



## DOĞUM SONU ERKEN DÖNEMDE ANKSİYETENİN EMZİRME ÜZERİNE ETKİSİ

### THE EFFECT OF ANXIETY ON BREASTFEEDING IN THE EARLY POSTPARTUM PERIOD

Gülçin NACAR <sup>1</sup>, Sevda TÜRKMEN <sup>1</sup>

<sup>1</sup> İnönü Üniversitesi, Doğum Kadın Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı, Malatya, Türkiye

#### ÖZET

Araştırma doğum sonu erken dönemde annelerin anksiyetesinin emzirme üzerine etkisinin belirlenmesi amacıyla yapılmıştır. Tanımlayıcı ve ilişki arayıcı türde olan araştırma, 118 anne ile yürütülmüştür. Veriler, Google Formlar üzerinden oluşturulan online anket yardımı ile sosyal medya platformlarından (WhatsApp, facebook, instagram, twitter vb.) annelere iletilerek toplanmıştır. Araştırma verilerinin toplanmasında Kişisel Tanıtım Formu ve Beck Anksiyete Ölçeği (BAÖ) kullanılmıştır. Verileri değerlendirilmesinde tanımlayıcı istatistikler (sayı, yüzde, ortalama ve standart sapma), t test ve ANOVA kullanılmıştır. Araştırmada annelerin yaş ortalamasının 29.65±5.62 olduğu, %39.9' unun eğitim düzeyinin okuryazar/ilkokul olduğu, %30.5' inin gelir getiren bir işte çalıştığı, %52.5' inin gelirinin giderine eşit/fazla olduğu, %73.7' sinin şehirde ikamet ettiği ve %80.5' inin çekirdek aileye sahip olduğu bulunmuştur. Araştırmada annelerin %49.2' sinin emzirmeye ilişkin eğitim aldığı ve %41.5' inin emzirmeye ilişkin eğitim aldığı kaynağın sağlık personeli olduğu bulunmuştur. Annelerin %56.8' inin doğumdan sonra ilk yarım saat içinde bebeğini emzirdiği, %59.3' ünün anne sütü akışını doğum sonu ilk gün başladığı ve annelerin her bir emzirmede bebeğini ortalama 10.91±4.65 dakika emzirdiği saptanmıştır. Annelerin %61.9' ünün bebeğine ek gıda verdiği ve en çok verdiği ek gıdanın formül mama olduğu görülmüştür. Annelerin %39.8' i anne sütünün bebeğinin ihtiyaçlarını karşılamaya yettiğini, %63.6' sı emzirme ile ilgili problem yaşadığı ve en çok yaşadığı problemlerin sırasıyla yetersiz süt salınımı, meme ucu çatlağı ve içe çökük meme ucu olduğu saptanmıştır. Annelerin %33.9' unun anne sütünü artırıcı ürün kullandığı, en çok kullandığı ürünlerin anne çayı ve rezene olduğu ve bu ürünleri her gün kullandıkları bulunmuştur. Araştırmada annelerin üçte birinden fazlasının hafif düzeyde anksiyete yaşadığı ve anksiyetenin ilk emzirmeye başlama zamanı etkilediği saptanmıştır (p<0.05). Sağlık profesyonellerinin ruhsal problemi olan anneleri yakından izlemesi, emzirmenin desteklenmesi ve ciddi durumlarda tedavinin başlanması için gerekli önlemleri alması ve yönlendirme yapması önerilmektedir.

**Anahtar kelimeler:** Anksiyete, Anne, Doğum sonu, Emzirme.

#### ABSTRACT

The study was conducted to determine the effect of mothers' anxiety on breastfeeding in the early postpartum period. The descriptive and relationship-seeking study was conducted with 118 mothers. The data were collected by sending them to the mothers from social media platforms (WhatsApp, facebook, instagram, twitter, etc.) with the help of an online survey created through Google Forms. Personal Description Form and Beck Anxiety Inventory (BAI) were used to collect research data. Descriptive statistics (number, percentage, mean and standard deviation), t-test and ANOVA were used to evaluate the data. In the study, the mean age of the mothers was 29.65±5.62, 39.9% of them were literate/primary school, 30.5% worked in a job that generates income, 52.5% had an income equal to/more than their expenses, 73.7% resided in the city, and 73.7% lived in the city. It was found that %80.5 of them had nuclear families. In the study, it was found that 49.2% of the mothers received training on breastfeeding and 41.5% of them received training on breastfeeding from health personnel. It was determined that 56.8% of the mothers breastfed their baby in the first half hour after birth, 59.3% of them started the breast milk flow on the first day after birth, and the mothers breastfed their baby for an average of 10.91±4.65 minutes during each breastfeeding. It was observed that 61.9% of the mothers gave additional food to their babies and the most complementary food was formula. It was determined that 39.8% of the mothers had breast milk enough to meet their baby's needs, 63.6% had problems with breastfeeding, and the most common problems were insufficient milk secretion, nipple cracks and inverted nipples, respectively. It was found that 33.9% of the mothers used breast milk enhancing products, and the most used products were mother tea and fennel. In the study, it was determined that more than one third of the mothers experienced mild anxiety and anxiety affected the time to start first breastfeeding (p<0.05). It is recommended that health professionals working with mothers in the early postpartum period closely monitor mothers with mental problems, support breastfeeding, and take necessary precautions and guidance to initiate treatment in severe cases.

**Keywords:** Anxiety, Breastfeeding, Mother, Postpartum.

**Sorumlu Yazar / Corresponding Author:** Gülçin NACAR, Dr. Öğr. Üyesi, İnönü Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Doğum Kadın Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı, Malatya, Türkiye. **E-mail:** gulcin.nacar@gmail.com

**Bu makaleye atıf yapmak için / Cite this article:** Nacar G., Türkmen S. (2022). Doğum Sonu Erken Dönemde Anksiyetenin Emzirme Üzerine Etkisi. *Gevher Nesibe Journal of Medical & Health Sciences*, 7(21), 175-183. <http://doi.org/10.5281/zenodo.7393090>

## GİRİŞ

Anne sütü; yenidoğanın sağlıklı ve yeterli büyüyüp gelişebilmesi için gerekli tüm besin ve enerji ihtiyacını karşılamaya yeten, bağışıklık sistemini geliştiren, sindirimi kolay olan, anne ve bebek arasındaki bağı güçlendiren önemli bir besindir (Tiryaki & Altınkaynak, 2021). Anne sütü ilk altı ay boyunca ek gıda ve sıvı alımına gerek kalmadan bebekte sağlıklı bir gelişim için tüm besin, vitamin ve mineral gereksinimini karşılar (UNICEF, 2018). Bu nedenle Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) doğumdan sonra ilk bir saat içinde emzirmenin başlatılmasını ve ilk 6 ay boyunca bebeğin sadece anne sütü ile beslenmesini önermektedir (DSÖ, 2020).

Emzirme, yenidoğanlarda enfeksiyon ve ölüm oranını, çocuklarda ve ergenlerde aşırı kilo ve obezite riskini azaltmaktadır. Anneler için uzun süre emzirme meme kanseri, over kanseri ve tip 2 diyabet riskini azaltmaktadır (Qian et al., 2021). Emzirmenin sayısız yararı bulunmasına rağmen emzirme oranları arzu edilen düzeyde değildir. İlk altı ayda dünyada yalnızca anne sütü ile besleme oranı %41' dir (Soyhan & Demirci, 2020). Literatürde emzirme ve emzirmeyi sürdürmedeki başarısızlık nedenleri arasında emzirmeye ilişkin bilgi eksikliği, annenin psikolojik sağlığının kötü olması, doğum sonu yaşanan anksiyete ve depresyon, doğum şekli, yenidoğanın sağlık durumu, meme sorunları (çökük meme ucu, çatlak vb.), ilaç kullanımı, alkol, sigara kullanımı gibi birçok faktör yer almaktadır (Akgün Çalışkanyürek & Yıldırım, 2022; Cangöl & Şahin, 2014; Fallon, Groves, Halford, Bennett, & Harrold, 2016). Doğum sonu annenin mental sağlığının kötü olması, bebeğin iyi beslenememesine ve bebek ile annenin fiziksel sağlığında bozulmalara sebep olmaktadır (Akgün Çalışkanyürek & Yıldırım, 2022). Fallon ve arkadaşlarının (2016) yapmış olduğu çalışmada doğum sonu dönemde kadının yaşadığı anksiyetenin, emzirme oranlarını düşürdüğü, anne sütüyle beslenme süresini kısalttığı tespit edilmiştir (Fallon et al., 2016).

Sonuç olarak; emzirmenin bilinen tüm yararlarına rağmen doğum sonu dönemde birçok faktöre bağlı emzirme sorunları yaşanmaktadır. Doğum sonu dönemde karşılaşılan emzirme sorunlarının saptanmasında, bebeğin anne sütü ile beslenmesinde annenin desteklenebilmesi için bu duruma etki eden faktörlerin bilinmesi gerekir. Bu bilgidен hareketle bu araştırma annelerin doğum sonu anksiyetenin emzirme üzerine etkisinin belirlenmesi amacıyla yapılmıştır.

## MATERYAL VE METOD

### Araştırmanın Türü

Araştırma tanımlayıcı ve ilişki arayıcı türdedir.

### Araştırmanın Evren ve Örneklemi

Araştırmanın evrenini, aktif olarak internet-sosyal ağlar (WhatsApp, instagram, facebook, twitter vb.) kullanan, doğum sonu ilk bir ay içinde olan ve araştırmaya katılmayı gönüllü olarak kabul eden anneler oluşturmuştur. Araştırmanın örneklem büyüklüğü, Power analizi sonucunda; %5 tip I hata, 0.22 etki büyüklüğü ve %80 evreni temsil etme gücü ile toplamda 113 anne olarak hesaplanmıştır. Etki büyüklüğü, Bayrı Bingöl ve Demiröz Bal (2021) tarafından yapılan araştırmada bildirilen doğum sonu anksiyete oranı kullanılarak hesaplanmıştır (Bayrı Bingöl & Demiröz Bal, 2021). Olası kayıplar düşünülerek araştırmaya 118 anne dâhil edilmiştir. Araştırmada belirlenen örneklem büyüklüğüne ulaşmak için olasılıksız örnekleme yöntemlerinden kartopu örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Araştırmanın dâhil edilme kriterleri; 18 yaş ve üzerinde olma, Türkçe okuma ve yazma bilme, vajinal doğum yapma, anne yada bebekte herhangi bir kronik, metabolik ve psikiyatrik tanıya sahip olmamadır. Araştırmanın dışlanma kriterleri ise; son doğumda ikiz veya daha fazla bebeğe sahip olma, preterm doğum yapmış olma (<37 hafta), anne (kanama, enfeksiyon vb.) yada bebekte (sarılık, enfeksiyon vb.) doğum sonu komplikasyon oluşmadır.

### Verilerin Toplanması

Araştırma verileri 15 temmuz- 1 Eylül 2022 tarihleri arasında Google Formlar üzerinden oluşturulan online anket yardımı ile sosyal medya platformlarından (WhatsApp, instagram, facebook, twitter vb.) ulaşılan annelere iletilmiştir. Ulaşılan annelere araştırmaya alınma kriterlerine uyan tanıdıkları diğer annelere araştırma linkini yönlendirmeleri istenmiştir.

### Veri Toplama Aracı

Araştırmanın verilerinin toplanmasında ilgili literatür doğrultusunda oluşturulan ‘Kişisel Tanıtım Formu’ ve ‘Beck Anksiyete Ölçeği’ kullanılarak toplanmıştır.

### Kişisel Tanıtım Formu

Literatür rehberliğinde araştırmacılar tarafından oluşturulan form annelerin sosyo-demografik, obstetrik ve emzirmeye ilişkin özelliklerini belirleyen toplam 25 sorudan oluşmaktadır (Akgün Çalışkanyürek & Yıldırım, 2022; Bayrı Bingöl & Demiröz Bal, 2021; Kaya Şenol & Pekyigit, 2021).

### Beck Anksiyete Ölçeği (BAÖ)

Beck ve arkadaşları (1988) tarafından geliştirilen ölçek, anksiyetenin derecesini ve şiddetinin ölçülmesini sağlayan bir ölçüm aracıdır (Beck, Epstein, Brown, & Steer, 1988). Ölçeğin Türkçe uyarlama çalışması Ulusoy ve arkadaşları (1998) tarafından yapılmıştır. Ölçek 21 sorudan oluşan ölçek 4’ lü likert tiptedir. Ölçekteki her bir madde 0 (hiç) – 3 (ciddi) arasında puanlanmaktadır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 0, en yüksek puan 63’ tür. Ölçekten alınan puanın artması bireyin anksiyetesinin artığına işaret eder. Ölçekten alınan toplam puanın 8-15 arasında olması hafif anksiyete, 16-25 arasında olması orta anksiyete ve 26-63 şiddetli anksiyeteyi gösterir. Ölçeğin Cronbach’s Alfa katsayısı 0.93 olarak bulunmuştur (Ulusoy, Sahin, & Erkmn, 1998). Bu çalışmada ölçeğin Cronbach’s Alfa katsayısı 0.88 olarak bulunmuştur.

### Verilerin Değerlendirilmesi

Araştırmada elde edilen veriler SPSS (Statistical Package for Social Sciences) for Windows 25.0 paket programı kullanılarak analiz edilmiştir. Araştırmada yer alan değişkenlerin normal dağılıma uygunluğu Kolmogorov Smirnov ile tespit edilmiştir. Yapılan analiz sonucunda araştırma değişkenlerinin normal dağılıma sahip olduğu bulunmuştur. Verileri değerlendirilmesinde tanımlayıcı istatistikler (sayı, yüzde, ortalama ve standart sapma) kullanılmıştır. Değişkenlerin ikili karşılaştırılmasında t test ve ANOVA kullanılmıştır.

### Araştırmanın Etik Boyutu

Araştırmaya başlamadan önce, İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu’ ndan (Tarih: 05/07/2022 Karar Sayısı: 2022/3707) etik onay alınmıştır. Ayrıca, araştırmaya katılmayı kabul eden kadınlardan, araştırmanın ilk adımı olan gönüllü onam formunu online olarak onaylamaları istenmiştir.

## BULGULAR

Araştırmada annelerin yaş ortalamasının  $29.65 \pm 5.62$  olduğu, %39.9’ unun eğitim düzeyinin okuryazar/ilkokul olduğu, %30.5’ inin gelir getiren bir işte çalıştığı, %52.5’ inin gelirinin giderine eşit/fazla olduğu, %73.7’ sinin şehirde ikamet ettiği ve %80.5’ inin çekirdek aileye sahip olduğu bulunmuştur. Annelerin ortalama gebelik sayısının  $2.56 \pm 1.32$ , ortalama yaşayan çocuk sayısının  $2.10 \pm 1.07$  ve ortalama düşük sayısının  $0.44 \pm 0.71$  olduğu saptanmıştır (Tablo 1).

**Tablo 1.** Annelerin sosyo-demografik ve obstetrik özelliklerinin dağılımı

Sosyo-demografik özellikler	n(%) / $\bar{X} \pm SS$
Yaş	$29.65 \pm 5.62$
<b>Eğitim düzeyi</b>	
Okuryazar/İlkokul	47(39.9)
Ortaokul	20(16.9)
Lise	31(26.3)
Üniversite ve üzeri	20(16.9)
<b>Gelir getiren bir işte çalışma</b>	
Evet	36(30.5)
Hayır	82(69.5)
<b>Gelir durumu</b>	
Gelir giderden az	56(47.5)
Gelir gidere eşit/fazla	62(52.5)

<b>Yaşanılan yer</b>	
Köy/kasaba	31(26.3)
Şehir	87(73.7)
<b>Aile tipi</b>	
Çekirdek	95(80.5)
Geniş	23(19.5)
<b>Gebelik sayısı</b>	2.56±1.32
<b>Yaşayan çocuk sayısı</b>	2.10±1.07
<b>Düşük sayısı</b>	0.44±0.71

Araştırmada annelerin %49.2' sinin emzirmeye ilişkin eğitim aldığı ve %41.5' inin emzirmeye ilişkin eğitim aldığı kaynağın sağlık personeli olduğu bulunmuştur. Annelerin tamamının bebeğini emzirdiği, %56.8' inin doğumdan sonra ilk yarım saat içinde bebeğini emzirdiği, %59.3' ünün anne sütü akışımı doğum sonu ilk gün başladığı ve annelerin her bir emzirmede bebeğini ortalama 10.91±4.65 dakika emzirdiği saptanmıştır. Annelerin %61.9' ünün bebeğine ek gıda verdiği ve en çok verdiği ek gıdanın formül mama olduğu görülmüştür. Annelerin %39.8' i anne sütünün bebeğinin ihtiyaçlarını karşılamaya yettiğini, %63.6' sı emzirme ile ilgili problem yaşadığı ve en çok yaşadığı problemlerin sırasıyla yetersiz süt salınımı, meme ucu çatlağı ve içe çökük meme ucu olduğu saptanmıştır. Annelerin %33.9' unun anne sütünü arttırıcı ürün kullandığı, en çok kullandığı ürünlerin anne çayı ve rezene olduğu ve bu ürünleri her gün kullandıkları bulunmuştur (Tablo 2).

**Tablo 2.** Annelerin emzirmeye ilişkin özelliklerinin dağılımı

<b>Değişkenler</b>	<b>n(%) / X±SS</b>
<b>Emzirmeye ilişkin eğitim alma</b>	
Evet	58(49.2)
Hayır	60(50.8)
<b>Emzirmeye ilişkin eğitimin alındığı kaynak</b>	
Sağlık personeli	49(41.5)
Aile/arkadaş/komşu	8(6.8)
İnternet/televizyon	1(0.8)
<b>Bebeği emzirme durumu</b>	
Evet	118(100.0)
Hayır	-
<b>Doğumdan sonra emzirmeye başlama zamanı</b>	
İlk yarım saatte	67(56.8)
İlk bir saatte	28(23.7)
Bir saatten uzun bir sürede	23(19.5)
<b>Anne sütü akışımının başlama zamanı</b>	
İlk gün	70(59.3)
İkinci gün	48(40.7)
<b>Emzirme süresi (dakika/kere)</b>	10.91±4.65
<10 dakika	30(25.4)
≥10 dakika	88(74.6)
<b>Bebeğe anne sütü dışında ek gıda verme</b>	
Evet	73(61.9)
Hayır	45(38.1)
<b>Bebeğe verilen ek gıda*</b>	
Formül mama	73(61.9)
Su	10(8.5)
<b>Anne sütünün bebeğin ihtiyaçlarını karşılamaya yetme durumu</b>	
Evet	47(39.8)
Hayır	71(60.2)
<b>Emzirme ile ilgili problem yaşama</b>	
Evet	75(63.6)
Hayır	43(36.4)
<b>Emzirme ile ilgili yaşanan problem*</b>	
Yetersiz süt salınımı	69(58.5)
Meme ucu çatlağı	23(19.5)

İçe çökük meme ucu	22(18.6)
<b>Anne sütünü artırıcı ürün kullanımı</b>	
Evet	40(33.9)
Hayır	78(66.1)
<b>Anne sütünü artırıcı ürün kullanım sıklığı</b>	
Her gün	40(33.9)
<b>Anne sütünü artırıcı ürün*</b>	
Anne çayı	25(21.2)
Rezene	23(19.5)

\*Birden fazla cevap verilmiştir.

Araştırmada Beck Anksiyete Ölçeği puan ortalamasının  $8.36 \pm 6.88$  olduğu ve annelerin %36.4' ünün hafif düzeyde anksiyete yaşadığı saptanmıştır. Araştırmada doğum sonu ilk bir saat içinde emzirmeye başlayan annelerin anksiyete düzeyinin ilk yarım saat ve ilk bir saatten daha uzun süre sonra başlayan annelere göre daha yüksek olduğu saptanmıştır ( $p=0.001$ ). Annenin anksiyete düzeyi ile emzirmeye ilişkin eğitim alma, anne sütü akışının başlama zamanı, her bir seferde emzirme süresi, bebeğe anne sütü dışında ek gıda verme, anne sütünün bebeğin ihtiyaçlarını karşılama durumu, emzirme ile ilgili sorun yaşama ve anne sütünü artırıcı ürün kullanımı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkinin olmadığı bulunmuştur ( $p>0.05$ ; Tablo 3).

**Tablo 3.** Gebelerin emzirmeye ilişkin özellikleri ile anksiyete düzeyinin karşılaştırılması

Değişkenler	Beck Anksiyete Ölçeği <sup>o</sup>	İstatistiksel test ve anlamlılık
	X±SS	
<b>Emzirmeye ilişkin eğitim alma</b>		
Evet	8.55±7.61	t* =0.290
Hayır	8.18±6.15	p=0.773
<b>Doğumdan sonra emzirmeye başlama zamanı</b>		
İlk yarım saatte	6.49±5.55	F <sup>y</sup> =9.215
İlk bir saatte	12.71± 8.42	<b>p=0.001</b>
Bir saatten uzun bir sürede	8.52±6.11	
<b>Anne sütü akışının başlama zamanı</b>		
İlk gün	7.79±4.91	t=-1.104
İkinci gün	9.21±9.01	p=0.272
<b>Emzirme süresi (dakika/kere)</b>		
<10 dakika	6.80±5.92	t =-1.449
≥10 dakika	8.89±7.13	p=0.150
<b>Bebeğe anne sütü dışında ek gıda verme</b>		
Evet	8.56±7.54	t =0.339
Hayır	8.11±5.76	p=0.735
<b>Anne sütünün bebeğin ihtiyaçlarını karşılamaya yetme durumu</b>		
Evet	8.12±5.79	t =-0.303
Hayır	8.52±7.55	p=0.762
<b>Emzirme ile ilgili problem yaşama</b>		
Evet	8.69±7.88	t =0.684
Hayır	7.79±4.68	p=0.495
<b>Anne sütünü artırıcı ürün kullanımı</b>		
Evet	8.82±7.27	t =0.519
Hayır	8.12±6.70	p=0.605

\*Bağımsız gruplarda t testi; <sup>y</sup>F: ANOVA testi, <sup>o</sup>Beck Anksiyete Ölçeği puan ortalaması:  $8.36 \pm 6.88$  dir.

## TARTIŞMA

Doğum sonu psikolojik problemler emzirmeyi olumsuz etkilemektedir (Lara-Cinisomo, McKenney, Di Florio, & Meltzer-Brody, 2017). Doğum sonu anksiyete, annelerin emzirmeye başlama, emzirmeyi sürdürme, etkili emzirme ve sadece anne sütü ile beslemeyi olumsuz etkilemektedir (Fallon et al., 2016). Doğum sonu erken dönemde anksiyetenin emzirme üzerine etkisini incelemek amacıyla yapılan bu araştırmada annelerin üçte birinden fazlasının hafif düzeyde anksiyetesinin olduğu ve anksiyetenin ilk emzirmeye başlama zamanı etkilediği saptanmıştır.



Anne sütü ile beslemenin yararlarının farkında olmama, emzirme aşamasında ortaya çıkan sorunlar ile etkin baş etme yollarını bilmeme annelerin bebeklerini emzirmeme ya da emzirmeye son verme önündeki önemli engellerdir. Annelerin etkin bir eğitim ve destek ile bahsi geçen engeller ile baş edebildiği ve emzirme oranlarının arttığı bilinmektedir (Tiryaki & Altınkaynak, 2021). Bu çalışmada annelerin %49.2' sinin emzirmeye ilişkin eğitim aldığı ve %41.5' inin emzirmeye ilişkin eğitim aldığı kaynağın sağlık personeli olduğu bulunmuştur. Akgün Çalışkanyürek ve arkadaşları (2022) annelerin % 66.7'sinin emzirme eğitimi aldığını ve % 31.5' nin doktordan ve % 56.8' inin hemşireden emzirme eğitimi aldığını bildirmiştir (Akgün Çalışkanyürek & Yıldırım, 2022). Kaya Şenol ve Pekiğit (2021) doğum sonu annelerin %83.1' nin emzirme eğitimi aldığını ve %70.9' unun sağlık personelinde eğitim aldığını bulmuştur (Kaya Şenol & Pekiğit, 2021). Bu çalışmada kadınların emzirme eğitimi alma oranının Akgün Çalışkanyürek ve arkadaşları (2022) ile Kaya Şenol ve Pekiğit (2021)' un çalışmalarından daha düşük olduğu görülmektedir. Farklılığın araştırmaların yapıldığı farklı bölgelerden kaynaklandığı düşünülmektedir.

Bu çalışmada annelerin tamamının bebeğini emzirdiği, %56.8' inin doğumdan sonra ilk yarım saat içinde bebeğini emzirdiği, %59.3' ünün anne sütü akışının doğum sonu ilk gün başladığı ve annelerin her bir emzirmede bebeğini ortalama 10.91±4.65 dakika emzirdiği saptanmıştır. Kaya Şenol ve Pekiğit (2021) annelerin %62.2' sinin bebeğini ilk yarım saatte emzirdiğini, %70.3' ünün her emzirmede bebeğini 10-20 dakika emzirdiğini bildirmiştir. Akgün Çalışkanyürek ve arkadaşları (2022) annelerin %51.7' sinin bebeğini 15-30 dakika emzirdiğini saptamıştır. Yenal ve arkadaşları (2013) annelerin %57.7' sinin bebeklerini ilk bir saatten daha uzun bir süre sonra emzirdiğini ve her emzirmede ortalama 15.23±8.99 dakika emzirdiğini bulmuştur (Yenal, Aluş Tokat, Durgun Ozan, Çeçe, & Bakılan Abalin, 2013). İnce ve arkadaşları (2010) da annelerin süt akışının doğum sonu ortalama 3.0±2.0 gün sonra başladığını, bebeğin doğum sonu ortalama 2.8 ± 6.8 saat sonra ilk kez emzirildiğini saptamıştır (Ince, Kondolot, Yalçın, & Yurdakök, 2010). Araştırma bulgularının literatürü desteklediği, yalnızca anne sütü akışı zamanının Yenal ve arkadaşlarının (2010) bulgusundan farklı olduğu görülmektedir. Bu farklılığın Yenal ve arkadaşlarının (2010) araştırmasında hem sezaryen hem de vajinal doğum yapan annelerin bulunmasından kaynaklandığı düşünülmektedir.

DSÖ (2020) dünya genelinde ilk altı ayda bebeklerin yalnızca anne sütü ile beslenme oranının %44 olduğunu bildirmiştir (DSÖ, 2020). Türkiye Nüfus Sağlık Araştırması (2018) verileri ise, ülkemizde annelerin neredeyse tamamının (%97) bebeklerini emzirmeye başladığı ancak emzirmeyi altı aya kadar sürdürme oranının %41' e düştüğünü göstermektedir (TNSA, 2018). Bu çalışmada annelerin %39.8' i anne sütünün bebeğinin ihtiyaçlarını karşılamaya yettiğini, %61.9' ünün bebeğine ek gıda verdiğini ve en çok verdiği ek gıdanın formül mama olduğu görülmüştür. Bayrı Bingöl ve Demiröz Bal (2021) annelerin %21' inin bebeklerine anne sütü ile birlikte formül mama takviyesi yaptığını bulmuştur (Bayrı Bingöl & Demiröz Bal, 2021). İnce arkadaşları (2010) annelerin %66.2' sinin bebeklerine anne sütü ile birlikte formül mama verdiğini bildirmiştir (Ince et al., 2010). Di Mario ve arkadaşları (2017) doğum sonu ilk 3 ay içinde annelerin %52' sinin bebeğine yalnızca anne sütü verdiğini, diğer annelerin bebeklerine formül mama, su ve meyve suyu verdiğini saptamıştır (Di Mario et al., 2017). Araştırma sonuçlarına bakıldığında farklılıkların olduğu görülmektedir. Annelerin bebeklerini besleme pratiklerini etkileyen pek çok faktör bulunmaktadır. Farklılığın annelerin eğitim, yaş, gelir, kültürel yapı ve psikososyal yapı gibi değişkenlerden (Tiryaki & Altınkaynak, 2021) kaynaklandığı düşünülmektedir.

Anneler doğum sonu dönemde çeşitli emzirme sorunları yaşamaktadır (İnce, Aktaş, Aktepe, & Aydın, 2017; Tiryaki & Altınkaynak, 2021). Bu çalışmada annelerin %63.6' sı emzirme ile ilgili problem yaşadığı ve en çok yaşadığı problemlerin sırasıyla yetersiz süt salınımı, meme ucu çatlağı ve içe çökük meme ucu olduğu saptanmıştır. Li ve arkadaşları (2022) annelerin %44.1' inin sırt ağrısı, %28.5' inin bebeği emzirememe ve %47.1' inin yetersiz anne sütü salınımı nedeniyle emzirmeye ilişkin sorun yaşadığını bildirmiştir (Li et al., 2022). Karaçam ve Sağlık (2018) annelerin en sık yaşadığı emzirme sorunlarının memede kızarıklık/ısı değişimi, meme ucunda çatlak/ağrı/kanama, memede dolgunluk ve anne sütü yetersizliği endişesi olduğunu bulmuştur (Karaçam & Sağlık, 2018). Yenal ve arkadaşları (2010) ise annelerin %38.2' sinin ilk emzirmede sorun yaşadığını saptamıştır (Yenal et al., 2013). Şahin ve arkadaşları (2013) emzirme sürecinde annelerin %46' sının meme başı ağrısı ve çatlağı, %34.2' sinin yetersiz süt salınımı endişesi, %29.8' nin fazla süt salınması endişesi ve %11.6' sının düz ve içe çökük meme başı nedeniyle müzdarip olduğunu saptamıştır (Şahin et al., 2013). Araştırma bulgumuz Li ve arkadaşları (2022), Karaçam ve Sağlık (2018), Yenal ve arkadaşları (2010) ve Şahin ve arkadaşları (2013)' nin bulgusunu destekler niteliktedir.

Emzirme sürecinde annelerin büyük bir kısmı sütünün bebeğin ihtiyaçlarını karşılamayacağını düşünmektedir. Bu düşünce ile genellikle anneler sütlerini artırmaya yönelik çeşitli besinleri ve içecekleri tüketmeye yönelmektedir (Tanrıverdi, Köroğlu, Kültürsay, & Egemen, 2014). Bu araştırmada annelerin %33.9'unun anne sütünü artırıcı ürün kullandığı, en çok kullandığı ürünlerin anne çayı ve rezene olduğu bulunmuştur. Erkaya ve arkadaşları (2015) annelerin sütlerini artırmak için %34.7'sinin rezene çayı ve %27.4'ünün anne çayı (Humana Stil Tea) kullandığını bildirmiştir (Erkaya, Gürsoy, & Gül, 2015). Gökduman ve Akdolun Balkaya (2010) annelerin %30.1'inin anne sütünü artırmak için bitki çayı içtiğini ve çoğunlukla kullandıkları bitki çayının rezene olduğunu saptamıştır (Gökduman & Akdolun Balkaya, 2010). Araştırma bulgumuz Erkaya ve arkadaşları (2015) ile Gökduman ve Akdolun Balkaya (2010)'nın bulgusu ile benzerdir.

Doğum sonu anksiyete yaygın görülen bir durumdur (Yatziv, Vancor, Bunderson, & Rutherford, 2021). Bu araştırmada annelerin %36.4'ünün hafif düzeyde anksiyete yaşadığı saptanmıştır. Doğum sonu anksiyete prevalansı %11-40 arasında değişmektedir (Fairbrother, Janssen, Antony, Tucker, & Young, 2016; Field, 2018; Sezer, 2021; Somerville et al., 2015). Bayrı Bingöl ve Demiröz Bal (2021) tarafından ülkemizde yapılan çalışmada, doğum sonu 2-6 haftalarda annelerin %37.4'ünün anksiyete yaşadığı bulunmuştur (Bayrı Bingöl & Demiröz Bal, 2021). Araştırmada saptanan doğum sonu anksiyete oranı literatürü destekler niteliktedir.

Postpartum erken dönemde anksiyete annenin bebeğine daha az bakım verme, daha az dokunma, daha az gülümseme ve bebeği daha fazla kontrol altında tutmasına yol açarken, daha sonraki evrelerde bebekte dil gelişimine engel olma, sosyal etkileşim sorunlarına yol açma, bağlanma bozuklukları, okula alışmada zorluk ve bağımlı kişilik özellikleri geliştirme ile ilişkili bulunmuştur (Hakanen et al., 2019; Korja, Nolvi, Grant, & McMahon, 2017). Bu araştırmada anksiyetenin bebeği ilk emzirme zamanını etkilediği bulunmuştur. Doğum sonu ilk bir saat içinde emzirmeye başlayan annelerin anksiyete düzeyinin, ilk yarım saat ve ilk bir saatten daha uzun süre sonra başlayan annelere göre daha yüksek olduğu saptanmıştır (p=0.001). Özsoylu (2019) bebekleri yenidoğan yoğun bakımda yatan anneler ile yaptığı çalışmada anksiyetenin doğumdan 24 saat sonraki emzirme başarısını negatif yönde etkilediğini bulmuştur (Özsoylu, 2019). Akgün Çalışkanyürek ve arkadaşları (2022) doğum sonu ruhsal durumların emzirme tutumu üzerine etkisini incelediği çalışmada, durumluk kaygı düzeyinin emzirme tutumunu etkileyen en önemli faktör olduğunu saptamıştır (Akgün Çalışkanyürek & Yıldırım, 2022). Kaya Şenol ve Pekyigit (2021) doğum sonu stres düzeyinin emzirme öz yeterliğini negatif yönde etkilediğini bildirmiştir (Kaya Şenol & Pekyigit, 2021). Fallen ve arkadaşları (2016) sistemetik derleme çalışmada doğum sonu anksiyetenin emzirmeyi başlatma ve sürdürmeyi olumsuz etkilediğini saptamıştır. Emziren annelerde ise anksiyetenin etkin emzirme ve sadece anne sütü ile emzirmeyi sekteye uğrattığını bildirmiştir. Sonuç olarak doğum sonu anksiyete ve diğer ruhsal sorunların emzirmeyi olumsuz etkilediği ve bu araştırmanın da mevcut literatüre katkı sağladığı saptanmıştır.

## SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırma sonucunda annelerin üçte birinden fazlasının hafif düzeyde anksiyete yaşadığı ve doğum sonu erken dönemde anksiyetenin ilk emzirmeye başlama zamanını etkilediği saptanmıştır. Sağlık profesyonellerinin doğum sonu mental sorunların emzirmeyi sekteye uğratma gibi ciddi sonuçlara yol açtığını bilmesi ve anneleri mental sorunlar bakımından taraması önerilmektedir. Sağlık profesyonellerinin ruhsal problemi olan anneleri yakından izlemesi, emzirmenin desteklenmesi ve ciddi durumlarda tedavinin başlanması için gerekli önlemleri alması ve yönlendirme yapması önerilmektedir.

### Teşekkür

Araştırmaya katılmayı kabul eden tüm annelere teşekkür ederiz.

### Çıkar Çatışması

Yazarlar arasında çıkar çatışması bulunmamaktadır.

### Yazar Katkıları

Plan, tasarım: GN, ST; Materyal, metot ve veri toplama: GN, ST; Analiz ve yorum: GN; Yazım ve eleştirel değerlendirme: GN, ST.

### Finansal Destek

Bu araştırmanın tüm giderleri araştırmacılar tarafından karşılanmış olup herhangi bir finansal kaynak kullanılmamıştır.

**KAYNAKLAR**

- Akgün Çalışkanyürek, S. S., & Yıldırım, D. İ. (2022). 18-49 Yaş Arası Lohusaların Ruhsal Durumlarının Emzirme Tutumuna Etkisi. *Selcuk Tıp Dergisi*, 38(1), 30–39. <https://doi.org/10.30733/std.2022.233>
- Bayrı Bingöl, F., & Demiröz Bal, M. (2021). Doğum Sonrası Maternal Anksiyete ve Bağlanmayı Etkileyen Faktörler. *STED / Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi*, 30(1), 60–68. <https://doi.org/10.17942/std.887220>
- Beck, A. T., Epstein, N., Brown, G., & Steer, R. A. (1988). An inventory for measuring clinical anxiety: psychometric properties. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 56(6), 893–897. <https://doi.org/10.1037//0022-006X.56.6.893>
- Cangöl, E., & Şahin, N. H. (2014). Emzirmeyi Etkileyen Faktörler ve Emzirme Danışmanlığı. *Zeynep Kamil Tıp Bülteni*, 45(3), 100. <https://doi.org/10.16948/ZKTB.80388>
- Di Mario, S., Borsari, S., Verdini, E., Battaglia, S., Cisbani, L., Sforza, S., ... Basevi, V. (2017). Regular monitoring of breast-feeding rates: feasible and sustainable. The Emilia-Romagna experience. *Public Health Nutrition*, 20(11), 1895–1902. <https://doi.org/10.1017/S136898001700074X>
- DSÖ. (2020). 10 facts on ageing and health. In *WHO*. <https://doi.org/10.1097/00007611-200107000-00007>
- Erkaya, R., Gürsoy, A. A., & Gül, H. (2015). Annelerin anne sütünü artırmaya yönelik aldıkları besinler. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 4(5), 373–387. Retrieved from <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/220151>
- Fairbrother, N., Janssen, P., Antony, M. M., Tucker, E., & Young, A. H. (2016). Perinatal anxiety disorder prevalence and incidence. *Journal of Affective Disorders*, 200, 148–155. <https://doi.org/10.1016/J.JAD.2015.12.082>
- Fallon, V., Groves, R., Halford, J. C. G., Bennett, K. M., & Harrold, J. A. (2016). Postpartum Anxiety and Infant-Feeding Outcomes. *Journal of Human Lactation : Official Journal of International Lactation Consultant Association*, 32(4), 740–758. <https://doi.org/10.1177/0890334416662241>
- Field, T. (2018). Postnatal anxiety prevalence, predictors and effects on development: A narrative review. *Infant Behavior and Development*, 51, 24–32. <https://doi.org/10.1016/J.INFBEH.2018.02.005>
- Gökdoğan, M., & Akdolun Balkaya, N. (2010). Anne Sütünü Artırmaya Yönelik Bitkisel Çay Kullanımı ve Etkileyen Faktörler. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Elektronik Dergisi*, 3(4), 187–194. Retrieved from <http://www.deuhyoedergi.org>
- Hakanen, H., Flykt, M., Sinervä, E., Nolvi, S., Kataja, E. L., Pelto, J., ... Korja, R. (2019). How maternal pre- and postnatal symptoms of depression and anxiety affect early mother-infant interaction? *Journal of Affective Disorders*, 257, 83–90. <https://doi.org/10.1016/J.JAD.2019.06.048>
- İnce, T., Aktaş, G., Aktepe, N., & Aydın, A. (2017). The evaluation of the factors affecting mothers' breastfeeding self-efficacy and breastfeeding success. *Journal of Dr Behcet Uz Children s Hospital*, 7(3), 183. <https://doi.org/10.5222/buchd.2017.183>
- Ince, T., Kondolot, M., Yalçın, S. S., & Yurdakök, K. (2010). Annelerin emzirme danışmanlığı alma durumları. *Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Dergisi*, 53(3), 189–197.
- Karaçam, Z., & Sağlık, M. (2018). Breastfeeding problems and interventions performed on problems: Systematic review based on studies made in Turkey. *Türk Pediatri Arsivi*, 53(3), 134–148. <https://doi.org/10.5152/TurkPediatriArs.2018.6350>
- Kaya Şenol, D., & Pekiğiğit, A. (2021). Normal Doğum ve Sezaryende Doğum Sonu Stresin Emzirme Özyeterliliğine Etkisi. *Jinekoloji-Obstetrik ve Neonatoloji Tıp Dergisi*, 18(4), 1062–1069. <https://doi.org/10.38136/jgon.804407>
- Korja, R., Nolvi, S., Grant, K. A., & McMahon, C. (2017). The Relations Between Maternal Prenatal Anxiety or Stress and Child's Early Negative Reactivity or Self-Regulation: A Systematic Review. *Child Psychiatry & Human Development* 2017 48:6, 48(6), 851–869. <https://doi.org/10.1007/S10578-017-0709-0>
- Lara-Cinisomo, S., McKenney, K., Di Florio, A., & Meltzer-Brody, S. (2017). Associations Between Postpartum Depression, Breastfeeding, and Oxytocin Levels in Latina Mothers. [https://Home.Liebertpub.Com/Bfm,12\(7\),436–442](https://Home.Liebertpub.Com/Bfm,12(7),436-442). <https://doi.org/10.1089/BFM.2016.0213>
- Li, L., Wu, Y., Wang, Q., Du, Y., Friesen, D., Guo, Y., ... Zhou, H. (2022). Determinants of breastfeeding self-efficacy among postpartum women in rural China: A cross-sectional study. *PLoS ONE*, Vol. 17. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0266273>
- Özsoylu, D. Y. (2019). Yenidoğan Yoğun Bakım Ünitesi'nde Bebeği Yatan Annelerin Emzirme Özyeterlilik Ve Anksiyete Düzeylerinin Emzirme Başarısına Etkisi (İstinye Üniversitesi / Sağlık Bilimleri Enstitüsü; Vol. 8). Retrieved from <http://acikerisim.istinye.edu.tr/xmlui/handle/20.500.12713/1239>
- Qian, J., Wu, T., Lv, M., Fang, Z., Chen, M., Zeng, Z., ... Zhang, J. (2021). The Value of Mobile Health in Improving Breastfeeding Outcomes Among Perinatal or Postpartum Women: Systematic Review and Meta-analysis of Randomized Controlled Trials. *JMIR MHealth and UHealth*, 9(7). <https://doi.org/10.2196/26098>
- Şahin, H., Yılmaz, M., Aykut, M., Balcı, E., Sağıroğlu, M., & Öztürk, A. (2013). Kayseri ' de iki toplum sağlığı merkezine başvuran annelerde emzirme sorunları ve risk etmenleri. *Türk Pediatri Arşivi Dergisi*, 48, 145–151.



- Sezer, M. N. (2021). *Sakarya ilinde doğum sonrası kadınlarda anksiyete ve depresyon sıklığı ve ilişkili etmenler* (Sakarya Üniversitesi). Retrieved from <https://acikerisim.sakarya.edu.tr/handle/20.500.12619/98077>
- Somerville, S., Byrne, S. L., Dedman, K., Hagan, R., Coo, S., Oxnham, E., ... Page, A. C. (2015). Detecting the severity of perinatal anxiety with the Perinatal Anxiety Screening Scale (PASS). *Journal of Affective Disorders, 186*, 18–25. <https://doi.org/10.1016/J.JAD.2015.07.012>
- Soyhan, F., & Demirci, N. (2020). Türkiye ve dünyada emzirme danışmanlığı. *Kadın Sağlığı Hemşireliği Dergisi, 6*(2), 101–114. <https://doi.org/10.1177/0890334405283622SA>
- Tanrıverdi, S., Köroğlu, Ö. A., Kültürsay, N., & Egemen, A. (2014). Annelerin Anne Sütünü Arttıran Faktörlere İlişkin Görüş ve Yaklaşımları Mothers' Opinions and Attitudes about the Factors Increasing Breast Milk Yield. *The Journal of Pediatric Research, 1*(2), 84–90. <https://doi.org/10.4274/jpr.87597>
- Tiryaki, Ö., & Altunkaynak, S. (2021). Emzirme danışmanlığında hemşirenin rolü. *STED / Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi, 30*(3), 0–1. <https://doi.org/10.17942/sted.627192>
- TNSA. (2018). *Türkiye Nüfus Sağlık Araştırması*. Retrieved from [http://www.hips.hacettepe.edu.tr/tnsa2018/%0Arapor/TNSA2018\\_ana\\_Rapor.pdf](http://www.hips.hacettepe.edu.tr/tnsa2018/%0Arapor/TNSA2018_ana_Rapor.pdf).
- Ulusoy, M., Sahin, N. H., & Erkmen, H. (1998). Turkish Version of the Beck Anxiety Inventory. *Journal of Cognitive Psychotherapy, 12*, 163–172. Retrieved from [https://www.scirp.org/\(S\(i43dyn45teexjx455qlt3d2q\)\)/reference/ReferencesPapers.aspx?ReferenceID=1597300](https://www.scirp.org/(S(i43dyn45teexjx455qlt3d2q))/reference/ReferencesPapers.aspx?ReferenceID=1597300)
- UNICEF. (2018). The benefits of breastfeeding - Baby Friendly Initiative. Retrieved October 18, 2022, from <https://www.unicef.org.uk/babyfriendly/about/benefits-of-breastfeeding/> website: <https://www.unicef.org.uk/babyfriendly/about/benefits-of-breastfeeding/>
- Yaman, S., & Balcı, E. (2019). Anne sütünü artıran geleneksel uygulamalar. *Sağlık Akademisyenleri Dergisi, 6*(4), 230–236. Retrieved from <http://dergipark.gov.tr/sagakaderg>
- Yatziv, T., Vancor, E. A., Bunderson, M., & Rutherford, H. J. V. (2021). Maternal perinatal anxiety and neural responding to infant affective signals: Insights, challenges, and a road map for neuroimaging research. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews, 131*, 387–399. <https://doi.org/10.1016/J.NEUBIOREV.2021.09.043>
- Yenal, K., Aluş Tokat, M., Durgun Ozan, Y., Çeçe, Ö., & Bakılan Abalin, F. (2013). Annelerin Emzirme Özyeterlilik Algıları İle Emzirme Başarıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Hemşirelikte Eğitim ve Araştırma Dergisi, 10*(2), 14–19.