



HALK SAğLIğI UZMANLARI DERNEğİ

Her Bebek Anne Sütü Almalı

Anne Sütü Almak Her Bebeğin Hakkı

Çocuk Hakları Sözleşmesi'ne göre bebeklerin ve çocukların iyi beslenmesi bir haktır. Yaşamın ilk yıllarında anne sütü ile beslenmek her bebeğin hakkıdır.

Anne sütü, bebeği yaygın çocukluk çağı hastalıklarına karşı koruyabilen, güvenli, ideal bir besindir. Yaşamının ilk 6 ayında ihtiyaç duyduğu tüm enerji ve besin maddelerini tek başına bebeğe sağlar. Ayrıca 6. aydan sonra da çocuğun beslenme ihtiyacının yarısından fazlasını karşılamaya devam eder. Anne sütüyle beslenen çocukların okul başarısı daha iyidir. Aşırı kilolu veya obez olma olasılıkları daha düşüktür ve yaşamlarının ilerleyen dönemlerinde diyabete daha az eğilimlidirler. Emziren annelerde ise meme ve yumurtalık kanseri riski azalmaktadır.

Emzirme, çocuk sağlığını korumanın ve hayatta kalmayı sağlamanın en etkili yollarından biridir. Ancak, Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) bebeklerin ilk 6 ay sadece anne sütü ile beslenmesinin yeterli olduğunu bildirmesine rağmen, birçok bebek uygun şekilde beslenmemektedir. Örneğin, 2015-2020 döneminde dünya genelinde 0-6 aylık bebeklerin yaklaşık sadece %44'ü anne sütüyle beslenmiştir. 6 ay sadece anne sütü ile beslenme oranlarını iyileştirme çalışmalarının etkisi, dünya genelinde anne sütü devam mamalarının uygunsuz şekilde pazarlanması gibi engellerle zayıflatılmaktadır. DSÖ'ye göre;

- Çocuk ölümlerinin yaklaşık yarısı yetersiz beslenme ile ilişkilidir.
- Dünyada 2022 yılında, 5 yaşın altındaki 149 milyon çocuğun yaşına göre çok kısa (bodur), 45 milyon çocuğun boyuna göre çok zayıf ve 37 milyon çocuğun da aşırı kilolu veya obez olduğu tahmin edilmektedir.
- Çok az çocuk yeterli ve güvenli gıdalar almaktadır; birçok ülkede 6-23 aylık dört bebekten yalnızca biri sıklık ve çeşitlilik açısından yaşına uygun beslenmektedir.
- İki yaşına kadar tüm çocukların emzirilmesi halinde, her yıl 5 yaşın altında 820 binden fazla çocuğun ölmesi engellenebilir.
- Emzirme yoluyla çocuk gelişiminin iyileştirilmesi ve sağlık maliyetlerinin azaltılması, aileler için olduğu kadar ulusal düzeyde de ekonomik kazançlar sağlamaktadır.

Beslenme yetersizliklerinin önlenmesi için DSÖ ve UNICEF'in önerisine göre atılması gereken ilk adımlar;

- Emzirmenin doğumdan sonra en kısa sürede (ilk bir saat içinde) başlatılması,
- Bebeklerin ilk 6 ay sadece emzirilerek anne sütü ile beslenmesi
- Altıncı aydan sonra uygun ek besinler verilmesinin yanında emzirmenin 2 yaş ve ötesine kadar devam ettirilmesidir.

Ülkemizde emzirmenin desteklenmesi, bebeklerin ilk 6 ay sadece anne sütü almalarının sağlanması için Sağlık Bakanlığı tarafından 1991 yılında UNICEF işbirliğinde "Anne Sütünün Teşviki ve Bebek Dostu Sağlık Kuruluşları Programı" ve "Başarılı Emzirmede 10 Adım" stratejisi başlatılmıştır. Bu strateji içerisinde yer alan maddelerin bir kaçı; doğumdan hemen sonra anne ve bebek arasında ten



HALK SAğLIğI UZMANLARI DERNEğİ

tene temas ve yaşamın ilk saati içinde emzirmenin başlatılması, isteğe bağlı emzirmenin (yani çocuğun istediği sıklıkta, gece ve gündüz) uygulanması, bebeğin anne ile aynı odaya yerleştirilmesi (annelerin ve bebeklerin günün 24 saati birlikte kalmalarına izin verilmesi), tıbbi olarak gerekli olmadıkça bebeklere su dahil ek yiyecek veya içecek verilmemesi ve emzirme konusunda gerekli desteğin ve doğru bilginin annelere sağlanması şeklindeyir. Bu uygulama günümüzde halen devam etmektedir fakat 2018 yılındaki Türkiye Nüfus Sağlık Araştırması'na göre ülkemizdeki bebeklerin yaklaşık yarısı ilk 6 ay sadece anne sütü ile beslenmektedir. Üç yaş altındaki çocuklarda ortalama emzirme süresi 17 aydır. Bu veriler anne sütü ile beslenmenin yeterli olmadığını göstermektedir. Emzirmenin teşvik edilmesi ve tüm annelere bu süreçte gerekli desteğin sağlanması sağlıklı bir gelecek için önem arz etmektedir.

Emzirmenin teşvik edilmesine yönelik her yıl çeşitli temalarla emzirme haftası kutlanmaktadır. DSÖ'nün emzirme haftası ile ilgili 2024 yılı teması: "**Açığı Kapatmak: Herkes için Emzirme Desteği**" ailelerin, toplumların, toplulukların ve sağlık çalışanlarının her emziren annenin arkasında olması gerektiğini savunmaktadır.

Dünya Emzirme Eylem İttifakı (WABA)'nın 2024 yılı emzirme haftası için belirlenen teması, "**Emzirme ve Eşitlik: Herkes için Sağlıklı Bir Gelecek**" olup emzirmenin sadece sağlık için değil, aynı zamanda toplumsal eşitlik için de ne kadar önemli olduğunu vurgulamaktadır. Bu tema, toplumlarda her annenin ve bebeğin emzirme konusunda eşit imkanlara sahip olması gerektiğini savunmaktadır.

Özellikle düşük gelirli ve dezavantajlı bölgelerde, emzirmenin desteklenmesi sağlıklı bir geleceğin teminatıdır. Emzirme eşitliklerini azaltmak için ek desteğe ihtiyaç duyabilecek savunmasız anneler başta olmak üzere kimsenin geride bırakılmaması esastır. Bunun için sivil toplum örgütleri, hkmetler, politika yapıcılar, sağlık sistemleri, işyerleri, topluluklar ve ebeveynler, emzirme eşitliklerindeki açığı kapatmak ve özellikle savunmasız gruplar için emzirmeyi desteklemek amacıyla ortak çalışmalar yürütmelidir.

HASUDER Toplumsal Cinsiyet, Kadın ve reme Sağlığı alışma Grubu tarafından hazırlanmıştır.

Kaynaklar:

- 1-Breastfeeding in the 21st Century: Epidemiology, Mechanisms, And Lifelong Effect. [http://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(15\)01024-7/abstract](http://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(15)01024-7/abstract)
2. <https://www.who.int/campaigns/world-breastfeeding-week/2024>
- 3.TNSA 2018 https://hips.hacettepe.edu.tr/tr/2018_turkiye_nufus_ve_saglik_arastirmasi
4. Sağlık İstatistikleri Yıllığı 2022 <https://dosyasb.saglik.gov.tr/Eklenti/48054/0/siy202205042024pdf.pdf>
5. <https://waba.org.my/wbw/>