

# Bebeğinize ilk 6 ay sadece ANNE SÜTÜ verin!

## Söyleşi

Ecz. Sevil Yıldırım  
Ecz. Metin Karadeniz

*Toplumu oluşturan bireylerin iyi yetişmesi için bir çok faktör etkilidir. Bunlardan biri de beslenmedir. Bebeğiniz için dünyadaki en kıymetli besin olan anne sütü ve önemi hakkında Trabzon İl Sağlık Müdürlüğü 3 nolu sağlık ocağı Ana-Çocuk Sağlığı (AÇS) birimi doktorlarından Dr. CANAN ÖKSÜZOĞLU ile görüştük.*



• Dr. Canan ÖKSÜZOĞLU

**ANNE SÜTÜNÜN FAYDALARI NELERDİR?**  
Bebeklerin sağlıklı büyüme ve gelişmesi için en değerli besin anne sütüdür. Doğal, taze, temiz ve mikropsuzdur. Hazırlanmasına gerek yoktur. Ekonomiktir, özel harcama gerektirmez. Bebeğin gereksinimleri olan besinleri tam olarak içerir. Hazmı kolaydır.

### **ANNE BEBEĞİNİ NE ZAMAN EMZİRMELİDİR?**

Doğumdan sonraki ilk yarım saat içinde emzirmeye başlanmalıdır.

### **İLK SÜT(COLOSTRUM)'UN ÖNEMİ NEDİR?**

Doğumdan sonra salgılanan koyu kıvamlı, sarımtırak, berrak süttür. Besleyici değeri yüksek olmakla beraber içerdiği koruyucu maddelerden dolayı çocuğun İLK AŞISIDIR. Bağırsakların gelişimini sağlar. Colostrum almış çocuklarda astım ve ishal görülme sıklığı azdır.

**EMZİRMENİN ANNE VE BEBEĞİN SAĞLIĞI ÜSTÜNE ETKİLERİ NELERDİR?**  
Emzirme annede ruhsal doygunluk sağlar. Emziren anne ve bebek arasında özel bir sevgi bağı kurulmasını sağlar. Emziren annelerde göğüs ve rahim kanseri daha az görülür.

### **ANNE SÜTÜ NASIL OLUŞUR?**

Memede süt yapımını sağlayan madde annenin beyninden salgılanan PROLAKTİN hormonudur. Gebeliğin sonlanmasıyla prolaktin salınımı artar. Bebek emerken, meme başındaki sinirlerden, başka uyarılar da çıkar. Bu uyarılarla annenin beyninden Oksitosin salgılanır. Oksitosin ile süt adacıklarının etrafındaki küçük kaslar kasılır ve süt, süt adacıklarından meme başındaki kanallara taşınır.

### **DOĞRU EMZİRME NASIL OLMALIDIR?**

Bebeğin omuz ve vücudu memeye dönük olmalı ve burnu meme başı

Tüm dünyada etkisiz, yüksek maliyetli, yanlış ve gereksiz ilaç kullanımı ciddi bir sorun olarak varlığını sürdürmektedir. Olayın boyutları ve sorunun dramatikliği az gelişmiş ülkelerde daha belirgindir. Konunun önemi ve aciliyeti ile paralel olarak akılcı ilaç kullanımını sağlamaya ve geliştirmeye yönelik olarak, bu alanda emek ve para yatırımı yapan ulusal-uluslararası, resmi-özel, kurum ve kuruluş sayısı hızla artmaktadır. Son on yıldır büyük çabalara rağmen az gelişmiş ve gelişmekte olan ülkelerde bu konuda kaydedilen ilerleme istenilen düzeylerde değildir. Bunun en önemli sebebi olarak söz konusu ülkelerde pek çok karar verici ve yöneticinin böyle bir sorunun varlığından bile haberdar olmaması gösterilmektedir. Diğer sebepler olarak da, ekonomik durum, etkisiz yasa ve düzenlemeler, iyi koordine edilemeyen

- İlaç güvenilir, etkili, uygun fiyatlı ve kolay sağlanabilir olmalıdır.
- İlaç her gelir grubundan insana, gerek duyulduğunda ertelenmeden hemen sağlanması gereken bir üründür.
- İlaç, hastanın kendi tercihi ile seçemediği (Tüketicinin talep esnekliğinin bulunmadığı) bir üründür.
- İlaç, tüketicisinin hakkında en az bilgi sahibi olduğu ürünlerden birisidir.
- İlacın koruyucu ve tedavi edici etkilerinin yanısıra, oluşturduğu yan etkiler dolayısıyla ilerde önemli bir risk potansiyeli mevcuttur.
- İlaç kamu sağlık harcamalarındaki %40'lık payı ile, en önemli gider kalemlerinden birini oluşturması sebebiyle, kamu harcamaları açısından da önem taşımaktadır.

### Akılcı ilaç kullanımı üzerine bir pilot çalışma

Akılcı ilaç kullanımı, ilaç tedavisinin



ya da hiç olmayan ilaç politikaları ve yetersiz eğitim gösterilmektedir.

### Akılcı Olmayan İlaç Kullanımının Etkileri

- İlaç tedavisinin kalitesinin düşmesi, bunun kaçınılmaz sonucu olarak artan morbidite ve mortalite
- Boşa kaynak harcanması, sonuçta temel ilaçlara bile ulaşılabilirliğin azalması, tedavi maliyetlerinin yükselmesi
- Acil ve temel ilaçlara karşı direnç geliştirmesi, bunun sonucu olarakta tedavinin ekonomik ve sosyal maliyetinin artması
- Yan etki riskinin artması
- Psiko-sosyal etkiler. (Hastaların ilaç bağımlısı olması, ihtiyaç olmadığı halde ilaca artan talep)

### Akılcı ilaç kullanımı ve Toplum Sağlığı yönünden önemi

etkili, güvenli ve ekonomik biçimde uygulanmasını sağlayan bir planlama, yürütme ve izleme sürecidir. Bu süreç, devletin, ilaç endüstrisinin, başta hekim ve eczacılar olmak üzere sağlık personelinin ve toplumun akılcı davranmasını gerektirmektedir.

Bu pilot çalışmada Ankara'daki bir hastanede ayakta tedavi olan hastaların ilaçlarını kullanırken akılcı olup olmadığı, ilaç kullanırken kim ya da kimlerden yardım aldığı araştırılmıştır. Bu amaçla Ankara'da bir hastanede ayakta tedavi olan ve hastane eczanesine başvuran 159 hastaya sorular sorulmuştur. Elde edilen veriler SPSS (ver. 7.0) istatistik programı ile değerlendirilmiştir.

Çalışmanın sonuçlarına göre, hastaların %75.5'i hekime danışmadan ilaç kullanmaktadır.

- Hastaların %13.2'si kendi kendine kullandığı ilaçları yanlış kullanmaktadır.
- Hastaların %24.5'i kendisinin kullandığı bir ilacı başkasına da önermektedir.\* (Gülbin ÖZÇELİKAY Ankara Ecz. Fak. Derg., 30(2), 9-18, 2001)

Kısaca özetlenmeye çalışılan nedenlerden dolayı, ilacın gerektiği zaman, gerektiği kadar kullanılması yaşamsal bir önem taşımaktadır. Dolayısı ile, Akılcı İlaç Kullanımının, toplum sağlığı ve kısıtlı kaynaklar açısından önemi büyüktür. Günümüzde Rasyonel İlaç Kullanımı temel ve koruyucu sağlık hizmetlerinin en önemli konularından biri olarak ele alınmaktadır.

### BUNLARI BİLİYOR MUSUNUZ?

- Bir ilacın etkisinin diğer ilaç tarafından değiştirilmesi anlamına gelen ilaç etkileşimlerinin yol açtığı ciddi reaksiyonların, tedavi maliyetleri ve ölümler açısından kardiyovasküler ve diyabet hastalığının bile önünde yer aldığı,
- ABD'de ilaca bağlı reaksiyonların bir yıllık tedavi maliyetinin 130 milyar doları bulduğunu,
- bu gerekçelerle yılda 140 bin ölüm vakası görüldüğünü,
- ABD'de 30 yıl içinde yapılan 39 araştırmanın derlendiği çalışma neticesinde, yanlış reçete sonucunda ortaya çıkan rahatsızlıklardan dolayı sadece hastanelerde 100 bin ölüm vakası yaşandığını,
- ABD'de 1999 yılından itibaren hastaneye yapılan her 100 başvurunun 6'sının ilaca bağlı olduğu ve bunun yüzde 28'inin önlenilebilir ilaç etkileşimlerinden kaynaklandığını,
- "Güvenli İlaç Kullanımı-İstenmeyen Etkiler" konusunun Türkiye'de bazı Eczacılık fakültelerinin 4.sınıfında seçmeli ders olarak okutulduğunu...

### KAYNAKÇA

1. Akılcı İlaç Kullanımı Çalışma Grubu Raporu, 1994, T.T.B.
2. Guide To Good Prescribing, 1994, W.H.O.
3. Promoting Rational Drug Use Session Notes, Uganda, 1996
4. www.ntvmsnbc.com/sağlık 16 Aralık 2003
5. www.ntvmsnbc.com/sağlık 15 Ekim 2003
6. www.ntvmsnbc.com/sağlık 18 Ekim 2003
7. \*Gülbin ÖZÇELİKAY Ankara Ecz. Fak. Derg., 30(2), 9-18, 2001