ihtiyaçları vardır.***

Dünya Sağlık Asemlesi kararlarına göre; krizlerde Uluslararası Mama Code'nun izlenmesi yapay beslenmenin ve ticari istismarın en aza indirgenmesinde hayati önem taşımaktadır.

### ÖNERİLEN YÖNTEMLER:

- Anne sütü benzerleri, bebek mamaları, biberonlar, biberon emzikleri ve ticari bebek mamaları kabul edilmemelidir.
- İhtiyaç olduğu durumda; beslenme programından sorumlu organizasyonlar tarafından titizlikle incelenerek kabul edilmeli ve uygulanmalıdır.
- Anne sütü kabulünde etiketlere dikkat edilmeli ve özel etiket taşımayan, herhangi bir şey çağrıştırmayan ürünler kabul edilmelidir.
- Ürünlerin dağıtımı yetkili kişilerce yapılmalı, en kısa zamanda annelerin emzirmeye başlanması sağlanmalıdır.
- Anne sütü benzerleri genel dağıtımın bir parçası olmamalıdır.
- Ürünler Mama Code'na uygun ürünler olmalıdır.

Bazı durumlarda; öksüz çocuk, ciddi malnütrisyonlu anne, emzirmeyi istememe veya anne sütünün geçici kesilmesi gibi durumlarda; anne sütü bankaları, diğer emziren anneler, süt nineler, genel paketlenmiş bebek formülleri, yerel firma üretimleri, geçici olarak kullanılmak zorunda kalınabilir. Bu durumlarda tüm kurallara uyularak emzirme teşvik edilerek bebek ve çocukların beslenmesine devam edilir.

**ANNENİN BESLENMESİ DESTEKLENEREK BEBEKLERİNİN EMZİRİLMESİNİ SAĞLAMAK HAYAT KURTARIR.**

Bu doküman Dr. Murat Özbek ve Doç. Dr. Tülay Bağcı Bosi tarafından 11.02.2023 tarihinde hazırlanmıştır.

Bu bilgilendirme notunun aşağıda belirtilen şekilde kaynak gösterilmek şartıyla yazılı, elektronik vb. ortamlarda kullanılması önerilmektedir:  
Özbek M., Bağcı Bosi T. Afet ve Acil Durumlarda Bebek ve Çocuk Beslenmesi. HÜTF Halk Sağlığı AD. AD Deprem Kaynaklı Afetlere Yönelik Toplum İçin Bilgilendirme Serisi-2023/6.

[İnternet] <http://www.halksagligi.hacettepe.edu.tr/> Erişim: 11.02.2023

# HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HALK SAĞLIĞI ANABİLİM DALI DEPREM KAYNAKLI AFETLERE YÖNELİK TOPLUM İÇİN BİLGİLENDİRME DİZİSİ (2023/6)

## Kaynaklar

1. Forty-seventh World Health Assembly, Geneva, 2-12 May 1994: verbatim records of plenary meetings [Internet] <https://apps.who.int/iris/handle/10665/177050> (Erişim 11.02.2023)
2. Operational Guidance for Emergency Relief Staff and Programme Managers. Infant and Young Child Feeding in Emergencies (Developed by the IFE Core Group), Version 3.0, October 2017 [Internet] <https://www.unhcr.org/45f6cd022.pdf> (Erişim: 11.02.2023)
3. Acil ve afet durumlarında bebek beslenmesi, Hacettepe Halk Sağlığı Vakfı yayın no: hhv:-04-09, 2004
4. WHO, Regional Office for Europe. Infant feeding in emergencies – A guide for mothers. September 1997 [Internet] <http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/107984/E56303.pdf;jsessionid=12FDF536651A90CF15464BF9827C5A36?sequence=1> (Erişim: 11.02.2023)
5. The International Code of Marketing of Breastmilk Substitutes.WHO 2017 [Internet] <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/254911/WHO-NMH-NHD-17.1-eng.pdf> (Erişim:11.02.2023).
6. Wellstart International. Infant and Young Child Feeding in Emergency Situations. [Internet] <https://www.enonline.net/attachments/378/infant-feeding-emergency-wellstart.pdf> (Erişim: 11.02.2023)

Bu doküman Dr. Murat Özbek ve Doç. Dr. Tülay Bağcı Bosi tarafından 11.02.2023 tarihinde hazırlanmıştır.

Bu bilgilendirme notunun aşağıda belirtilen şekilde kaynak gösterilmek şartıyla yazılı, elektronik vb. ortamlarda kullanılması önerilmektedir:  
Özbek M., Bağcı Bosi T. Afet ve Acil Durumlarda Bebek ve Çocuk Beslenmesi. HÜTF Halk Sağlığı AD. AD Deprem Kaynaklı Afetlere Yönelik Toplum İçin Bilgilendirme Serisi-2023/6.

[Internet] <http://www.halksagligi.hacettepe.edu.tr/> Erişim: 11.02.2023