

## Acil ve Afetlerde Emzirmenin Önemi

- Anne sütü temini en kolay ve en ekonomik besindir.
  - Anne sütü her zaman hazır, temiz ve tam olarak bebeğin ihtiyacı olan her türlü besini içerir.
  - Anne ve bebek için sayılamayacak kadar çok sağlık faydası vardır.
  - Felaket durumlarında bebeklerimizi kirli, mikroplanmış sularla bulaşabilecek hastalıklardan korur.
  - Ani olarak gelişebilecek ishal ve solunum yolu enfeksiyonlarına karşı koruyucudur.
- Emzirme hayat kurtarıcı bir müdahaledir ve küçük bebekler için en büyük korumayı sağlar.

İshal, solunum yolu hastalıkları ve yetersiz beslenmeye bağlı hastalıklar nedeniyle bebek ölümleri kat kat yükselebilir. Bu yüzden emzirme, tüm zor durumlarda öncelikle tercih edilen bebek beslenme şekli olmaya devam etmelidir. Olağanüstü durumlarda bebekler için en güvenilir besin kaynağı bebeklerin EMZİRİLEREK anne sütü ile beslenmesidir.



## Anne Sütü ve Emzirme

Anne sütünü arttıran en önemli şeyin emzirmek olduğu unutulmamalıdır. Annelerin emzirmelerini engelleyecek şekilde bedava formül ürün, bebek sütleri ve anne sütü yerine geçebilecek diğer beslenme ürünleri gerekli olmadığı sürece aileye teklif edilmemelidir, verilmemelidir.

**Bize Ulaşın**  
[sagligim.gov.tr](http://sagligim.gov.tr)  
[deprem.saglik.gov.tr](http://deprem.saglik.gov.tr)



T. C. Sağlık Bakanlığı

## Acil ve Afet Durumlarında Bebek Beslenmesi





## Olağanüstü Durumlarda Emzirme

Olağanüstü durumlarda bebekler için en güvenilir besin kaynağı anne sütüdür.

Bebekler mutlaka anne sütü ile **EMZİRİLEREK** beslenmelidirler. Stres altındaki anneler de bebeklerini başarı ile emzirebilirler: Yoğun stres ve üzüntüye bağlı olarak anne sütü biraz azalsa bile düzenli emzirme sürdürülürse bir kaç gün içinde anne sütü artacaktır. Beslenmesi bozuk, zayıf bünyeli anneler de bebeklerini başarı ile emzirebilirler.

## Yapay Beslenmenin Tehlikeleri

Bebeklere verilen ürünler bağışlara bağlı olmamalıdır. Bağışlar herhangi bir zamanda durabilir ve bebeğe besin sağlanamaz. Formül besin (mama) ihtiyacına mutlaka sağlık personeli karar vermeli ve ihtiyaç halinde ürün dağıtımını profesyoneller eli ile yapılmalıdır.

- Formül ürün hazırlamak için yetersiz kaynak nedeni ile enfeksiyon bulaşma riski artar
- Formül besin (mama) yaygın ve kontrolsüz bir şekilde kullanılırsa, anneler gereksiz yere yapay beslenmeye başlayabilir
- Bebekler ve aileleri formüle bağımlı hale gelir
- Ücretsiz ürün sunumu kesilirse , çocuklarda beslenme yetersizliğine bağlı hastalık riski ortaya çıkar
- Çok fazla formül gönderildiğinde saklama, depolama ve bertaraf edilmesi konusunda problemler yaşanabilir

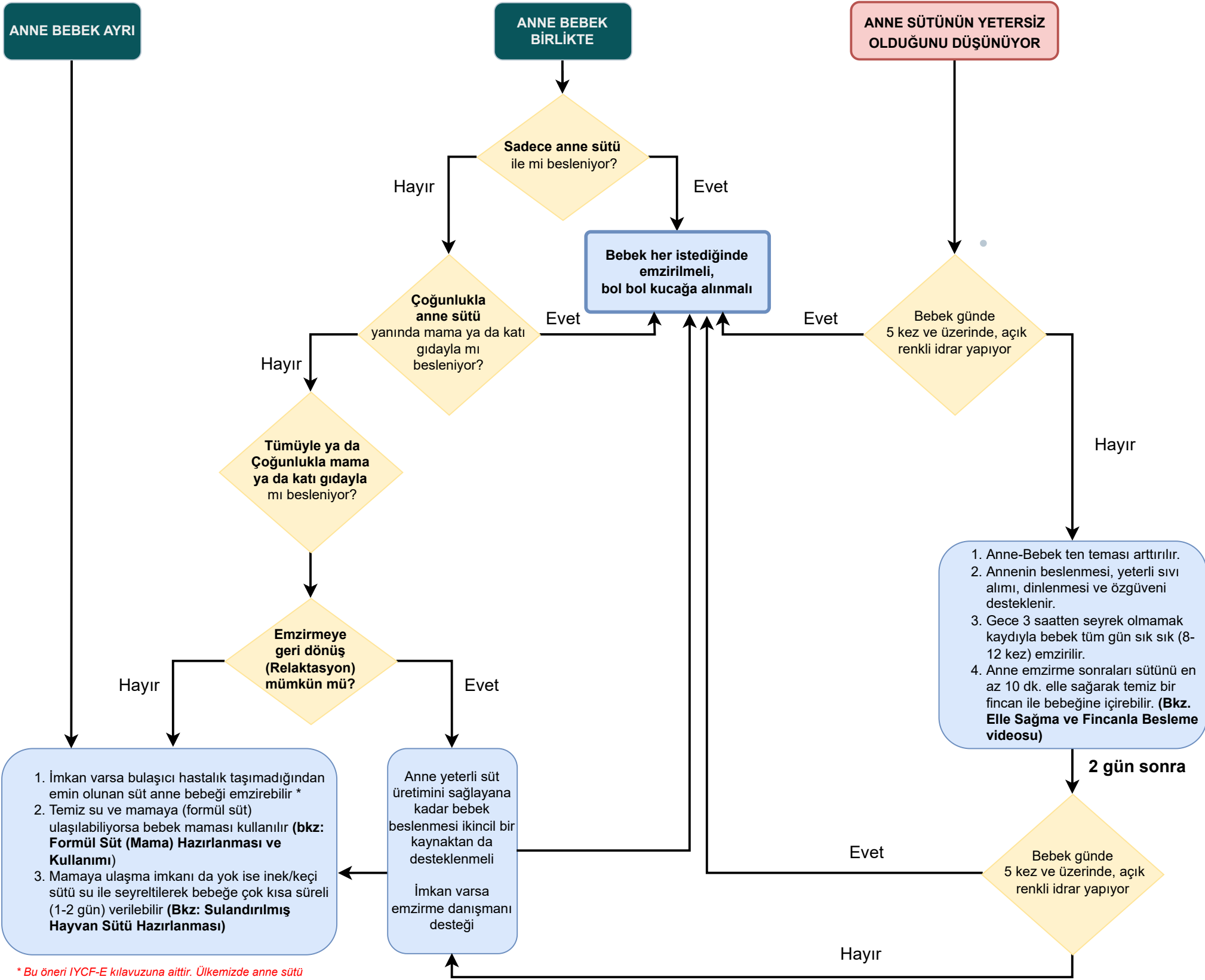


## Emzirmeyi Sürdürme

Tüm bebeklerin doğumdan hemen sonra emzirmeye başlatılması, ilk 6 ay sadece anne sütü verilmesi ve 6 aydan sonra uygun besinlerle beraber emzirmenin 2 yaş ve ötesine kadar devam ettirilmesi çok önemlidir.

Bir anne, doğal afet veya salgın hastalık sırasında sütü azalmış veya emzirmeyi kesmiş olsa bile bebeğini yeniden emzirmek isteyebilir. Yeniden emzirme her zaman mümkündür. Emzirme birçok farklı faktöre bağlıdır ve sık sık emzirme, memelerin elle sağımı, sağlık personeli desteği ile yeniden başlatılabilir.

# AFETLERDE 0-6 AY BEBEK BESLENMESİ



## FORMÜL SÜT (MAMA) HAZIRLANMASI VE KULLANIMI

- Karışımın hazırlanacağı ortam önceden temizlenmiş olmalı
- Eller sabun ve su ile yıkanmalı
- Temiz su en az 10 dk kaynatılmalı ve soğumadan (en az 70°C) temiz bir fincan ya da bardağa eklenmeli
- Kutu üzerindeki talimatlara uyararak, gerektiği kadar toz mama hala sıcak (en az 70°C) olan suya eklenmeli ve temiz bir kaşık ile tam karışması sağlanmalı
- Örnek: 60 ml mama hazırlanacak ise, 1 kahve fincanının 3'te 2'sine kadar su (60 ml) doldurulup üzerine 2 ölçek mama eklenmeli
- Hazırlanan karışım soğuk suya oturtularak soğutulur
- Bebeğe vermeden önce hazırlanan karışımın bir iki damlası kaşık yardımıyla bilek içine damlatılarak ısı ve ardından tat kontrolü yapılır
- Ilık hale gelmiş mama bebeğe bir fincan yardımıyla içirilir (bkz. Fincanla Besleme Video)
- Bir saat içinde tüketilmemiş mama varsa atılmalı ve bebeğe tekrar verilmemeli

## SULANDIRILMUŞ HAYVAN SÜTÜ HAZIRLAMA

- 100 ml (yarım su bardağı) inek sütü
- 50 ml (çeyrek su bardağı veya yarım çay bardağı) kaynatılmış su
- 5 gr (1 çay kaşığı) şeker

İnek sütü iyice kaynatılır (sütün ateşte 10 dakika göbek atması sağlanmalı). Sonrasında su ve şeker eklenir. Bir saat içinde hazırlanan süt tüketilmezse atılmalı.

### Kaynaklar:

1. IFE Core Group, Infant and Young Child Feeding in Emergencies Operational Guidance for Emergency Relief Staff and Programme Managers, Version 3.0 – Oct/2017
2. <https://www.cdc.gov/nutrition/emergencies-infant-feeding/downloads/pages/Infant-Feeding-IYCF-E-H.pdf> 09.02.2023'te erişildi.
3. Emzirme Danışmanlığı Uygulayıcı Kitabı, TC Sağlık Bakanlığı Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü, Çocuk ve Ergen Sağlığı Dairesi Başkanlığı, Ankara, 2019

Çeviri ve Derleme: Uz. Dr. Merve ERDEMİR KULA