

Hazırlayan: Mustafa Hacımustafaoğlu

Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı,
Çocuk Enfeksiyon Hastalıkları Bilim Dalı, Bursa, Türkiye

İzleme aldığım 4 aylık bebeği olan ve bebeğini emziren bir anne tekrar hamile kalmış. Bu durumda bebeğini emzirmeye devam edip etmemesi konusunda ne önerirsiniz?

Dr. Kezban İpek, Bursa

Yanıt: Dr. Mustafa Hacımustafaoğlu

Bu durumda bunla bağlantılı diğer durumlarda dikkate alınması gereken birkaç faktör vardır.

1) Anne sütü aslında özellikle ilk 6 ay içinde etkin bir doğum kontrolü sağlar ve gebeliği önleyici özelliği vardır. Süt gelmesini sağlayan prolaktin hormonu aynı zamanda yumurtalıklardan yumurta salınımını, dolayısı ile gebeliği engeller. Ancak her kadının vücut içi dengeleri ve metabolizması ve hormon düzeyleri farklıdır. Bu nedenle emzirme gebeliğin kesin önlenmesi için garanti sağlamaz. Emziren bir annede; eğer bebek sadece anne sütü ile besleniyorsa, anne bebeğini düzenli aralıklarla (gündüz ve gece) emziriyorsa, anne hastalık vs. gibi nedenlerden ötürü emzirmeye hiç ara vermemişse, annenin adetleri henüz başlamamışsa ilk 6 ay içinde maksimal kontraseptif etki sağlar ve bu etki oral kontraseptiflere yakındır (yaklaşık %99 a yakın). Emzirme kesildikten kısa bir süre sonra overlerden tekrar yumurta salınımı başlar ve emzirmenin kontaseptif etkisi ortadan kalkar.

2) Aslında emziren annelere oral kontraseptif verilebilir. Her türlü oral kontraseptif verilebilir ama kombine oral kontraseptiflerin anne sütünü azaltıcı etkileri nedeniyle tercih edilmemesi uygundur. Sadece progesteron içeren oral kontraseptif veya hormon implantları verilebilir. Bunlarla anne sütüne bir miktar hormon geçebilir ama bunun bebeğe olumsuz etkisi olmaz.

3) *Emen çocuk açısından değerlendirme:* Gebe kalmış annenin bebeğini emzirmesinde bir sakınca yoktur ve emzirme prensip olarak desteklenmelidir. Halk arasında gebe annenin

bebeğini emzirdiğinde sütün çocuğu hasta edebileceğine yönelik inançların aslı yoktur. Ancak gebe annenin beslenme gereksinimleri yeterli destek yapılmadığı takdirde sütün azalmasına yol açabilir. Azalan süt bebeğin gelişimini ve kilo alımını engelliyorsa çocuk hekiminin önerisi ile ek mama veya ek gıdalar anne sütüne eklenebilir Gebelik sırasında emzirme sırasında belli oranda uterus kasılmaları olabilir. Aslında bu tip kasılmalar emzirme olmadan da belli aralıklarla olabilir (egzersiz veya orgazm sırasında olabilir), ve genellikle anne karnındaki bebeğe bir zararı yoktur.

Bebeğini emziren birçok gebe kadında gebeliğinin 2. trimestrinde sütünde azalma olabilir. Bazen bu zamanlarda sütün tadı ve kokusunda değişiklik olabilir ve bebek bu değişiklik nedeniyle sütü almakta isteksiz davranıp emmeyi bırakabilir.

4) *Anne ve anne karnındaki bebek açısından değerlendirme:* Emziren anne gebe kaldıysa metabolizması hem emen çocuğa süt temini hem de anne karnında gelişen bebek için olmak üzere iki ağır yükün altına birden girer. Annenin sütü azalabilir. Bu durum annede aşırı halsizlik ve yorgunluğa yol açabilir, bu durum psikolojik sorunları tetikleyebilir. Bu açılardan destek verilmesi önemlidir. Anne dinlenmeye daha fazla zaman ayırmalıdır. Anne günlük beslenmesine çok daha fazla dikkat etmeli gereken ek beslenme desteğini almalıdır. Bu konuda anneyi izleyen kadın doğum hekimi ve gerekirse bir beslenme uzmanı ile yakın ilişkide olmak ve onların önerilerine göre davranmak uygun olacaktır.

Emziren annenin gebe kalması tahliye endikasyonu değildir. Ancak özellikle annenin ek risk faktörleri, beslenme durumu, ailenin psikososyal istekleri yeni bir gebeliği kaldırmaya müsait olmazsa anneyi izleyen kadın doğum hekimiyle birlikte ve ailenin istekleri ön plana alınarak bir karara varılabilir.