

Anne Sütünün Faydaları Nelerdir?

- * Anne sütü en doğal ve en taze besindir.
- * Anne sütü yeni doğan bebek için en ideal besindir.
- * Anne sütü her zaman temiz ve mikropsuzdur.
- * Anne sütü daima hazırdır; ekonomiktir, özel harcama gerektirmez.
- * Anne sütü tamamıyla ve kolaylıkla sindirilir.
- * Anne alan bebeklerde karın ağrısı ve kabızlık daha az görülür.
- * Anne sütü ve doğumdan sonra gelen sarı süt(Ağız sütü)bebeği hastalıklardan korur.
- * Anne sütü bebekle anne arasında özel sevgi bağı kurulmasını sağlar.
- * Anne sütü alan bebekler diğer besinlerle beslenen bebeklerden daha zeki olurlar.
- * Anne sütünde %80 su vardır ayrıca su vermeye gerek yoktur.

**SIK SIK EMZİRİLİNCE
SÜT DAHA ÇABUK GELECEKTİR**

Emzirmeye Ne zaman Başlamalıyız?



- * Emzirmeye doğumdan sonra ilk yarım saat içinde başlamanız gereklidir.
- * Doğumdan sonra ilk bir kaç gün içinde gelen koyu ağız sütü ziyan edilmeden bebeğe mutlaka verilmelidir.
- * Ağız sütü bebeğin büyümesini kolaylaştırır, ayrıca hastalıklara karşı koruyucu maddeleri de ağız sütüyle beraber almış olur.
- * Doğumdan hemen sonra emzirmeye başlayan annenin önceleri az miktarda gelen sütü bebeğin emmesi kısa zamanda artacaktır.
- * Doğumdan sonra 1-2 gün süt gelmese bile mama ve şekerli su verilmemelidir. bebek sık sık emzirilmelidir.

**BEBEĞİNİZİ DOĞUMDAN
HEMEN SONRA EMZİRİN**

Anne Sütü Kaç Aya kadar Verilmelidir. ve Yeterliği Nasıl Anlaşır?

Bebeğe ilk 6 ay sadece anne sütü ile beslenmek ne kadar önemli ise zamanında ve uygun ek gıdalarla başlamak da o derece önemlidir.

Anne sütü önemli bir enerji kaynağıdır. Çocuğun ilk 2 yıl boyunca hastalıklara karşı korur.

* Ancak 6 ayda doğum ağırlığının iki katı olmuş bebeğe yalnızca anne sütü yetmez.

* Anne sütünün yeterliliği, en kolay yoldan çocuğun ağırlık kazanmasıyla anlaşılır. Ayrıca tok çocuk rahat uyur, hastalanmadıkça huzursuz değildir.

* Bebeği ilk 6 ay anne sütüyle, 6 aydan sonra da uygun ek besinlerle birlikte 2 yaşına kadar EMZİRİLMELİDİR.

**EMZİK VE BİBERON ASLA
VERMEYİNİZ**



Ne Sıklıkla Emzirilir ?

- * Sütün yeterince gelmesi için emzirmenin sık yapılması gerekir. Bebek her ağladığında ve arandığında emzirmelidir.
- * Yeni doğan bebekler genellikle günde 8-10 öğün emmek isterler. Öğün sayısı daha sonra giderek azalır.
- * Sık emzirme, bol süt gelmesini sağladığı gibi göğüslerin şişmesini ve acımasını da önler.

Emzirirken Nelere Dikkat Etmeliyiz?

- * Bebeğin vücudu anneye yakın olmalı, baş vücudu düz bir şekilde tutulmalı, gerekirse omuz ile birlikte poposundan desteklenmeli ve burnu anne memesi hizasında olmalıdır.
- * Emzirmede sadece meme başını değil, meme başı çevresindeki koyu renkli bölgeyi de çocuğun ağzına alması ve çenesinin memeyi bastırması sağlanmalıdır.
- * Emzirdikten sonra bebek dik olarak omuza dayandırılıp yuttuğu hava çıkartılmalıdır.
- * Anne sütü oda ısısında 3 saat, buzdolabında 3 gün derin dondurucuda 3 ay bekleyebilir.

Bebeğiniz

3 Saatten Fazla

Uyursa Uyandırarak Emzirin



İLETİŞİM:

Selahaddin Eyyübi Mah. Recep Tayyip Erdoğan Bulvarı
No: 19 T. Telekom Yani PK. 63300 Haliliye/ŞANLIURFA



0.414 318 72 00



0.414 318 74 02



www.sanliurfahsm.gov.tr



sanliurfa.hsm@saglik.gov.tr

**SÜT BİRİKİNCE SÜTÜNÜZÜ
MUTLAKA SAĞINIZ**



T.C. Sağlık Bakanlığı

ŞANLIURFA

Halk Sağlığı Müdürlüğü