

Van İli Kırsalındaki Annelerin Çocuk Beslenmesindeki Alışkanlıkları ve Uygulamaları

Fatma Demirel*, Abdurrahman Üner**, Ercan Kırımı**

Özet

Amaç: Bu çalışma Van ili kırsalında yaşayan annelerin bebek beslenmesi konusundaki alışkanlıklarını saptamak amacıyla yapıldı.

Metod: 12-24 ay arasında çocuğu olan 200 anne ile görüşüldü.

Bulgular: Ailelerin sosyo ekonomik düzeyi kötüydü, annelerin %51'i hiç okula gitmemişti. Çocukların %70'i 25 persantilin altında idi. Annelerin %66'sı bebeğini 6 aya kadar emzirebilmişti. En sık süttten kesme nedeni yeni gebelik ve süttün yetersizliği idi. En sık başlanan ek gıdaların inek süttü, pirinç unu ve meyve suyu olduğu saptandı. Çocuk beslenmesinde en sık yapılan hatalar, erken ek gıda başlamak (%43), süttten erken kesmek (%47), bisküvi ve ekmek gibi tahıllı gıdaları fazla vermek (%68) ve inek süttünü fazla kullanmak (%64) şeklinde idi.

Sonuç: Sonuç olarak daha sağlıklı ve iyi gelişen çocuklar için bölgede ekonomik, sosyal ve kültürel alanda ciddi ve köklü kalkınma çabalarına gereksinim olduğu kanısına varılmıştır.

Anahtar kelimeler: Bebek beslenmesi, anne süttü, ek gıda

Beslenme; bir çocuğun sağlıklı büyüme ve gelişmesinde en temel faktörlerden birisidir (1).

Anne süttü bebeğin gereksinim duyduğu besin maddelerini uygun miktarda ve kalitede içermesi, ayrıca enfeksiyonlara karşı koruyucu özellikleri yüzünden yaşamın ilk anlarından itibaren verilmesi gereken tek fizyolojik bebek besinidir (2). Yeterli süre ve miktarda verilen anne süttü ile birlikte, zamanında uygun ek gıda başlanması ve çeşitlendirilerek devam edilmesi temel çocuk gelişimi açısından son derece önemlidir (3).

Bu konuda yapılan hatalı ve bilinçsiz uygulamaların olumsuz etkileri yalnız çocukluk çağında değil, yaşamın bütün dönemlerinde kendisini göstermektedir.

Özellikle bir yaşın altındaki çocuklarda yetersiz ve dengesiz beslenmenin etkileri düşük sosyoekonomik toplumlarda daha dramatik olarak ortaya çıkmaktadır. Annelerin eğitimsiz ve bilinçsiz beslenme davranışlarına eklenen yoksulluk faktörü mevcut tabloyu daha da ağırlaştırmaktadır.

Ülkemizin değişik coğrafik ve sosyoekonomik bölgelerindeki annelerin çocuk beslenmesindeki uygulamaları ve sıkça yaptıkları hataların

bilinmesi, bu bölgelerde çalışacak olan çocuk hekimlerine ışık tutacaktır.

Bu çalışmada Van ili kırsalındaki annelerin çocuk beslenmesi konusundaki bilgi ve davranışlarının araştırılması amaçlanmıştır.

Gereç ve Yöntem

Çalışma kapsamına Van ili sınırları içindeki köylerde yaşayan ve yaşları 12-24 ay arası çocuğu olan 200 anne alındı. Van merkezine 2000 yılı içinde değişik sağlık sorunları nedeni ile çocuğunu muayeneye getiren bu anneler ile yüz yüze görüşüldü. Önceden hazırlanan anket formunda yer alan kimlik bilgileri, emzirme, ek gıda ile ilgili sorular soruldu, alınan yanıtlar kaydedildi ve çocukların boy ve kiloları ölçüldü.

Elde edilen verilerin istatistiksel anlamlılığı student t testi ile değerlendirildi ve p<0.05 bulunanlar anlamlı olarak kabul edildi.

Bulgular

Çalışmamıza katılan 200 annenin ve çocuklarının demografik dağılımları Tablo I ve II'de görülmektedir. Bunlardan 22'si (%11) primar, 178'i (%89) multipar idi. Annelerin 102'si (%51) okur-yazar değildi. Okur-yazar sayısının 64 (%32), ilkökul mezununun 34 (%17) olduğu çalışma grubunda hiç ortaokul mezunu yoktu. Annelerin tamamı ev hanımı idi. Ailelerin 44'ü (%22) asgari ücretin altında, 94'ü (%47) asgari ücret düzeyinde, 62'si (%31) asgari ücretin üzerinde gelir düzeyine sahipti. Ortalama çocuk sayısı 4.63±2.29 (1-9) idi. Çalışmaya alınan çocukların 104'ü (%52) erkek, 96'sı (%48) kızdı.

*Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Uzmanı, Serbest Hekim, Van.

**Yüzüncü Yıl Ü. Tıp Fak. Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları AD, VAN

Yazışma Adresi:

Dr. Fatma DEMİREL

İrfan Baştuğ Cad. İkinci Hastane sk.

No: 70/1 VAN

E-mail: fatmademirel@hotmail.com

Cinsiyet dağılımı açısından aradaki fark anlamsız bulundu ($p<0.05$). Yaş ortalaması cinsiyet ayrımı yapılmaksızın 16.94 ± 4.43 ay olarak bulundu.

Çocukların boy ve kilo persantil değerlerinin dağılımı Tablo II'de görüldüğü üzere şöyle bulundu: 3 persantilin altında 18 (%9), 3-10 persantil arasında 36 (%18), 10-25 persantil arasında 86 (%43), 25-50 persantil arasında 50 (%25), 50 persantil ve üzeri 10 (%5) çocuk yer almaktadır.

Tablo I. Annelere ait veriler

	n	%
Anne yaşı		
18 yaş altı	22	11
18-35 yaş	142	71
35 yaş üzeri	36	18
Anne eğitimi		
Okur-yazar değil	102	51
Okur-yazar	64	32
İlkokul	34	17
Ortaokul	0	0
Anne mesleği		
Ev hanımı	200	100
Çalışan	0	0
Kardeş sayısı		
1-2 çocuk	46	23
3-4 çocuk	116	58
5 ve daha fazla çocuk	58	29
Ailenin gelir düzeyi		
Asgari ücretin altında	44	22
Asgari ücret düzeyinde	94	47
Asgari ücretin üzerinde	62	31

Annelere öncelikle anne sütü ile bebek beslenmesi konusunda sorular yöneltildi. Ne kadar süre çocuklarını emzirdikleri sorulduğunda; halen emzirenler 72 (%36), 1 yaşına kadar emzirenler 60 (%30), 6 aydan az emzirenler 68 (%34) olarak saptandı. Annelerin 150'si (%75) ilk 12 saat içinde, 38'i (%19) 12-24 saat içinde, 32'si (%16) ise 24 saat sonra bebeğini süt vermeye başlamıştı.

Anne sütünü neden kestikleri sorulduğunda; 72'si (%36) yeni başlayan gebelikten dolayı, 66'sı (%33) sütü yetmediği için, 62'si (% 31) çocuğun yeterince büyüdüğüne inandığı için süt vermeyi kestğini ifade etmiştir.

Anne sütüne ilave olarak ne zaman ek gıda başlandığı sorulduğunda; 34'ü (%17) ilk bir ay

Tablo II. Çocuklara ait veriler

	n	%
Çocukların yaşı		
12-18 ay	86	43
18-24 ay	114	57
Çocukların cinsiyeti		
Erkek	104	52
Kız	96	48
Çocukların boy ve kilo persantilleri		
3 persantilin altında	18	9
3-10 Persantil	36	18
10-25 persantil	86	43
25-50 persantil	50	25
50 Persantilin üstü	10	5

Tablo III. En sık verilen ek gıdalar

	n	%
İnek sütü	126	63
Meyve suyu	128	64
Su + ekmeke içi	44	22
Çay + bisküvi	92	46
Yoğurt	34	17
Sebze püresi	76	38
Çorba ve yemeklerin suyu	104	52
Pirinç unlu muhallebi	142	71
Formül mama	6	3

içinde, 58'i (%29) 1-4 ay içinde, 66'sı (%33) 4-6 ay içinde, 42'si (%21) 6 aydan sonra ek gıda vermeye başladıklarını söylemiştir. En sık verilen ek gıdalar ve verilme oranları Tablo III'de görülmektedir. En sık verilen ek gıdalar ile ilgili ayrıntılı sorular yöneltildiğinde şu yanıtlar alındı: Annelerin 96'sının (%48) inek sütünü yararlı bulduğu, 30'unun (%15) sancılanma ve kabızlık yaptığını gözlemesine karşın vermeye devam ettiğini, 36'sının (%18) süt alacak gücü olmadığı için vermediği ve 18'inin de (%9) zararlı olduğuna inandığı için inek sütünü vermediği saptandı.

Formül mamalar ile ilgili sorulara verilen yanıtlar şöyle idi; Annelerin 118'i (%59) formül mamaların faydalı ancak pahalı olduğuna inanıyordu, 28'i (%14) formül mamayı denediklerini ancak çocukların bu tattan hoşlanmadıklarını söylüyordu, 42'si (%21) formül mamayı gereksiz buluyordu, 12'sinin ise (%6) bu konuda bir fikri yoktu. Annelerden 130'u (%65) hiç formül mama kullanmamıştı, 54'ü,

Tablo IV. Beslenme konusunda sık yapılan hatalar

	n	%
Sütten erken kesmek	94	47
Erken ek gıda vermek	92	46
Bisküvi, ekmek gibi tahıl ürünlerini fazla vermek	136	68
Çay ve hazır meyve suları kullanmak	128	64
Yaygın ve erken inek sütü başlamak	126	63

(%27) bir aydan az, 10'u (%5) 1-3 ay arasında, 6'sı ise (%3) 3 aydan fazla mama kullanmıştı.

Ek gıda olarak yoğurt ile ilgili sorularımıza annelerin 34'ü (%17) 6. aydan itibaren her gün çocuğa yoğurt verdiğini ve çocuğun bunu severek yediğini, 68'i (%34) nadiren yoğurt verdiğini 62'si (%31) çocuğun yoğurdu sevmediğini ve hiç yemediğini, 36'sı (%18) ise gaz ve sancı yaptığı için yoğurdu vermediğini belirtmiştir. Annelerin tamamı çocuğa kendi yedikleri yoğurttan veriyordu ve hiç birisi çocuk için özel yoğurt mayalamıyordu.

Annelerin 128'i (%64) çocuklarına sürekli hazır meyve suyu verirken 66'sı (%33) hem kendi hazırladığı hem de hazır aldığı meyve sularını veriyordu. Meyve suyuna dördüncü aydan itibaren başladığı tespit edildi.

Tablo V. Ek gıdaya geçişte sık karşılaşılan sorunlar

	N	%
İshal	118	59
Kabızlık	110	55
Gaz sancısı	78	39
Kusma	102	51
Gelişme geriliği	140	70

Muhallebi kullanımına bakıldığında; çocukların 10'unun (%5) sadece muhallebi ile beslendiği, 88'inin (%44) günde bir kez, 44'ünün (%22) günde 2-3 kez muhallebi aldığı, 34'ünün ise (%17) gaz ve kabızlık yaptığı için ve 24'ünün (%12) yoksulluktan dolayı muhallebi veremediği anlaşılmıştır.

Annelerin 142'sinin (%71) ek gıda olarak muhallebi verdikleri saptandı. Muhallebi veren anne grubunun %57'si muhallebi hazırladığı sütü ½ oranında sulandırmakta, %16.9'u tam süt kullanmakta ve %25.4'ü de su ile pişirerek hazırlamakta idi.

Aile sofrasındaki çorba ve sebzelerden ezip püre haline getirerek çocuğuna verenlerin sayısı 76 (%38) idi. Sebze püresi 9. aydan sonra verilmeye başlanmıştı. Yemek ve çorbaların suyundan verenlerin sayısı 104 (%52) idi. Bu annelerden %16.3'ü 3-4 ay arası, %63.5'i 5-7 ay

arası, 20.5'i de 7. aydan sonra bunları vermeye başlıyordu. Annelerin hiç birisi çocuk için özel sebze püresi ve çorba hazırlamıyordu.

Beslenme konusunda en sık yapılan hatalar ve ek gıdaya geçişte sık karşılaşılan sorunlar Tablo IV ve Tablo V'de görülmektedir.

Tartışma

Bu çalışma Van ili sınırları içinde yer alan köylerde yaşayan annelerin bebek beslenmesi ve ek gıdalar konusundaki bilgi, davranış ve düşüncelerini saptamak amacıyla yapıldı.

Van ili kırsalında yaşayan ailelerin gelir düzeyleri ve yaşam kaliteleri düşüktür. Çalışmamıza katılan ailelerin gelir durumlarının %22'sinin asgari ücretin altında, %47'sinin asgari ücret düzeyinde olması bu durumu açıkça ortaya koymaktadır. Çoğu mevsimlik işçilik ve hayvancılık yaparak geçimlerini sağlayan ailelerin ancak %31'i asgari ücretin üzerinde bir gelire sahipti.

İşcan ve ark'nın (4) Manisa çevresindeki köylerde yaptıkları çalışmada annelerin % 86.2'si ilkokul, % 2.6'sı ortaokul mezunu iken okuma-yazma bilmeyenlerin oranı sadece % 11.1 olarak saptanmıştır. Adana, İstanbul, Ankara ve İzmir gibi büyük kentlerde yapılan bebek beslenmesi ile ilgili çalışmalarda annelerin eğitim düzeylerini gösteren oranlar oldukça yüksektir (5,6,7,8). Bizim çalışmamızdaki annelerin ancak %17'si ilkokul mezunu idi, %32'si okuma yazma öğrenecek kadar okula devam edebilmişti ve %51'i hiç okula gitmemişti. Bölge kadınlarındaki düşük eğitim oranı çocuk beslenmesini etkileyen en olumsuz faktörlerden birisi olarak karşımıza çıkmaktadır.

İşcan ve ark (4) Manisa kırsalında ortalama çocuk sayısını 1.8 olarak bulmuşlardır. Çukurova Üniversitesinde yapılan bir çalışmada bu oran 1.9 olarak saptanmıştır. Bizim çalışmamızda bu oranın 4.63 olduğu görülmektedir.

Yoksulluk ve eğitimsizlik yanında fazla sayıda çocuk sahibi olmak da bu bölgede çocukların yeterli ve dengeli beslenmesini engellemekte, annenin çocuğa ayırdığı süre ve ilgiyi azaltmakta ve bu durum malnütriyon riskini artırmaktadır.

Ülkemizde annelerin bebek besini olarak anne sütünü önemsedikleri ve bebeklerini emzirme konusunda istekli oldukları bilinmektedir (1). Ancak emzirme konusundaki istek ve gayrete karşın bebeklere çok erken ek gıda başlandığı ve tek başına anne sütü verme süresinin oldukça kısa olduğu pek çok çalışmada gösterilmiştir (4,5,6,8,9).

Hacettepe Üniversitesi Nüfus Etütleri Enstitüsü'nün 1988 yılında yaptığı nüfus ve sağlık araştırmasında annelerin bebeklerini ülke genelinde %95 oranında (ortalama 10.3 ay) emzirdikleri saptanmıştır (2).

İşcan ve ark (4) Manisa çevresinde emzirme oranını %86, ilk 3 ay içinde ek gıda başlama oranını %53 olarak bildirmişlerdir. Kurugöl ve ark (5) İzmir'de emzirme oranını %98 bulurken, ilk 4 ay içinde annelerin %65.7'sinin ek gıda başladığını saptamışlardır. Alikashioglu ve ark (6,10) İstanbul'da bebek emzirme oranını %83.3, ilk 4 ay içinde ek gıda başlama oranını %59 olarak bulmuşlardır. Ankara'dan Özcebe ve ark (8) yaptıkları çalışmada bebeklerin %84.7 oranında emzirildiğini, ancak 4. ayın sonunda %78 oranında ek gıda başlandığını rapor etmişlerdir. Bizim çalışmamızda başlangıçta annelerin %100'ü bebeklerini emzirmiş, fakat bu oran 6. ayda %66'ya, birinci yılın sonunda %26'ya düşmüştür. Anne sütünü kesme nedenleri arasında ilk sırada %36'lık oran ile yeni başlayan gebelik geliyordu. Anne sütünün yetersizliği (%33) ve çocuğun yeterince büyüdüğüne inanılması diğer önemli (%31) nedenlerdi.

Bebeğe ilk ay içinde %17 oranında ek gıda başlanırken bu oran 4. ayda %46, 6. ayda %79'a ulaşıyordu.

En erken ve sık kullanılan ek gıdalar %63 inek sütü, %71 muhallebi, %64 meyve suyu iken, en az verilen ek gıda %3 oranındaki formül mama idi. Bölgede hayvancılığın yaygın olması ve inek sütüne ulaşma kolaylığı, süt ve muhallebi kullanımını artırmış, fakat bunu aynı oranda yoğurt ve peynir kullanımı izlememiştir. Bu bölgedeki otlu ve tuz oranı yüksek olan peynir, çocukların damak tadına uygun olmadığı için çocuk besini olarak hiç kullanılmamaktadır. Çocuklar için özel yoğurt mayalanmamakta, ailenin kendisi için kullandığı yoğurdun ekşi ve beklemiş olması çocukların bunu reddetmesine neden olmaktadır. Bu nedenle yoğurdu severek yiyen çocuk sayısı sadece %17 olarak karşımıza çıkmaktadır.

Hazır meyve suları %64 gibi çok yüksek oranda bebek beslenmesinde kullanılmaktadır. Kolay bulunması, kısmen ucuz olması, hazırlamak için zaman gerektirmemesi tercih nedeni olabilir.

Çalışma grubundaki annelerin %52'sinin çorba ve yemeklerin püresi yerine bunların suyunu vermesi, %68'inin bisküvi ve ekmek içi gibi tahıl ürünlerini fazlaca kullanması, eğitim eksikliği yanında ekonomik yetersizliklerin de bir göstergesi olarak kabul edilebilir. Bizim çalışmamızdaki ek gıda kullanım oranları İşcan ve ark'nın (4) çalışmasındaki oranlarına yakın bulunmuştur.

Ailelerin sosyoekonomik ve kültürel düzeylerinin düşük olması ve kalabalık çocuk sayısı, ek gıda konusunda bir takım hata ve ihmalleri de beraberinde getirmektedir.

Erken ek gıda başlamak (%43), süttten erken kesmek (%47), tahıl ürünlerini fazlaca vermek (%68), çok erken ve fazla inek sütü kullanmak (%63) en sık yapılan hatalardır. Bu hataların doğurduğu çocuk sağlığını tehdit eden sağlık problemleri de oldukça yüksek oranda görülüyordu.

Annelerin %70'i çocuğun büyüme gelişmesinden hoşnut değildi. Çocukların %59'u ishal, %51'i kusma, %39'u kolik, %55'i kabızlık nedeni ile en az bir kez doktor muayenesine götürülmüştü.

1974 yılında yapılan bir çalışmada ülkemiz çocuklarının %20'sinin ağırlıkları olması gerekenin altında bulunmuştur (12). Bu oranın Doğu Anadolu'da %28.6'da çıktığı saptanmıştır. İlk 6 ay içinde %16.2 olan malnutrisyon prevalansı, yedinci aydan sonra %24.4'e çıkmaktadır. Bu rakamlar anne sütü alınırken oldukça iyi olan beslenme durumunun, uygun ek gıdaya zamanında başlanmaması nedeniyle hızla kötüleştiğini göstermektedir (2,11).

Çevre şartlarının bozuk, sosyoekonomik koşulların yetersiz olduğu durumlarda ek gıda başlama ve süttten kesme "weaning" dönemi çocuğun yaşam savaşı verdiği bir dönem olabilir (3,12).

Çalışma grubumuzdaki 200 çocuktan sadece %5'inin 50 persantil ve üzerinde olması, %9'unun 3 persantilin altında ağır malnutrisyon belirtileri göstermesi, %61 gibi büyük bir dilimin 3-25 persantil arasında bulunması çocuk beslenmesi konusunda bu bölge annelerinin hiç de içaçıcı durumda olmadıklarını göstermektedir.

Sonuç olarak, bölgemizdeki ekonomik, sosyal ve kültürel yetersizlikler çocukların büyüme ve gelişmelerini olumsuz etkilemektedir. Yetersiz ve dengesiz beslenme sonucu malnutrisyon oranı çok yüksek olarak karşımıza çıkmaktadır.

Sonuç olarak daha sağlıklı ve iyi gelişen çocuklar için bölgede ekonomik, sosyal ve kültürel alanda ciddi ve köklü kalkınma çabalarına gereksinim olduğu kanısına varılmıştır.

Breast Feeding and Supplementary Food Patterns Urban Area in Van

Abstract

Aim: In this study, it was assessed the knowledge and attitude of mothers on nutritional requirements and feeding practise of infants at urban area in Van.

Method: Two hundred mothers who had babies aged between 12-24 months, were interviewed.

Results: All families' economic levels were very low, 51% of the mothers have never been gone to school. 70% of the infants were under the 25 percentages. 66% of the mothers had given breast milk to their babies during in first six month of their life. The main two reasons for terminating breast feeding were new pregnancy and insufficiency of breast milk. The most common supplementary food were cow's milk, rice flour and fruit juice. The most common fault of the baby nutrition was early given supplementary foods (43%), early terminating breast feeding (47%), giving too many cereals, for example biscuits and bread (68%) and too many cows milk (64%).

Conclusion: It was concluded that serious and radical development exhaustions is required in economic and sociacultural areas in the region for healthier and more well grown children

Key words: Infant nutrition, breast milk, supplementary food

Kaynaklar

1. Kurdođlu G, Saner G: Süt çocuğunun beslenmesi, In: Pediatri. Edited by Neyzi O, Ertuđrul E. İstanbul, Nobel Tıp Kitabevi, 1993, pp:377-390.
2. Çoşkun T: Anne sütü ile beslenme, In: Çocuk Sağlığı Temel Bilgiler. Edited by Tunçbilek E. Ankara, Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Yayinevi, 1995, pp:19-46.
3. Özalp İ: Ek gıdalara başlama, anne sütünden ayrılma dönemi ve yapay beslenme, In: Çocuk Sağlığı Temel Bilgiler. Edited by Tunçbilek E. Ankara, Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Yayinevi, 1995, pp:45-65.
4. İşcan A, Vurgun N, Ece A, Özcan F, Çelik S, Tüfekçi S: Manisa çevresinde annelerin emzirme alışkanlıkları. İst Çocuk Klin Derg 30: 182-187, 1995.
5. Kurugöl Z, Kusin N, Yenigün A, Özgür T: İzmir'de anne sütü epidemiyolojisi. İst Çocuk Klin Derg 29: 30-36, 1994.
6. Alikasıfoğlu M, Ergingöz E, Gür ET, Baltaş Z, Arvas A: Bir üniversite hastanesine devam eden annelerde tek başına anne sütü verme süresine etki eden faktörler. Türk Pediatri Arşivi 35: 148-155, 2000.
7. Türkmen M, Satar M, Atıcı A, Ağrıdağ G, Narlı N: Annelerin, anne sütü ile beslenme konusundaki bilgi, tutum ve davranışları. Türk Pediatri Arşivi 3: 143-147, 1998.
8. Özcebe H, Bertan M, Dođan BG: Anne sütü ile beslenme ve Ankara'da bebek dostu hastaneleri. Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Dergisi 34: 305-316, 1991.
9. Ođur R, Tekbaş F, Yaren H, Ünay B: Sağlam bebek kliniğine başvuran annelerin hamilelik, bebek beslenmesi ve bakım hakkındaki bilgi düzeyleri. T Klin Pediatri 9: 150-154. 2000.
10. Alikasıfoğlu M, Türkçü F, Arvas A, Gür E, Erginöz E: Anne sütüyle beslenmeye etki eden faktörler. Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Dergisi 43: 239-246, 2000.
11. Tokatlı A: Ek besinlere geçiş "weaning" döneminde beslenme. Katkı Pediatri Dergisi 17: 64-72, 1996.
12. Tunçbilek E: Türkiye'de bebek ölümleri ve nedenleri, In: Çocuk Sağlığı Temel Bilgiler. Edited by Tunçbilek E. Ankara, Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Yayinevi, 1995, pp: 9-18.