

# Emzirme ve COVID-19 Pandemisi

id Nahide Haykır

Kartal Dr. Lütfi Kırdar Şehir Hastanesi,  
Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Kliniği,  
İstanbul; İstanbul Üniversitesi Sağlık  
Bilimleri Enstitüsü ve Çocuk Sağlığı  
Enstitüsü, Sosyal Pediatri Doktora  
Programı

Geliş tarihi: 13.07.2020  
Kabul tarihi: 12.08.2020

İletişim: Nahide Haykır,  
Kartal Dr. Lütfi Kırdar Şehir  
Hastanesi, Çocuk Sağlığı ve  
Hastalıkları Kliniği,  
İstanbul, Turkey  
E-posta: drnahide@gmail.com



**Anahtar sözcükler:**  
Anne sütü; COVID-19;  
emzirme; pandemi.



This work is licensed under a Creative Commons  
Attribution-NonCommercial 4.0 International License.

## Emzirme

Emzirme bebek ve çocuklar için en iyi beslenme kaynağıdır. Emzirme, çocuk sağlığını ve hayatta kalmayı sağlamanın en etkili yollarından birisi olmakla beraber uzun vadede hem anne hem de bebek yararına uzun soluklu etkileri bulunmaktadır. Anne sütü ile beslenme bebeklerde astım, obezite, tip 1 diabetes mellitus (DM), şiddetli alt solunum yolu enfeksiyonu, akut otitis media (AOM), ani bebek ölümleri, gastrointestinal enfeksiyonlar (ishal/kusma), erken doğmuş bebekler için nekrotizan enterokolit açısından koruyucudur. Bunun yanında emzirme anneyi hipertansiyon, tip 2 DM, over kanseri ve meme kanserinden koruyucu niteliktedir. Emzirme sadece bir beslenme şekli olmaması ve sağlığa yapılabilecek en önemli yatırım olması açısından çok değerlidir.<sup>[1]</sup>

Lancet'in 2016 raporuna göre anne sütü alımı ile yılda 820.000 hayat kurtarılabildiği gibi beş yaş altı ölümlerin %13'ü engellenebilir. Alt ve orta gelir düzeyi olan ülkelerde solunum yolu enfeksiyonlarını üçte biri oranında, ishalleri yarı yarıya azaltmaktadır.<sup>[2]</sup> Uzun süre anne sütü alanların kısa süre alanlara göre zekâ seviyelerinin daha yüksek olduğu raporda belirtilmektedir. Ayrıca bu değişiklikler tüm ekonomik sınıflarda gerçekleşmektedir. Aslında tüm bunlar daha iyi akademik performans, uzun süreli kazanımlar ve iyi üretim demektir.<sup>[3]</sup> Anne sütü her zaman hazır ve doğaya saygılı bir beslenme biçimi olması nedeni ile de bebek ne zaman ihtiyaç duyarsa hazır, temiz, sıcak, ek araç ihtiyacı ol-

## ÖZET

Anne sütü bebeklik dönemi için en iyi beslenme kaynağıdır. Emzirme ile alınan anne sütünde bol miktarda bulunan temel besleyici öğeler ve immünolojik bileşenler içermektedir. Bu nedendir ki bebek beslenmesi için ilk tercih annesütü olmalıdır. "Coronavirus Disease 2019 (COVID-19)" pandemisi süresince emzirmenin devam ettirilebilmesi için ailenin bilgilendirilmesi gerekmektedir. Aileye ve anneye el hijyen kuralları anlatılarak uygulanması sağlanmalı ve maskenin doğru takılıp çıkarılması anlatılarak aile ve anne doğru maske kullanımı konusunda bilgilendirilmelidir. Gerekli önlemlerin alınması ve uygulanması ile virüsün bebeğe yayılımını engellemek için günümüz bilimsel göstergeleri sonucunda emzirme devam ettirilmeli ve desteklenmesi sağlanmalıdır. Sürdürülebilir ulusal ve uluslararası kalkınma hedefleri devam ettirilmeli ve bu konuda gerekli hassasiyet gösterilmelidir.

madan, çöp oluşturmadan ulaşılabilecek en sağlıklı gıdadır.<sup>[4]</sup> Bu nedenle anne sütü ile beslenmenin korunması, özendirilmesi ve yaygınlaştırılması gerekmektedir.

Çocuk hakları sözleşmesinin temel maddelerinde (2., 3., 6. vb.) eşit şartlar altında her koşulda çocuğun yararı ve esenliğinin düşünülmesi önceliği vardır. Bu bağlamda da olağan üstü durumlar değerlendirildiğinde ve COVID-19 pandemisi sürecinde emzirmenin ve anne sütü almanın değerlendirilmesi ve desteklenmesi gerekmektedir.

Anne sütünün içeriğindeki makrobesinler, mikrobesinler, biyoaktif maddeler ve immünolojik etmenler anne sütünün zenginliğini oluşturur. Anne sütü her bebek için anne tarafından bebeğin ihtiyaçlarını karşılamak üzere özel üretilir.<sup>[5]</sup> Anne sütü ve bağışıklık sistemi gelişimi üzerine içinde bulunduğumuz yüzyılda birçok araştırma yapılmış ve yapılmaktadır. Bu çalışmalar da gösteriyor ki ilk altı ay sadece anne sütü alımı ve emzirme süresi immünolojik yararlanımı arttırmaktadır.<sup>[6]</sup>

## COVID-19 Epidemiyolojisi, Kaynak ve Bulaşma

Koronavirüs ailesi enfeksiyonları, kendi kendini sınırlayan hafif enfeksiyon tablolarından, "(Middle East Respiratory Syndrome, (MERS))" ve "(Severe Acute Respiratory Syndrome, (SARS))" gibi ciddi ve ağır enfeksiyonlara neden olabilecek virüs ailesidir. Koronavirüs alt tiplerinde insanların ta-

şıldığı, insandan insana kolaylıkla bulaşabilen çeşitli alt tipler (HCoV-229E, HCoV-OC43, HCoV-NL63 ve HKUI-CoV) bulunmaktadır. Bununla birlikte hayvanlarda saptanan birçok koronavirüs alt tipi vardır ve bu grubun hayvanlardan insanlara bulaşı neticesinde insanlarda ağır hastalık tablolarına neden olmaktadır. Birçok araştırma ışığında, SARS-CoV'un misk kedilerinden, MERS-CoV'un ise tek hörgüçlü develerden insana bulaştığı ortaya çıkmıştır. SARS-CoV, XXI. yüzyılın ilk uluslararası sağlık acil durumu olarak 2003 yılında ortaya çıkmış olup yüzlerce insanın hayatını kaybetmesine neden olmuştur. 31 Aralık 2019 tarihinde Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) Çin Ülke Ofisi, Çin'in Hubei eyaletinin Wuhan şehrinde etiyolojisi bilinmeyen pnömoni olgularını bildirmiştir. 7 Ocak 2020 tarihinde etken daha önce insanlarda tespit edilememiş yeni bir koronavirüs olarak tanımlanmıştır.<sup>[7]</sup> Çin'de başlayan bu salgın yoğun izolasyon ve karantina tedbirleri uygulanmasına rağmen üç ayın sonunda birçok ülkede ve bizim ülkemizde hızla artmıştır. DSÖ mart ayında tüm dünyada pandemi ilan etmiştir.<sup>[8]</sup> 9 Temmuz 2020 tarihi itibarıyla dünyada 11.874.000'i aşan onaylanmış olguya, 545.400'ü aşmış onaylanmış ölüme sebep olmuştur. COVID-19 salgını bize göstermiştir ki iyi bir organizasyon şeması, doğru, hızlı karar verme ve etkin tedavi ile mortalite ve morbidite oranları aşağı çekilebilmektedir.<sup>[9]</sup>

Çocukların COVID-19 pandemisi sürecinde doğrudan sağlık etkilerinden büyük ölçüde zarar görmedikleri (şu anki güncel bilgiler ışığında) kabul edilir. COVID-19 pandemisi mağduru olma nedenleri; çocuklara doğrudan virüsün bulaşması yanı sıra sosyoekonomik etkilerinin çocuklara yansması ve sürdürülebilir kalkınma hedeflerinde meydana gelen gecikmelerdir. COVID-19 pandemisi uzun dönem sonuçları ve sorunları olarak karşımıza çıkacaktır. Bu bağlamda yapılan çalışmalarda anne sütü ile beslenme pnömoni nedeniyle hastaneye yatış riskini azaltır. Anne yanında kalamayan bebeklerde kalp atım hızı ve solunum hızı artışı, hipoglisemi sıklığı ve artışı gösterilmiştir. Anne-bebek ayrımı bebekte artan stres ile hastalık seyrini olumsuz etkiler.<sup>[10]</sup> Emzirme ve anne sütü uzun dönemde ten tene temasın sağlanması ile ruhsal gelişimi desteklemesi, anne bebek bağlanmasının sağlıklı kurulmasına neden olur. Anne sütü ile beslenmenin sağlanması ve emzirme süresinin uzatılması için gerekli çaba gösterilmelidir.<sup>[11]</sup>

## Viral Enfeksiyonlarda Anne Sütünün Koruyucu Rolü

Anne sütü ile beslenmenin bebek ve anne üzerinde sayısız etkileri vardır. Anne sütü ile beslenmenin mortaliteyi azaltma, enfeksiyonlardan koruma, çocuk ruh sağlığına olan pozitif etkileri yanında anne sağlığını ve toplum sağlığını koruyucu etkisinden dolayı olağanüstü durumlarda mutlaka desteklenmesi gerekmektedir.

Anne sütünde yer alan ve bağışıklık sisteminde rol alan mekanizmalar hücrel ve humoral ya da genel ve spesifik mekanizmalar olarak değerlendirilmektedir. Bu kapsamda anne sütündeki hücrel bileşenler: lökositler, makrofajlar, polimorf nüveli lökositler, T lenfositler çoğunlukta olmak üzere B lenfosit ve kök hücreler bulunur.<sup>[12]</sup> Anne sütünde

tüm immünglobulinler (Ig) bulunur. En fazla oranda salgısal IgA (slgA) bulunur. Patojenlerin bağırsak epitel tabakası ile temasını bloke eder. Patojenleri müsin tabakaları içinde hapseder. İmmünglobulinler kolostrumdan itibaren anne sütü sekresyonu boyunca devam eder. Emzirmenin süresi boyunca artan oranda IgM ve IgG bulunur. IgM tanınmış patojenlerin aglütinasyonuna ve tamamlayıcı aktivasyonuna neden olur. IgG, bebeğin adaptif yanıtını etkileyen B hücresi aktivasyonu için lamina propriaya antijen taşınması sonucunda fagositozu aktive eder.<sup>[13]</sup> Bunlara ek anne sütünde bulunan biyoaktif maddeler bifidus faktör, lizozim ve lizozim peptid türevleri-laktoferrisin ve laktoferrapin, laktoferrin, interferon, komplemanlar, B12 bağlayıcı protein, glikanlar ve oligosakkaridler, interlökinler (IL-10, IL-11 ve IL-13 dahil olmak üzere antiinflamatuvar sitokinler), nükleotidler, nükleosidler ve nükleik asitler hücrel metabolik fonksiyon için gereklidir.<sup>[14]</sup>

Kolostrum ile başlayarak geçiş sütü ve olgun süt gelişiminde immünglobulinlerin ve hücrel yapının çeşitliliği bebek için gerekli şekilde modifiye olması ve bu geçişlerin bebeğin gelişimi ile gelişen yapısı anne sütü ile beslenmenin önemini göstermiştir.<sup>[6]</sup>

## COVID-19 Salgını Süresince Emzirme

Dünya Sağlık Örgütü; "Emzirme bebek ve çocukların hayatta kalması, beslenmesi, sağlıklı gelişimi için çok önemlidir" der. Bunu yanında anne sağlığının da temel taşı oluşturmaktadır. DSÖ, yaşamın ilk altı ayı için sadece anne sütü, ardından iki yıl ve daha uzun süre uygun tamamlayıcı beslenme ile devam eden emzirmeyi önerir. "Academy for Breastfeeding Medicine (ABM)" akademisinin yayınladığı beyan ve DSÖ'nün önerileri göz önüne alındığında koronavirüs enfeksiyonlarında genel eğilim anne sütü verilmesi yönündedir. Anne sütünün alınmasının klinik seyirde olumsuz bir etkisinin olmadığı gösterilmesiyle birlikte; SARS ve MERS enfeksiyonlarında anne sütüyle beslenme önerilmektedir.<sup>[15]</sup> Anne sütünde bulunan antikorlar H1N1 enfeksiyonlarına da annenin maskeyle ve el hijyenine dikkat ederek emzirmesi sonucunda bebekte enfeksiyon riskinin azalmasını sağladığı bildirilmiştir. Bununla birlikte insan immün yetmezlik virüsü (HIV) pozitif annelerin dahi anne sütü ile beslenmesini iki yıla kadar devam etmesi önerilir.<sup>[16]</sup> COVID-19 pandemisi ve enfeksiyonların varlığında emzirme sürecinde yapılması gerekenler güncel veriler ve bilimsel kaynaklar temelinde; COVID-19 pozitif tanı almış kadından intrauterin dönemde veya yenidoğan döneminde geçebilir mi? sorusu değerlendirildiğinde DSÖ COVID-19 olan gebe bir kadının virüsü gebelik döneminde fetüse veya doğum sırasında bebeğe geçirip geçiremediği halen netlik kazanamamıştır. Beraberinde semen gibi bazı vücut sıvılarından izole edilebilir olmasına rağmen bulaş yolunun damlacık yolu olmasından dolayı anne sütü ile geçebilecek antikorların koruyucu rol oynadığı düşünülmektedir.<sup>[17]</sup> DSÖ yakın temas ve erken emzirmenin bebeğin gelişmesine katkılarında dolayı desteklenmesini savunmaktadır. Bu bağlamda COVID-19 pandemisi sürecinde anne sütü vermek için yapmamız gereken, anne sütü verilmesi konusunda ai-

lenin ve annenin bilgilendirilmesidir. COVID-19 pozitif ya da şüpheli anne bebeğe dokunmadan önce ve sonra ellerini öncelikle 20 saniye sabun ve suyla yıkamalı veya sabun su bulunamayan ortamlarda alkol bazlı el dezenfektanlarını kurallarına uygun olarak kullanılmalıdır. Yüzük, bilezik gibi aksesuarlar temizliğin etkin olması için kullanılmamalıdır.

Anne bebeği beslerken tıbbi maske takmalıdır. Maske kullanımında nemlenince değiştirilmesi, yeniden kullanılmayıp kullanılan maskelerin hemen atılması, maskenin ön yüzüne dokunmadan çıkarılması gibi maske kullanım kurallarına uyulmalıdır.

Öksürme, hapşırma gibi durumlarda mendil kullanılmalı ve el hijyen kuralları tekrar edilmelidir.

Yüzeyler düzenli olarak temizlenmeli ve dezenfekte edilmelidir. Ev yapımı maskelerle ilgili kanıtlanmış bir çalışma bulunmamaktadır.

Ortam sık sık havalandırılmalıdır. Kıyafetler 60–90 derecede yıkanmalıdır. DSÖ annenin maskesi yoksa yine de emzirmeye devam etmeli önerisinde bulunmaktadır. Bu şartlar altında emzirme mümkün olmuyorsa sağılmış anne sütü tercih edilmelidir. Bunun için de anneye elle sağma öğretilmeli gerekliliğinde pompa anneye özel olmalı ve sağımdan önce mutlaka el hijyeni sağlanmalı ve kullanım sonrası el hijyeni kurallarına uyulmalıdır. Annenin memeye öksürmesi durumunda ise emzirme veya sağma öncesi 20 saniye su ve sabunla nazikçe yıkama önerilir, bunun dışında yıkama önerilmez. Sağılan süt öncelikle anne ya da enfekte olmadığı bilinen kişi tarafından verilmelidir. Emzirme ve sağmanın mümkün olmadığı durumlarda ise kültürel ve sosyal yönden ulaşılabilirse süt bankası veya süt anne önerilebilir. DSÖ'ye göre, anne kendini iyi hissettiği anda emzirmeye başlamalıdır. Bu konuda gereken destek ve bilgilendirme sağlanmalıdır.<sup>[8]</sup> Bebek altı aydan küçükse anne bebek ayrılmamalı, en kısa sürede ten tene temas sağlanmalı ve ilk altı ay sadece anne sütü almalı, bebek altı aydan büyük ise güvenli ve sağlıklı bir tamamlayıcı beslenme ile emzirmeye devam edilmelidir.

## Sonuç

COVID-19 pandemisi durumu dünyadaki tüm çocukların hakları, güvenlikleri ve gelişimleri açısından çok büyük bir risk teşkil etmektedir. Bu riskler ancak çocuklar ve insanlık için küresel çapta daha önce görülmemiş bir dayanışma örneğinin hayata geçirilmesi ile en aza indirilebilir. Bilgi, dayanışma ve eylemden oluşan üç temelle ilerleme kaydetmek için birlikte çalışmalıyız. Çocukluk dönemi ve yaşam boyunca bedensel ve ruhsal ilerlemesine katkısı olan emzirmeyi ve anne sütü alımını desteklemeli, sürdürülebilir kalkınma hedeflerine gerekli hassasiyet gösterilmelidir. Ulusal bebek, çocuk, ergen izlem protokollerinin devam ettirilmesi için gereken özen gösterilmelidir.

## Kaynaklar

1. Center for Disease Control. Available at: [www.cdc.gov/breastfeeding/pdf/breastfeeding-cdcs-work-508.pdf](http://www.cdc.gov/breastfeeding/pdf/breastfeeding-cdcs-work-508.pdf) son Accessed Jul 2, 2020.
2. Breastfeeding: achieving the new normal. *Lancet* 2016;387(10017):404.
3. Victora CG, Bahl R, Barros AJ, França GV, Horton S, Krasevec J, et al; Lancet Breastfeeding Series Group. Breastfeeding in the 21st century: epidemiology, mechanisms, and lifelong effect. *Lancet* 2016;387:475–90.
4. Why is Breastfeeding Important for your Baby? : <https://www.health.ny.gov/prevention/nutrition/wic/breastfeeding/importance.htm>. (Breast milk is always ready and good for the environment. Accessed Sep 10, 2020).
5. Gökçay G, Garipağaoğlu M. Çocukluk ve Ergenliklik Dönemi Beslenme. İstanbul: Saga Yayınları; 2002.
6. Lawrence R, Lawrence R. Breastfeeding: A Guide for the Medical Profession. Philadelphia: Elsevier; 2016.
7. TC Sağlık Bakanlığı Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü. COVID-19 (SARS-CoV-2 enfeksiyonu) Rehberi Bilim Kurulu Çalışması. Ankara: TC Sağlık Bakanlığı; 2020.
8. WHO. Director-General's opening remarks at the media briefing on COVID-19. Available at: [www.who.int/dg/speeches/detail/who-director-general-sopening-remarks-at-the-media-briefing-on-covid-19](http://www.who.int/dg/speeches/detail/who-director-general-sopening-remarks-at-the-media-briefing-on-covid-19). Accessed Jul 1, 2020.
9. Demirhan R, Çimenoglu B, Yılmaz E. The effects of hospital organization on treatment during COVID-19 pandemic. *South Clin Ist Euras* 2020;31:89–95.
10. Lau Y et al *Matern Child Nutr.* 2018 ;14) (Stuabe A Breastfeeding med 2020) (Breastfeeding Medicine Volume 15, Number 1, 2020.
11. Bedsharing and Breastfeeding: The Academy of Breastfeeding Medicine Protocol #6, Revision 2019. Available at: <https://www.liebertpub.com/doi/10.1089/BFM.2019.29144.psb>. Accessed Sep 10, 2020.
12. Gokcay G, Keskindermirci G. Breastmilk and Covid-19. *J Ist Faculty Med* 2020;83:286–90.
13. Gao X, McMahon RJ, Woo JG, Davidson BS, Morrow AL, Zhang Q. Temporal changes in milk proteomes reveal developing milk functions. *J Proteome Res* 2012;11:3897–907.
14. Cacho NT, Lawrence RM. Innate immunity and breast milk. *Front Immunol* 2017;8:584.
15. COVID-19 review of national clinical practice guidelines for key questions relating to the care of pregnant women and their babies. Available at: <https://pregnancy.cochrane.org/news/covid-19-review-national-clinical-practice-guidelines-key-questions-relating-care-pregnan>. Accessed Sep 10, 2020.
16. UNICEF. Breastfeeding and HIV. Available at: [https://www.unicef.org/nutrition/files/Collective\\_Advocacy\\_Brief\\_Breastfeeding\\_and\\_HIV\\_Final\\_January\\_2019.pdf](https://www.unicef.org/nutrition/files/Collective_Advocacy_Brief_Breastfeeding_and_HIV_Final_January_2019.pdf). Accessed Sep 10, 2020.
17. World Health Organization. Coronavirus disease (COVID-19) pandemic. Available at: [www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019](http://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019). Accessed Jun 2020.
18. World Health Organization. Q&A: Pregnancy, childbirth and COVID-19. Available at: [www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/question-and-answers-hub/q-a-detail/q-a-on-covid-19-pregnancy-and-childbirth](http://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/question-and-answers-hub/q-a-detail/q-a-on-covid-19-pregnancy-and-childbirth). (I had confirmed or suspected COVID -19 and was unable to breastfeed, when can I start to breast-feed again?). Accessed Sep 10, 2020.

## Breastfeeding and COVID-19 Pandemic

Breast milk is the best source of nutrition for most infants. Essential nutritive and immunological ingredients abundantly present in breast-milk make it the choice infant nutrition. Whether and how to start or continue breastfeeding should be determined by the mother in coordination with her family and healthcare providers. A mother with confirmed Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) should be counseled to take precautions to avoid spreading the virus to her infant, including handwashing and wearing a mask. Mothers should continue and support to breastfeeding or giving breastmilk during this epidemic. The Sustainable Development Goals (SDGs) (national and international) should continue and support this most important.

**Keywords:** Breastfeeding; breast milk; COVID-19; pandemic.