



YAKIN DOĞU ÜNİVERSİTESİ
HASTANESİ

ANNE SÜTÜ EMZİRME EĞİTİMİ TALİMATI

Doküman No:	İlk Yayın Tarihi:	Revizyon Tarihi:	Revizyon No:	Toplam Sayfa Sayısı:
HEM_T_77	06.03.2013	28.11.2022	RV01	5

REVİZYON DURUMU

“Revizyon Tarihi”

28.11.2022

“Açıklama”

Hastane logosu değiştirildi.
Madde 5.5. Anne sütünün saklanması;
Oda ısısında bozulmadan 3 saat kalabileceği.
Buzdolabı rafında 3 gün saklanabileceği
Derin dondurucuda 3 ay saklanabileceği ifadeleri
İle değiştirildi.

“Revizyon No”

1

Hazırlayan	Kontrol Eden	Onaylayan
Başhemşirelik	Kalite Koordinatörü	Hastaneler Yönetim Kurulu Başkanı



ANNE SÜTÜ EMZİRME EĞİTİMİ TALİMATI

Doküman No:	İlk Yayın Tarihi:	Revizyon Tarihi:	Revizyon No:	Toplam Sayfa Sayısı:
HEM_T_77	06.03.2013	28.11.2022	RV01	5

1. AMAÇ

Bu talimatın amacı anne sütünün yararları ve doğru emzirme teknikleri konusunda verilen eğitimde standart bir yöntem belirlemektir.

2. KAPSAM

Bu talimat anne sütünün yararları ve doğru emzirme teknikleri hakkında verilecek eğitim faaliyetlerini kapsar.

3. KISALTMALAR:-

4. TANIMLAR:-

5. SORUMLULAR

Bu talimatın uygulanmasından hemşire sorumludur.

6. FAALİYET AKIŞI

6.1. Anne Sütünün Yararları Anlatılır

- Kolostrumun (Ağız sütü) bağışıklık sistemini güçlendirici etkisi olduğu ve bebeğe mutlaka verilmesi gerektiği,
- Emzirmenin anne ile bebek arasındaki duygusal bağı güçlendirdiği,
- Anne sütünün her zaman hazır, mikropsuz, temiz ve uygun ısıda olduğu,
- Anne sütünün bebeği birçok hastalığa karşı koruduğu,
- Anne sütünün sindiriminin çok kolay olduğu ve bu nedenle anne sütü alan bebeklerde ishal , kabızlık gibi sindirim sistemi rahatsızlıklarının daha az görüldüğü,
- İlk altı ay bebeğe sadece anne sütünün yeterli olabileceği altı aydan sonra ek gıdalara başlanması gerektiği ve iki yaşına kadar emzirmeye devam edebileceği,
- Anne sütü alan bebeklerin aşılarının daha etkin olduğu,
- Emzirmenin, rahmin hamilelikten önceki haline dönmesini hızlandırdığı,
- Emzirmenin meme ve rahim kanseri oluşma riskinin azalttığı anlatılır.

6.2. Doğru Emzirme Teknikleri Hakkında Aşağıdaki Konular Anlatılır

- Doğumdan sonraki ilk yarım saat içinde emzirmenin başlatılması,
- Emzirmeye başlamadan önce, bebeğin altının kontrol edilerek temizliğinin sağlanması,
- Emzirmeye başlamadan önce mutlaka ellerin yıkanması, rahat bir yerde sırtını destekleyerek dik oturması,
- Emzirme sırasında bebeğin yüzü ve vücudunun, annenin bedenine dönük ve başının meme ile aynı hizada olması ve tüm vücudun ellerle desteklenerek tutulması,
- Emzirme başlangıcında ve emzirme sırasında bebek uyuyorsa bebeğin nasıl uyandırılacağı, (bebeğin ayak tabanına fiske atma, burnunu sıkma, altını açma)
- Emzirme sırasında meme ucuna dokunmadan, elin başparmağı ile areolanın üstünden ve dört parmağı ile altından desteklenerek tutulması (C tutuşu) makas yapılmaması
- Emzirilirken bebek ile göz teması kurulması,
- Meme ucu bebeğin dudağına değdirilerek bebeğin ağzını açması sağlanıp areolanın 2/3 lük kısmının bebeğin ağzına yerleştirilmesi,



ANNE SÜTÜ EMZİRME EĞİTİMİ TALİMATI

Doküman No:	İlk Yayın Tarihi:	Revizyon Tarihi:	Revizyon No:	Toplam Sayfa Sayısı:
HEM_T_77	06.03.2013	28.11.2022	RV01	5

- Bebeğin en az 20 dakika emzirilmesi,
- Bebek her istediğinde, her ağladığında emzirilmesi, bebek ağlamasa bile her 2 saatte bir uyandırılıp beslenmesi gerektiği beslenme aralığının özellikle ilk günlerde 3 saati geçmemesi,
- Gece emzirmesinin süt salınımını arttırdığı,
- Her emzirmede annenin bir göğsünü vermesi, eğer bebek isterse diğerine geçmesi ve bir sonraki emzirmede en son kalınan göğüsten başlanması gerektiği
- Anneye emzirme pozisyonları gösterilerek anlatılır
- Yeni doğanda acıkma belirtileri anlatılır:
 - ✓ Göz kapaklarının altında hızlı göz hareketleri
 - ✓ Dil ve ağızda emme hareketi
 - ✓ Elini ağızına götürme
 - ✓ Dokunma uyarısına karşı ağızını açma, aranma
 - ✓ Dudak şapırdatma
 - ✓ Ağlama
- Bebeğin etkin emdiği
 - ✓ Bebeğin çenesi ile meme arasında boşluk olmaması,
 - ✓ Dudakların tam olarak açılmış olması ve alt dudağın kıvrık olması,
 - ✓ Şakakların ve kulakların kımıldıyor olması,
 - ✓ Yutkunma sesinin duyulması,
 - ✓ Annenin meme başında sızlama hissetmesi ile anlaşıldığı anlatılır.
- Bebeğin doyma belirtileri anlatılır:
 - ✓ Emzirme sırasında emme hareketinin aşamalı olarak azalması,
 - ✓ Memenin itilmesi, biberonun itilmesi, dudakların büzüşmüş görülmesi, meme başının serbest kalması,
 - ✓ Yeni doğanın vücudunda gevşeme,
 - ✓ Bacaklarını uzatması,
 - ✓ Açlık belirtilerinin olmaması,
 - ✓ Uyuma,
 - ✓ Ağızdan az miktarda sütün dışarıya taşması,
 - ✓ Bebeğin huzurlu görünmesi

6.3. Emzirmenin Sonlandırılması

- Doyan bebeğin emmeyi kendiliğinden bırakacağı,
- Emmenin sonlandırılması gerektiğinde; serçe parmağın bebeğin damağına yerleştirilerek bebeğin ağızda boşluk yaratılıp meme başının ayrılması gerektiği anlatılır.

6.4. Bebeğin Gazının Çıkartılması,

- Bebeğin sindirim sisteminin gelişimi tam olmadığından ilk üç ay her beslenme sonrası gazının çıkartılması,
- Bebeğin gazının, annenin omzu bebeğin midesine bası yapacak şekilde ya da yüzü aşağı bakacak şekilde kucağı yatırılarak çıkartılması
- Bebeğin sırtına hafifçe vurularak ve yukarı doğru sıvazlanarak gazın henüz midedeyken çıkartılması,
- Bebeğin ağızdan gaz çıkarma sesi duyulana kadar işleme devam edilmesi,

ANNE SÜTÜ EMZİRME EĞİTİMİ TALİMATI

Doküman No:	İlk Yayın Tarihi:	Revizyon Tarihi:	Revizyon No:	Toplam Sayfa Sayısı:
HEM_T_77	06.03.2013	28.11.2022	RV01	5

- Ayakların karna doğru çekildiği gözlemlendiğinde (bebeğin gazının barsaklara inmesi nedeniyle) bebeğin sırtının aşağıya doğru sıvazlanarak makattan gaz çıkışının sağlanması gerektiği

6.5. Meme Bakımı

- Annenin her gün duş alması, eğer bu mümkün değilse her sabah memelerin ılık su ile yıkanıp kurulanması gerektiği,
- Kalın askılı ve pamuklu sütyen kullanılması ve her gün değiştirilmesi,
- Süt akmasına karşı, göğüs pedinin meme başı ile sütyen arasına yerleştirilip ıslandıkça yenisi ile değiştirilmesi,
- Göğsün günde 15–30 dakika olacak şekilde havalandırılması ve mümkünse güneşlendirilmesi,
- Meme çatlağı oluşmaması için doğru emzirme tekniği ile emzirilmesi, emzirdikten sonra 1–2 damla sütün meme ucuna sürülmesi
- Meme çatlağı oluşmuşsa hekimin önereceği tedaviyi mutlaka alması gerektiği anlatılır.
- **Meme Çatlağı Oluşmuş ve Anne Emziremiyorsa**
 - Anne sütünün birkaç gün elle veya pompa ile sağılarak boşaltılması,
 - Sağılan sütün temiz bir kapta toplanması ve bebeğe kaşıkla verilmesi,
 - Bebeğin meme ucu başlığı kullanılarak emzirilmesi gerektiği anlatılır.
- **Anne Sütünün Elle Boşaltılması**
 - Boşaltma işlemine başlamadan önce ellerin mutlaka yıkanması gerektiği,
 - Eller yıkandıktan sonra avuç içleri kullanılarak yuvarlak hareketlerle göğsün sıvazlanması, masajın omuz altı, koltuk altı, memenin alt kısmı, sternumun üzeri gibi farklı noktalardan başlanıp meme başına doğru sonlandırılması,
 - Masajdan sonra rahat bir yere hafif öne eğik oturarak süt sağılacak kabın göğse yakın tutulması,
 - Memenin her iki el ile C tutuşu ile kavranması gerektiği,
 - Areolanın 2,5 cm kadar gerisinden tutularak meme ucuna doğru göğsün sıvazlanması,
 - İşlemin 20–30 dakika sürdürülmesi gerektiği anlatılır.
- **Anne Sütünün Saklanması**
 - Anne sütünün oda ısısında (25°C) bozulmadan 3 saat kalabileceği,
 - Anne sütünün buzdolabının rafında (+ 4°C) 3 gün saklanabileceği,
 - Anne sütünün derin dondurucuda (-18°C) 3 ay kalabileceği, çözülmesi için buzdolabı rafına konulması gerektiği,
 - Çözülen anne sütünün buzdolabında 24 saat kalabileceği,
 - Çözülen anne sütünün tekrar dondurulmaması gerektiği,
 - Buzdolabında çözülen anne sütünün verilmeden önce sıcak su dolu bir kabın içinde ılıtılarak bebeğe verilmesi gerektiği,
 - Artan sütün tekrar kullanılmayacağı anlatılır.
- **Emziren Annenin Beslenmesi**
 - Annenin günde en az 3 litre sıvı alması gerektiği,
 - Günlük kalori ihtiyacına 500 kcal eklenmesinin yeterli olacağı,
 - Emzirme dönemi süresince kafeinli, asitli ve alkollü içeceklerin alınmaması,
 - Acılı ve baharatlı besinlerin aşırı tüketilmemesi,
 - Emziren annenin yeterli ve dengeli beslenmesi gerektiği anlatılır.



ANNE SÜTÜ EMZİRME EĞİTİMİ TALİMATI

Doküman No:	İlk Yayın Tarihi:	Revizyon Tarihi:	Revizyon No:	Toplam Sayfa Sayısı:
HEM_T_77	06.03.2013	28.11.2022	RV01	5

6.6. Anne sütünün verilmemesi gereken durumlar

6.6.1. Anne ile İlgili Durumlar

- HIV (+)
- Aktif/tedavi edilmemiş veya insan T-cell Lenfotik Virüs Tip I-II taşıyıcılığı
- Annede metabolik hastalık olması (Wilson Hastalığı)
- Meme kanseri
- Yüksek miktarda alkol tüketimi, uyuşturucu ve madde bağımlılığı
- Tedavi edici dozda radyoaktif madde verilmesi

6.6.2. Bebek ile İlgili Durumlar

- Bebekte metabolik hastalık olması (galaktozemi, uzun zincirli açıl CoA dehidrojenaz eksikliği, hiperlipidemi tip I, abetalipoproteinemi, üre siklus enzim eksikliği, fenilketonüri).
- **Anne Sütüne Ara Verilmesi Gereken Durumlar**
- Herpes simpleks enfeksiyonuna bağlı memede lezyon var ise lezyon iyileşinceye kadar,
- Kızamık geçirmekte olan annelerin emzirmeye 72 saat ara vermesi,
- Tüberküloz geçiren annelerin memede lezyon var ise lezyon iyileşinceye kadar,
- Tanısal dozda radyoaktif madde verilmesi durumunda madde annenin plazmasından temizleninceye kadar emzirmeye ara vermesi gerektiği anlatılır.

6.6.3. Annenin mutlaka doktor kontrolü altında ilaç kullanması gerektiği anlatılır.

6.6.4. Verilen eğitim “**Hasta ve Yakınlarının Eğitim Kayıt Formu**”na kayıt edilir.

7. İLGİLİ DOKÜMANLAR

7.1. Hasta ve Yakınlarının Eğitim Kayıt Formu