

	KALİTE YÖNETİM DOKÜMANLARI	Doküman No :HB-PR-08 Yayın Tarihi :01.10.2009 Revizyon No :02 Revizyon Tar.:03.10.2024 Sayfa No :1/7
	ANNE SÜTÜ İLE BESLENMEDE GEBE EĞİTİMİ PROSEDÜRÜ	

Revizyon No	Yapılan Revizyon	Rev. Sayfası	Revizyon Tarihi	Revizyonu Yapan
01	Emzirme politikası revize edildi.	4. Ve 5. Sayfa	18.10.2021	Ümmügül Usta Eğitim ve Enfeksiyon Kontrol Hemşiresi
Gözden geçirme	Gözden geçirildi.	Tüm sayfalar	13.03.2024	Ece Nur TOPCU Eğitim ve Enfeksiyon Hemşiresi
02	Anne sütü saklama süreleri güncellendi. (Oda sıcaklığında (16-29 derecede serin, loş ortamda) 4 saat, Buzdolabı rafında (+4 derecede) 4 gün, Derin dondurucuda (-18 derecenin altında) 6 aya kadar SAKLANABİLİR olarak eklendi.	6. sayfa	03.10.2024	Ece Nur TOPCU Eğitim ve Enfeksiyon Hemşiresi

1. AMAÇ ve KAPSAM:

HAZIRLAYAN	KALİTE SİSTEM ONAYI	ONAY
BAŞHEKİM	KALİTE YÖNETİCİSİ	BAŞHEKİM

	KALİTE YÖNETİM DOKÜMANLARI	Doküman No :HB-PR-08 Yayın Tarihi :01.10.2009 Revizyon No :02 Revizyon Tar.:03.10.2024 Sayfa No :2/7
	ANNE SÜTÜ İLE BESLENMEDE GEBE EĞİTİMİ PROSEDÜRÜ	

Bu prosedürün amacı Optimed Hastanesinde anne sütü ile beslenme hakkında gebelere verilen eğitimlerle ilgili standartları belirlemektir.

2. TANIMLAR VE KISALTMALAR:

3. REFERANS DÖKÜMANLAR :

4. UYGULAMA:

4.1. Anne Sütü İle Beslenmenin Yararları

- Anne Sütü mükemmel bir besin içeriğidir.
- Kolay hazmedilir, etkili bir şekilde kullanılır.
- Hastalıklardan korur.
- EMZİRME Anne-bebek bağının kurulmasına yardımcı olur
- Yeni bir gebeliğin gecikmesini sağlar
- Annenin sağlığını korur
- Yapay beslenmeden daha ucuza mal olur.

4.2. Yapay Beslenmenin Tehlikeleri

- Daha fazla ishal ve solunum yolu hastalığı
- İnatçı ishal
- Malnütrisyon A vitamini eksikliği
- Anne daha erken hamile kalabilir.
- Bazı kronik hastalıkların artma riski
- Daha fazla allerji ve süt intoleransı
- Şişmanlama
- Zeka testlerinde daha düşük puan
- Kansızlık over ve meme kanseri riski

4.3. Başarılı Emzirme

- Başarılı emzirme, annenin bebeğini emzireceğini düşünmesi ve bunu başaracağına inanmasıyla başlar.
- Nasıl emzireceğini bilen anne kendine güven duyar.
- Başarılı emzirme için;
 - Emzirmeye doğumdan sonra 1\2-1 saat içinde başlayın.
 - İlk 6 ay yalnızca anne sütü verin.
 - 6 aylıktan başlayarak her çocuğa ek gıda verin.

HAZIRLAYAN	KALİTE SİSTEM ONAYI	ONAY
BAŞHEKİM	KALİTE YÖNETİCİSİ	BAŞHEKİM

	KALİTE YÖNETİM DOKÜMANLARI	Doküman No :HB-PR-08 Yayın Tarihi :01.10.2009 Revizyon No :02 Revizyon Tar.:03.10.2024 Sayfa No :3/7
	ANNE SÜTÜ İLE BESLENMEDE GEBE EĞİTİMİ PROSEDÜRÜ	

- Emzirmeye 2 yaş ve ötesine kadar devam edin.

4.4. Emzirmenin Anne İçin Faydaları

- Kısa sürede eski kilosuna döner
- Rahim daha çabuk toplanır
- Bebekle arasında yakın bir bağ kurulur
- Psikolojik tatmin sağlar
- Özel bir hazırlık gerektirmez
- Ekonomiktir.

4.5.Emzirmenin Bebek İçin Faydaları

- ANNE SÜTÜ Daima temiz, taze ve uygun ısıdadır.
- Hazmı kolaydır.
- Kabızlığı önler.
- Hastalıklardan korur.
- Doğal besinlerden içeriği en mükemmel olanıdır.
- EMZİRME Çene ve diş sağlığı için yararlıdır.
- Konuşmayı geliştirir.
- Anne ve bebek arasında sıcak bir bağ oluşturur.

4.6. Emziren Anne Kendi Beslenmesine Dikkat Etmesi Gereken Kurallar

- Günde en az 2 bardak süt veya yoğurt, peynir gibi süt ürünlerini almalıdır.
- Besin ve enerji ihtiyacını karşılamak için, her öğünde fasulye, nohut veya et, tavuk, balık gibi yiyecekler yenmelidir.
- Yeterli miktarda meyve ve sebze yenmelidir.
- Anne kendi beslenmesine özen göstermeye bebeğin doğumundan önce başlamalıdır.

4.7. Emzirme Nasıl Olur ?

- Ellerini yıka
- Meme başını temizle
- Bebeğinle rahat bir yere otur
- Bebeğini, yüzü ve bedeni sana dönük olacak şekilde tut, başını kolunun iç kısmına yerleştir.
- Aynı kol ve elle bebeği kalça ve bacaklarından kavra
- Ellinle göğsünün altını tut, meme başıyla etrafındaki kahverengi kısma dokunma
- Bebeğine gülümseyerek bak ve meme ucunu bebeğinin dudağına ve çenesine değdir.
- Bebek ağzını açınca meme ucunu ve etrafındaki kahverengi kısmı bebeğin ağzına yerleştir.

HAZIRLAYAN	KALİTE SİSTEM ONAYI	ONAY
BAŞHEKİM	KALİTE YÖNETİCİSİ	BAŞHEKİM



4.8. Hastanenin Emzirme Politikası

1. Hastanemizde anne sütünün, bebekler için en ideal besin olduğu kabul edilmektedir. Anne sütü ve emzirme uygulamasının korunması, teşvik edilmesi ve desteklenmesi amacıyla personel ve ebeveynlerle düzenli aralıklarla paylaşılan emzirmeye ilişkin yazılı bir emzirme politikası hazırlanmış olup, tüm personel tarafından benimsenmiştir.
2. Hastanemizin tüm birimlerinde bebek formüllerinin pazarlanması ile ilgili uluslararası yasa benimsenmiştir. Hastanemizde anne sütü muadillerinin reklam ve pazarlamasına izin verilmemektedir.
3. Hastanemizde bebek dostu hastane kurulu kurulmuş olup bu alandaki veri izleme ve sürdürülebilirlik çalışmaları işbirliği içinde devam etmektedir.
4. Hastanemizdeki tüm sağlık personeli bu politika doğrultusunda hizmet içi eğitim almış olup annelere destek olmak konusunda yetkin ve beceri sahibidir.
5. Hastanemize başvuran tüm hamilelere anne sütünün önemi, emzirmenin yararları ve yöntemleri konusunda bilgi verilmektedir.
6. Annelerin bebekleri ile doğar doğmaz en kısa sürede ten-tene temas kurması sağlanarak, en kısa sürede emzirmeye başlaması ve temasın kesintisiz şekilde sürmesi için destek olunmaktadır.
7. Annelere, emzirmenin nasıl olacağı, emzirme yöntemleri ve bebeklerinden ayrı kaldıkları durumlarda sütün salgılanmasını nasıl sürdürebilecekleri gösterilmektedir.
8. Tıbben gerekli olmadıkça yenidoğanlara anne sütünden başka yiyecek, içecek verilmemektedir. İlk 6 ay

HAZIRLAYAN	KALİTE SİSTEM ONAYI	ONAY
BAŞHEKİM	KALİTE YÖNETİCİSİ	BAŞHEKİM

	KALİTE YÖNETİM DOKÜMANLARI	Doküman No :HB-PR-08 Yayın Tarihi :01.10.2009 Revizyon No :02 Revizyon Tar.:03.10.2024 Sayfa No :5/7
	ANNE SÜTÜ İLE BESLENMEDE GEBE EĞİTİMİ PROSEDÜRÜ	

sadece anne sütü verilmesi devamında ise uygun tamamlayıcı beslenme ile beraber emzirmenin 2 yaş ve ötesine kadar sürdürülmesi konusunda aileler bilgilendirilmektedir.

- Hastanemizde kaldıkları süre boyunca anne ile bebek 24 saat aynı odada kalmaktadır.
- Annelerin bebekleri acıktığı zaman verdiği işaretleri tanınması ve bunlara yanıt vermesi konusunda destek olunarak, bebeğin her isteyişinde emzirilmesi teşvik edilmektedir.
- Emzirilen bebeklere yalancı meme, emzik ve biberon verilmemekte, riskleri konusunda aileler bilgilendirilmektedir.
- Ebeveynler, taburculuk öncesinde bebeklerini emzirme konusunda sürekli destek ve bakım hizmetlerine erişim sağlayacakları merkezlerle ilgili bilgilendirilmekte, taburcu olduktan sonra anne ve bebek bu konuda izlenerek, anne sütü vermeye teşvik edilmektedir. Karşılaşılabilecekleri sorunları çözebilmeleri açısından hastanemizin 0282 726 05 55 numaralı telefonu arayarak 1200 veya 1300'ü tuşlayarak yardım alabilecekleri bilgisi verilmektedir.

4.9. Doğum Sonrası, Anneler Bebeği Ne Zaman Emzirmeye Başlamalı ?

- İlk emzirme doğumdan sonra ilk yarım saat ile 1 saat içinde olmalıdır.
- Anneye yardımcı olunarak bebek memeye konulmalı ve ilk süt olan kolosturumun bebek tarafından alınması sağlanmalıdır.
- Bebek anneyi ne kadar erken emmeye başlarsa sütte o kadar çabuk üretilmeye başlar.

4.10. Kolostrum Nedir ?

- Annenin doğumdan sonraki birkaç gün boyunca ürettiği süttür.
- Koyudur, rengi sarımtırak veya berraktır.
- Antikordan zengin
- Akyuvardan zengin
- Barsak temizleyici
- Büyüme faktörleri
- A vitamininden zengin
- Enfeksiyon ve alerjiden korur.
- Enfeksiyondan korur.
- Mekonyumu temizler, sarılığın önlenmesine yardımcı
- Bağırsağın olgunlaşmasına yardım eder, alerjiyi önler.
- Enfeksiyonların ağırlaşmasını önler, göz hastalıklarını önler.

4.11. Ön süt-Son Süt Nedir?

- Her emzirmede ilk gelen süt daha az yağ içeren ön süttür.
- Bebek emmeyi sürdürdükçe sütün bileşimi değişir, yağ miktarı artar.

HAZIRLAYAN	KALİTE SİSTEM ONAYI	ONAY
BAŞHEKİM	KALİTE YÖNETİCİSİ	BAŞHEKİM

	KALİTE YÖNETİM DOKÜMANLARI	Doküman No :HB-PR-08 Yayın Tarihi :01.10.2009 Revizyon No :02 Revizyon Tar.:03.10.2024 Sayfa No :6/7
	ANNE SÜTÜ İLE BESLENMEDE GEBE EĞİTİMİ PROSEDÜRÜ	

- Son süt en fazla yağ içeren süt, emzirmenin sonunda salgılanan süttür.
- Daha hafiftir ve sindirimi kolaydır.
- Bebek memeye doğru yerleştirilip, memeyi kendisi bırakana kadar memede tutulursa, hem ön sütü,hemde son sütü alır.

4.12.Süt Sağımı İçin Önerilen Yöntem

- Sütün göğüslerden rahat alınmasını sağladığı için oksitosin refleksi uyarılmalıdır.(Bebeğini kendine yakın tutabilir, memelerini ısıtabilir, ılık duş alabilir, masaj uygulayabilir, annenin sakin bir ortamda olması sağlanır, bebeğiyle ilgili güzel şeyler düşünebilir, annenin sırtına masaj uygulanabilir.)
- En iyi sağma yöntemi elle yapılanıdır.
- Önerilen ikinci yöntemde enjektör yöntemidir.

4.13.Tirle Kullanımı

- Temizliğin zorluğu ve boşalan sütün lastik puvar kısmına dolması sütün mikroplanmasına neden olur.
- Sağılan sütün bebeğe verilmesi için sağlıklı değildir.
- Ancak ağırlı şiş memeleri rahatlatmak amacıyla kullanılır.

4.14. Büyüme Atağı Veya Büyüme Hızlanması

- Daha öncesine göre bebek ihtiyacını karşılayabilmek için daha sık acikir ve uzun süre memede kalır.
- Bu da anne tarafından sütün yetmediğini düşünmesine sebep olur. Bu çoğunlukla 2. haftada,6. haftada,3 aylıkken olur. Bebek birkaç gün sıkça emer ve sütü artırır, emmesi normale döner.

4.15. Anne Sütünün Yetip Yetmediğinin Anlaşılması

En önemli iki belirtisi vardır.

- Haftalık 125 gr.'ın altında kilo alımı
- Günde 4 den az sayıda, koyu renkte, ağır kokulu az miktarda idrar yapması(Normali günde 6-8 kez) anne sütünün yetmediğinin en iyi göstergesidir.

4.16. Anne Sütü Saklama Koşulları Nelerdir?

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

HAZIRLAYAN	KALİTE SİSTEM ONAYI	ONAY
BAŞHEKİM	KALİTE YÖNETİCİSİ	BAŞHEKİM

	KALİTE YÖNETİM DOKÜMANLARI	Doküman No :HB-PR-08 Yayın Tarihi :01.10.2009 Revizyon No :02 Revizyon Tar.:03.10.2024 Sayfa No :7/7
	ANNE SÜTÜ İLE BESLENMEDE GEBE EĞİTİMİ PROSEDÜRÜ	

sağlanıp, bebeğe verilmelidir.

HAZIRLAYAN	KALİTE SİSTEM ONAYI	ONAY
BAŞHEKİM	KALİTE YÖNETİCİSİ	BAŞHEKİM