

## BEBEĞİN MEMEYE DOĞRU YERLEŞMESİNDE 4 TEMEL NOKTA

- ★ Ağız geniş açık.
- ★ Alt dudağı dışa dönmüş.
- ★ Bebeğın çenesi memeye dokunuyor.
- ★ Ağızının üzerinde daha fazla areola görülüyor.

## ETKİLİ EMME SONUÇLARI

- ★ Meme başı sağlıklı görünümündedir.
- ★ Emzirme sonunda göğüs yumuşar.
- ★ Emzirme anne için rahat ve zevklidir.
- ★ Bebek memeyi kendisi bırakır.
- ★ Bebeğın sütü yutuşu duyulabilir veya görülebilir.



**SÜT SAĞMA** ile ilgili her türlü soru ve sorunlarınız için, yakınlarınızda bulunan bir sağlık kuruluşuna başvurabilir. **ücretsiz danışmanlık** alabilirsiniz.

## ANNE SÜTÜ BİR HAZİNE DİR



**Başarılı emzirmenin en önemli adımı annenin kendine duyduğu güvenidir.**

# EMZİRME POZİSYONLARI

## MEMEYE İYİ YERLEŞMİŞ BEBEK

- ★ Memeyi kavramış olan bebeğin ağzının geniş, iyi açık olduğu,
- ★ Dilini öne doğru uzattığı için alt dudağının dışa dönük olduğu,
- ★ Çenesinin anne memesine değdiği,
- ★ Yanaklarının yuvarlak, dolgun olduğu,
- ★ Emme sırasında anne memesinin yuvarlak olduğu,
- ★ Alttan meme başının etrafındaki koyu alanın büyük bir kısmının bebeğin ağzı içinde kaldığı, çok azının görüldüğü fark edilir.



## ANNE SÜTÜNÜN YETERLİ OLDUĞU KONUSUNDA BEBEĞE AİT GÖSTERGELER

- ★ Bebek günde 6-8 kez idrar yapıyorsa ve
- ★ ilk 6 ay boyunca ağırlığı ayda en az 500 gr. artıyorsa sütünüz bebeğiniz için yeterli demektir.

**Annenin yeterli süt oluşturabilmesi için:**  
Bebek her istediğinde ve doğru şekilde geceleri de dahil sık sık emzirilmesi gerekmektedir.

## EMZİRME POZİSYONLARI



Yatarak Emzirme



Kucak Pozisyonu



Ters Kucak Pozisyonu



Koltukaltı Pozisyonu

**Bebeği memeye iyi yerleştirme;**  
Meme başında oluşabilecek çatlak, yara, tıkanıklık vb. problemleri önler.