

## ANNE SÜTÜ İLE BESLENME NEDEN ÖNEMLİDİR?

- Anne sütü bebek için en doğal ve mükemmel besindir.
- Anne sütü her zaman temiz ve mikropsuzdur.
- Anne sütü daima hazırdır, ekonomiktir.
- Anne sütü tamamıyla ve kolaylıkla sindirilir.
- Anne sütü alan bebeklerde karın ağrısı ve kabızlık daha az görülür.
- Doğumdan sonra gelen ilk sarı süt (ağız sütü) enfeksiyonlara karşı koryucu maddelerden çok zengin bir besindir. Bebeği ishalden,astımdan ve bir çok bulaşıcı hastalıktan korur.
- Anne sütü bebek ile anne arasında özel sevgi bağı kurulmasını sağlar. Bebeğin zihinsel ve ruhsal gelişimi için en uygun besindir.

## DEĞERLİ ANNELER!

**BEBEĞİNİZİ EMZİRMEYE DOĞUMDAN HEMEN SONRA BAŞLARSANIZ;**

**-SÜTÜNÜZ KISA SÜREDE ARTAR**

**-BEBEĞİNİZ İLE ARANIZDAKİ SEVGİ BAĞI ÇABUK KURULUR**

**-DOĞUM ŞİKAYETLERİNİZİN HAFİFLEDİĞİNİ HİSSEDECEKSİNİZ**

-Doğumdan sonra ilk birkaç gün içinde gelen koyu ağız sütü ziyan edilmeden bebeğe mutlaka verilmedlidir.

**-Ağız sütü** bebeğin büyümesini kolaylaştırır.

**-Ağız sütü** ile beraber bebek, hastalıklara karşı koruyucu maddeleride almış olur.

-Bebek sık sık memeye tutulunca emme gücüne bağlı olarak sütünüz artmış olacaktır.

-Anne sütü ile beslenen bebeklerde ishal, solunum yolu ve diğer enfeksiyon hastalıkları daha az görülür.

## BEBEĞE NE ZAMANA KADAR ANNE SÜTÜ VERİLMELİDİR?

-Bebeğe ilk 6 ay yalnızca anne sütü verilmeli, 6 aydan sonra uygun ek besinlerle birlikte emzirme 2 yaş ve ötesine uzatılmalıdır.

-Bebeği ilk 6 ay sadece anne sütü ile beslemek ne kadar önemli ise zamanında uygun ek gıdalarla başlamakta o derece önemlidir.

-Anne sütü önemli bir enerji ve protein kaynağıdır.Çocuğu hastalıklara karşı korur.

-Anne sütünün yeterliliği en kolay yoldan çocuğun ağırlık kazanması, idrar sayısı ile anlaşılır.

**BEBEKLERE  
EK BESİNLER KAŞIKLA VEYA BARDAKLA  
VERİLMELİDİR.**

**BEBEĞİ NE SIKLIKLA  
EMZİRMELİSİNİZ?**

-Sütün bol ve uzun süreli gelebilmesi için bebek her istedikçe ve sık sık emizirilmelidir.

-Bebek kendi isteği ile bırakana kadar emzirmeye devam edilmelidir.

-Sık emzirme, bol süt gelmesini sağladığı gibi göğüslerin şişmesini ve acımasını önler.

**Anne sütü, her annenin bebeğine  
Verebileceği en değerli armağandır.**

## DOĞRU EMZİRME TEKNİKLERİ

-Emzirmeye başlamadan önce bebeğinin altı temiz,elleriniz yıkanmış olmalıdır.

-Bebeğiniz ile birlikte rahat bir yere oturup, gerekirse sırtınız ve kolunuz yastıkla desteklenmelidir.

-Bebeğin vücudu anneye yakın, baş ve vücudu düz şekilde kolunuzun üzerinde, omuz ve poposundan desteklenmiş, burnu meme hizasında olmalıdır.

-Diğer elle meme dört parmak alttan, baş parmak üstten (Çşeklinde) desteklenmelidir. Parmaklarınız kahverengi alana yakın olmamalıdır.

-Emzirirken meme sıkılmadan işaret parmağıyla alttan desteklenmeli, baş parmakla bebeğin burnu kontrol edilmelidir.

-Bebeğin dudak kenarına meme başı değdirilerek arama refleksi uyandırılmalıdır.

-Bebek ağzını açınca meme hemen bebeğin ağzına yerleştirilmelidir.

-Bebeğin sadece meme ucu değil etrafındaki kahverengi kısmı da alabildiği kadar ağzına alması sağlanmalıdır.

-Bebek emerken çenesi memeye dayanmış, alt dudak dışa dönük olmalıdır.

## ANNELER BEBEĞİNİZİ İLK 6 AY YALNIZCA ANNE SÜTÜ İLE BESLEYİNİZ

### SEVGİLİ ANNELERİMİZ

Hastanemizde

çarşamba günleri anne sütü ve emzirme teknikleri ile ilgili eğitimler verilmekte ve siz annelerimizin soruları yanıtlanmaktadır.

Bu konudaki sorularınız için Anne Sütü Eğitimsi Hemşirelerinden yardım alabilirsiniz

### ANNE SÜTÜ BİLGİLENDİRME BROŞÜRÜ



İletişim Bilgileri  
Hastane Tel: 0242 722 13 40  
Dahili No: 442

Sağlıklı nesiller  
anne sütü alan  
bebeklerden oluşur...