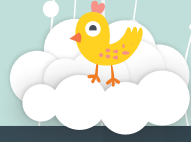


Bebeklerde Kusma ve Reflü



EVOLVIA

Sevgili anneler,

Bebeğinizin sağlığının sizin için ne kadar önemli olduğu kelimelere sığmayacak bir gerçek. Dünyaya geldikten sonra düzenli beslenmesi, güzel uyuması, ideal kilo alımı ve sağlıklı seyreden gelişimi sizlerin de mutlu olmasına yetiyor. Ancak bazı bebekler sorunsuz bir şekilde bu dönemi atlatırken bazıları için durum biraz sancılı olabiliyor.

Yeni doğan bebeklerin çoğunlukla yatar pozisyonda olması, yetişkinlere göre daha fazla sıvı besinlerle beslenmeleri ve yemek borusu ile midenin birleşim bölgesindeki kas yapısının henüz iyi gelişmemiş olması bazı bebeklerde beslenmelerinin hemen ardından kusmalarına neden olur.

Bu kusma; şekline, sıklığına ve bebekte herhangi bir hastalığın olup olmamasına bağlı olarak, genellikle bebeğin gelişimi ile kendiliğinden düzelerken nadiren de olsa bir tedavi süreci gerektirir.^{4,5}



Hemen karamsarlığa kapılmayın!

Araştırmalara göre çoğu zaman fizyolojik reflü olarak nitelendirilen bu kusmalar bebeğin kilo alımını olumsuz etkilemez, tedavi gerektirmez ve zamanla kendiliğinden azalarak geçer.⁴

Bu kitap, reflü ve kusma ile ilgili sorularınıza yanıt bulabilmeniz ve bebeğinizin kusmasını önlemeye yönelik tavsiyelerden yararlanabilmeniz için bu konudaki bilimsel çalışmalardan yararlanılarak hazırlanmıştır.

Bebeğiniz ve sizin için yararlı olması dileğiyle...



MONTERO®'nun katkılarıyla

Bu kitap anne ve babalara tavsiye niteliğindedir.

Pediyatrik Gastroenteroloji Uzmanı **Prof. Dr. Figen GÜRAKAN**'ın editörlüğünde Gıda Mühendisi **Kader EĞERCİOĞLU** tarafından hazırlanmıştır.

"Bu kitabın tüm hakları MONTERO GIDA SANAYİ VE TİCARET A.Ş.'ye aittir. MONTERO GIDA SANAYİ VE TİCARET A.Ş.'nin izni alınmadan hiçbir şekilde kopya edilemez, çoğaltılamaz ve yayınlanamaz."

EVOLVIA

 [EvolviaAnneleri](#)  [EvolviaAnneleri](#)  [EvolviaAnneleri](#)

MONTERO GIDA SANAYİ VE TİCARET A.Ş.
İSTİNYE BALABANDERE CAD İLAÇ SANAYİ SK NO: 14 SARIYER/ İSTANBUL

İÇİNDEKİLER



GİRİŞ

1. BEBEKLERDE KUSMA VE REFLÜ _____ 6

- Reflü Nedir?
- Reflü'nün Belirtileri
- Bebeklerde Kusma Bir Hastalık mı?
- Bebekler Neden Kusar?

2. TEDAVİ YÖNTEMLERİ _____ 16

- Yaşam Biçimi Değişikliği
- Pozisyon
- Doğru Emzirme; Nasıl Olmalı?
- Biberon ile Beslenmede Doğru Pozisyon
- Koyulaştırılmış Mamalar
- Reflü ve İnek Sütü Alerjisi

3. BESLENME ÖNERİLERİ _____ 28

4. BUNLARI BİLİYOR MUYDUNUZ? _____ 34

5. BEBEĞİME ÖZEL _____ 38

- Türk Çocuklarının Persentil Büyüme Eğrileri
- T.C. Sağlık Bakanlığı Aşı Takvimi
- Diş Takvimi

6. KAYNAKLAR _____ 45

**Dünya Sağlık Örgütü bebeklerin ilk
6 ay boyunca sadece anne sütü ile
beslenmesini önermektedir.**

**Anne sütü yokluğunda ya da eksikliğinde
yetkili sağlık çalışanına danışmalısınız.
Bu kitap annelere tavsiye niteliğindedir.**



**Anne sütü
en ideal
besindir.**



Bebeklerde Kusma ve Reflü

Bebeklerde Kusma ve Reflü

Reflü Nedir?

Reflü kısaca "geri kaçış" olarak tanımlanabilir. Normalde gıdaların yemek borusundan mideye geçtikten sonra, yemek borusuna geri gelmemeleri gerekirken reflü görülen bebeklerde bu düzen bozulur.



Reflü görülen bebeklerde mide içeriği (alınan gıda ve mide asidi) istemsiz olarak yemek borusuna geri kaçır.

Reflü ilk iki ayda bebeğin gelişimine bağlı olarak, beslenmenin ardından ilk saatte ve uykunun ilk başlarında oluşur.⁴

Bebekler genellikle yediğinin fazlasını kusar. Bu durum her zaman hastalık olarak nitelendirilmez, fizyolojiktir. Bebeğin yaşının ilerlemesi, yürümeye başlaması, katı gıdalara geçiş yapmasıyla kendiliğinden kaybolur. ⁴



Kusma; mide içeriğinin genellikle istemsiz ve bulantı hissi ile az veya çok kuvvetle **ağız dışına** çıkmasıdır.⁴

Regürjitasyon; Mide içeriğinin ağzın içine veya dışına eforsuz olarak gelmesidir ve bebeklerde sıklıkla görülür.⁴



Reflünün Belirtileri

Reflünün ana belirtileri olan regürjitasyon ve kusma bebeklerde daha sık görülür ve 12. ile 24. aylar arasında gerilemesi beklenir.¹

Özellikle fonksiyonel yetersizlikleri nedeniyle yaşamın ilk ayında süt çocuklarının büyük çoğunluğu kusmaktadır.¹

Bebekler konuşamadıkları için yakınmalarını çeşitli yollarla belli ederler;

- ✦ İştahsızlık
- ✦ Uykusuzluk
- ✦ Aşırı huzursuzluk
- ✦ Durdurulamayan ağlamalar



Hastalık sürecinin başladığını işaret eden belirtiler;

- ✦ Kilo kaybı
- ✦ Hırıltı
- ✦ Ses kısıklığı
- ✦ Boğaz ağrısı

Kusmaların sıklığı ve süresinde hissedilir bir artış olursa reflü hastalığına dönüşebilir. Durumu mutlaka doktorunuza danışmalısınız.^{1,4}



**Bebeğinizin
aşırı kusması durumunda
mutlaka doktora
danışmalısınız.**

Bebeklerde Kusma Bir Hastalık mı?



Bebekler genellikle beslenirken bir miktar hava yutarlar. Beslenmenin ardından yutulan bu havanın çıkarılmasıyla birlikte ağızdan akma veya taşma şeklinde kusarlar. Bu kusmalar genellikle fizyolojik düzeyde kalır ve bebeğin kilo almasını, büyümesini olumsuz etkilemez.^{1,4} Buna karşın anne ve çevresinde yeterince panik oluşturabilir.^{1,4}



**Hasta değilim,
sadece biraz
fazla hava yuttum.**

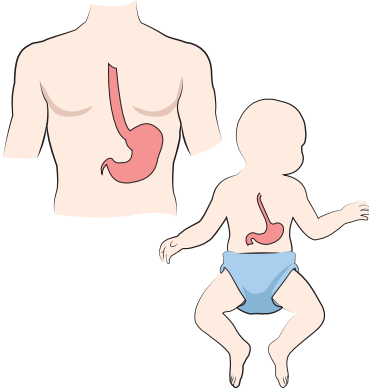


Bebekler Neden Kusar?

Yeni doğan bebeklerde kusmanın birçok nedeni olabilir. Bebeğin fizyolojik durumu, sindirim sistemi, henüz tam olarak gelişmemiş organları veya reflü ve diğer hastalıklar nedeniyle kusmalar görülebilir.

Yaşam Şekli

Bebekler günün büyük bir kısmını yatay pozisyonda geçirirler. Bu yaşam biçimleri yer çekiminin yenilen besinlerin mideye inmesindeki rolünü kısıtlar ve kusma ortaya çıkar.



Mide Yapısı

Yetişkinlerde mide dikey pozisyonda ve J harfi şeklindedir. Bebeklerde ise, yatay pozisyonda ve yatık şişe görünümündedir. Bu özellikler kusmada artışa yol açar.¹

Fiziksel Gelişim Süreci

Bebeklerde mide yapısal ve işlevsel olarak yeterince olgun değildir. Bu nedenle doğdukları andan itibaren reflüye eğilimlidirler. Sık sık ve çok kusabilirler.



Beslenme Şekli

Bebeklerin yetişkinlere oranla daha kolay kusmalarının nedenlerinden biri de tamamen sıvı ile beslenmeleridir.¹





Tedavi Yöntemleri

Tedavi Yöntemleri



Reflü hastalığının tedavi seçenekleri reflünün şiddetine bağlıdır. Tedavinin temel amacı ise bebeğin yakınmalarını gidermek ve yemek borusundaki veya diğer bahsedilen bölgedeki yangıyı iyileştirmektir.^{4,5}

Tedavi Yöntemleri

Yaşam Koşulları ve Beslenmenin Düzenlenmesi

İzlem ve Koruyucu Önlemler

İlaç Tedavisi

Cerrahi Tedavi*



**Yalnızca orta veya şiddetli reflü hastalarında tedavi seçenekleri ilaç veya cerrahidir.^{4,5}*

Yaşam Biçimi Değişikliği

Bebekler, kusmaya ve reflüye eğilimlidirler. Yaşamın ilk iki yılında sık görülen fizyolojik reflü, bebeğin gelişimine bağlı olarak iyileşir ve genellikle tedavi gerektirmez. Emzirme, gaz çıkarma ve emdikten sonra yatış pozisyonu reflüyü sınırlamada önemlidir.¹

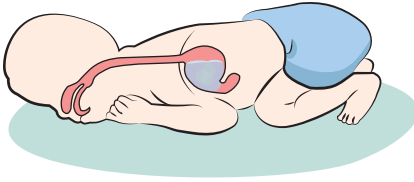
Her beslemeden sonra bebeğinizin gazını mutlaka çıkarmalısınız. Yemek sonrası çok hareketli oyunlar da kusmasına neden olabilir.⁴



Besledikten sonra baş kısmı 45 derece yükseltilmiş yatağa sırtüstü yatırmak kusmayı azaltır.

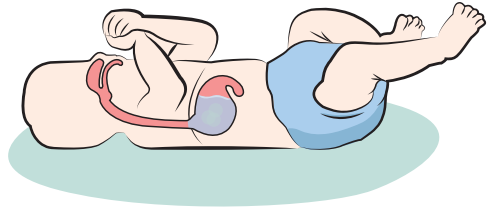
Pozisyon

Reflüyü azaltmak için doğru pozisyon önemlidir. Beslenmenin ardından besin geri kaçışını önlemek için bebeğin baş tarafı yükseltilmiş yatağa sırtüstü yatırılması tavsiye edilir. ^{1,4}



Yüz aşağı yatış, uyuyan bebekte ani bebek ölüm sendromuna neden olabileceği için sadece bebek uyanık iken tercih edilmelidir. ^{1,4}

Uyku sırasında başın yukarıda olması ve sol yan pozisyon uygulanabilir. ⁴



Anne Sütü ile Beslenen Bebekler

Anne sütü zengin içeriği ile doğumdan 6. ayın sonuna kadar bebeğin tüm besin ihtiyacını karşılamaya yeterlidir.

Anne sütü ile beslenen bebeklerde kusmayı önlemek için bebek fazla hava yutturulmadan emzirilmez. Meme başının çevresi (areola) ile birlikte bebeğin ağızına verilmesi fazla hava yutulmasını engeller.

Emzirmeye aynı memeyi emerken ve diğer memeye geçerken ara vermelisiniz. Bebeği omzunuza alıp gazının çıkması için sırtına masaj yapabilirsiniz.



Masaj yapmanın bebeğin kusma sıklığı ve miktarını azaltmada olumlu etkisi vardır.¹

Doğru Emzirme

Bebeğin yüzü ve gövdesi düz olarak anneye dönük ve olabildiğince yakın olmalı, bebek baş, omuz ve kalçalarından desteklenmelidir. Emzirme süresince meme alttan dört parmakla desteklenmeli, başparmakla üstten hafifçe bastırarak bebeğin burnunun kapanmasına engel olunmalıdır.



Meme bası, çevresindeki koyu kısım (areola) ile birlikte bebeğin ağızına verilmelidir. Areolanın özellikle alt yarısı bebeğin ağızında olmalı, bebeğin alt çenesi annenin memesine temas etmelidir.

Her öğünde iki memeyi birden emzirmeye çalışmayın. Bu durum bebeğin laktozdan zengin ön sütü (her emzirmede ilk gelen süt) aşırı almasına neden olduğu için gaz sancıklarına yol açabilir. Bu nedenle bebek bir memeyi tamamen bırakana dek o memeden emzirilmelidir.¹

Annenin sağlık durumu veya tercihine göre yatarak veya oturarak da emzirilebilir.



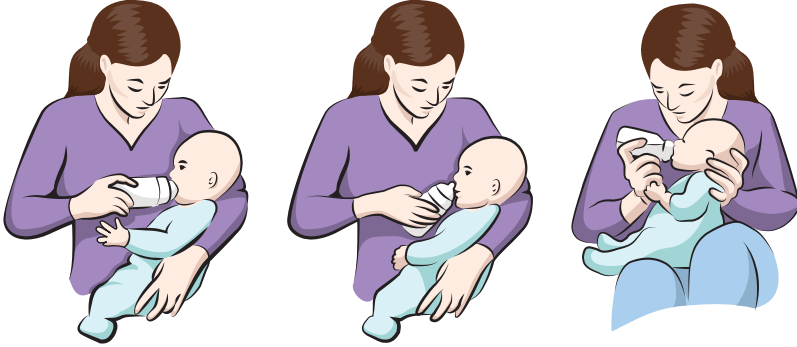
Emzirme sırasında baba veya kardeş gibi diğer aile bireylerinin de annenin yanında olmaları emzirmeyi olumlu yönde etkiler ve aile birliğinin de korunmasına katkı sağlar.⁸

Annenin tercihine bağlı olarak veya bebeklerin ikiz olması ve hir iki bebeğin de aynı anda emzirilmesi gerektiğinde bebeklerler **koltuk altı yöntemi** ile emzirilebilir.⁸



Beslenme Önerileri

Çok kusan bebekler yatay beslenme yerine, dik konumda beslenmelidir. Böylece yer çekiminin etkisinden faydalanılır ve dik pozisyonda daha rahat gaz çıkarmaları sağlanabilir.



Bebeğinizi beslenme sonrasında uzun süre omzunuzda dik tutabilirsiniz. 1-2 kez gaz çıkardıktan sonra sol yana yatırmak daha iyi olacaktır. ¹



Kıvamı Artırılmış Mamalar



Anne sütü yokluğunda veya eksikliğinde hekim önerisiyle kullanılan mamalarla veya hem mama hem anne style beslenen bebeklerde ilk 4-6 ayda uygulanabilecek bir tedavi yöntemi de sütün kıvamının koyulaştırılmasıdır.



Keęiboynuzu tozu, pirinç, patates veya mısır nişastası ile sütün kıvamının artırılmasının, bebeklerde kusmayı azalttığı bilinmektedir.^{1,4}

Anne sütü alamayan bebeklerde kusmayı azaltma amaçlı geliştirilmiş özel antireflü (AR) mamalar eczanelerde bulunmaktadır. Bu mamalar doktor reçetesi ve/veya önerisi ile kullanılmalıdır. ¹

Reflü ve İnek Sütü Alerjisi

Bebeklerde gelişimin henüz tamamlanmamış olmasının yanı sıra inek sütüne veya diğer besinlere olan alerji de reflüye neden olabilir.



İnek sütü alerjisi bebeklerde yaşamın ilk 4 ayında çoğunlukla cilt kızarıklıkları, egzama, kanlı dışkı, ishal veya reflü şeklinde görülmektedir.¹

Bebeklerde inek sütü proteini alerjisi var ise inek sütü annenin ve bebeğin beslenmesinden çıkarılmalıdır. Laktoz intoleransı söz konusu ise anne sütü alan bebeklere destek olarak laktaz enzimi verilebilir. Mama ile beslenenlere ise laktozsuz mama verilebilir. Bu durumda 24 saat içinde bebeğin reflüsünde azalma gözlemlenir.⁴





**Bebeğinizin kusmasının nedeni
inek sütü proteini alerjisi veya
laktoz intoleransı olabilir.**

**Durumu doktorunuza
danışmalısınız.**





Beslenme Önerileri

Beslenme Önerileri



Özellikle tüm bireylerin bebeği beslemeye odaklandığı ailelerde onu aşırı beslemek kusmasına neden olabilmektedir. Bebekler bu ısrarlı beslemenin ardından mide kapasitesinin aşıldığı noktada önce başını çevirerek karşı durmaya çalışır, sonra kusmaya başlar.

Bebek zorlanarak aldığı mamanın fazlasını, bazen de tamamını kusabilir. Bu durum annede var olan panik ve sıkıntının daha da artmasına neden olur.

Bu nedenle bebeğin az az ve sık beslenmesi tavsiye edilir.²



Kusulan Ögün İçin Ne Yapılmalı ?



Bebeğinizin kusmasının ardından aynı öğünü tekrar vermeye çalışmak onu olumsuz etkileyebilir. Aynı zamanda yüzünüzdeki ifadenin gergin ve huzursuz olması da bebeğin karşı koyma reaksiyonunu daha çok artırır. Sonuçta anne ile bebek arasında ilk savaş başlamış olur.¹

Kusmalar sırasındaki süreç iyi kontrol edilmezse ileri yaşlara taşınacak beslenme sorunlarına yol açabilir. Bu nedenle bebeğiniz kustuğunda tekrar beslemek için ısrar etmeyin. Bir süre bekleyin.¹



Biberonla Beslenen Bebekler

Biberonun yatay tutulması, emziğin mama ile tam dolmaması ve hava içermesi daha fazla hava yutulmasına neden olur. Yutulan havanın çıkarılması mamanın da kusulmasına neden olur.

Bebeğin dik, biberonun emzik kısmı tamamen sütle dolacak şekilde dike yakın tutulması kusmayı önleyen bir uygulamadır. Ayrıca biberon seçiminde biberonun deliğinin çok geniş olmamasına özen gösterilmelidir.¹



Reflünün Sıklığı Besinin Miktarı İle İlişkilidir!



Beslendikten
sonra hemen yatar
pozisyona
geçirilmemelidir.⁵



Öğün
miktarları
küçük tutulmalıdır.⁵



Yüksek yastık
kullanarak yatırmak
kusmayı azaltır.⁵





**Bunları
Biliyor muydunuz?**

Bunları Biliyor muydunuz?



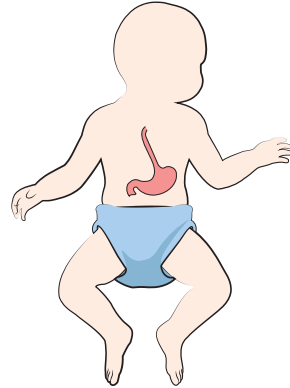
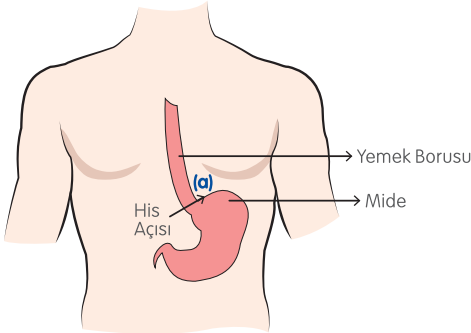
6 aydan küçük bebeklerin %40'ında reflü görülmektedir.⁵



Bebeklerde midenin tam olarak erişkinine yakın hale gelmesi 2 yaşı bulur.



Erişkinlerde mide dikey pozisyonda ve J harfi şeklindedir. Bebeklerde ise, erişkinlerin aksine, yatay pozisyonda ve yatık şişe görünümündedir. Ayrıca mide üstündeki His açısı (a) henüz tam olarak gelişmemiştir. Bu özellikler de kusmada artışa yol açmaktadır.¹





Reflü ailesel yatkınlığın olabileceği bir durumdur. Ayrıca tek yumurta ikizlerinde görülme sıklığı çift yumurta ikizlerine göre daha fazladır.³



Emziren annenin çok fazla kafeinli içecekler tüketmesi veya çocuğun sigara dumanına maruz kalması da reflü şikayetlerinin artmasına yol açabilir.²



Yenidoğan bebeğin mide kapasitesi yaklaşık olarak, ilk gün kiraz, üçüncü gün ceviz, birinci haftada bir pinpon topu büyüklüğündedir. Birinci ayda ise büyük bir yumurta boyutuna kadar ulaşır. Mide girişindeki kas da gün geçtikçe kuvvetlenecektir. Bu da reflünün iyileşmesini sağlar.⁷



1. gün
(Kiraz kadar)



3. gün
(Ceviz kadar)

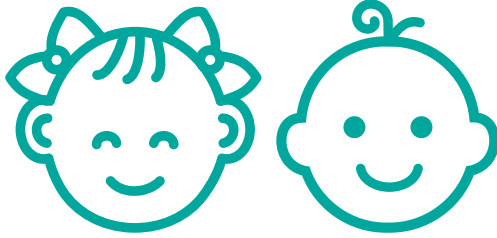


1. hafta
(Pinpon topu kadar)



1. ay
(Yumurta kadar)





**Bebeğime
Özel**

PERSENTİL TABLOSU-KIZ

YAŞ	ÖLÇÜM	3.P	10.P	25.P	50.P	75.P	90.P	97.P
DOĞUM	TARTI (kg)	2,52	2,76	3,01	3,29	3,58	3,84	4,10
	BOY (cm)	45,3	46,6	47,9	49,4	50,8	52,1	53,4
	BAŞ ÇEVRESİ (cm)	31,9	32,7	33,6	34,5	35,5	36,3	37,1
3 AY	TARTI (kg)	4,48	4,90	5,33	5,82	6,32	6,78	7,24
	BOY (cm)	55,3	56,8	58,2	59,9	61,5	63,0	64,5
	BAŞ ÇEVRESİ (cm)	37,7	38,4	39,1	40,0	40,8	41,6	42,3
6 AY	TARTI (kg)	5,94	6,38	6,85	7,43	8,06	8,68	9,34
	BOY (cm)	61,6	63,1	64,7	66,4	68,2	69,7	71,3
	BAŞ ÇEVRESİ (cm)	40,4	41,2	42,0	42,9	43,8	44,6	45,3
9 AY	TARTI (kg)	6,85	7,34	7,89	8,55	9,29	10,02	10,82
	BOY (cm)	66,0	67,7	69,3	71,2	73,0	74,6	76,3
	BAŞ ÇEVRESİ (cm)	42,1	42,9	43,7	44,6	45,5	46,3	47,1
12 AY	TARTI (kg)	7,52	8,06	8,66	9,39	10,20	11,00	11,87
	BOY (cm)	69,7	71,4	73,2	75,1	77,1	78,8	80,5
	BAŞ ÇEVRESİ (cm)	43,4	44,1	44,9	45,8	46,7	47,5	48,3
15 AY	TARTI (kg)	8,09	8,67	9,31	10,10	10,96	11,81	12,73
	BOY (cm)	72,8	74,6	76,5	78,5	80,6	82,4	84,2
	BAŞ ÇEVRESİ (cm)	44,2	45,0	45,8	46,6	47,5	48,3	49,0
18 AY	TARTI (kg)	8,57	9,19	9,87	10,71	11,63	12,55	13,54
	BOY (cm)	75,5	77,4	79,3	81,5	83,7	85,6	87,6
	BAŞ ÇEVRESİ (cm)	44,8	45,5	46,3	47,2	48,1	48,9	49,7
2 YAŞ	TARTI (kg)	9,49	10,20	10,99	11,94	12,99	14,03	15,15
	BOY (cm)	80,1	82,3	84,4	86,8	89,2	91,4	93,5
	BAŞ ÇEVRESİ (cm)	45,4	46,2	47,1	48,0	49,0	49,8	50,7
2,5 YAŞ	TARTI (kg)	10,35	11,17	12,06	13,12	14,25	15,33	16,47
	BOY (cm)	84,0	86,3	88,6	91,2	93,8	96,1	98,4
	BAŞ ÇEVRESİ (cm)	45,6	46,5	47,4	48,4	49,4	50,3	51,2
3 YAŞ	TARTI (kg)	11,19	12,09	13,05	14,18	15,37	16,51	17,68
	BOY (cm)	87,8	90,2	92,7	95,4	98,1	100,6	103,0
	BAŞ ÇEVRESİ (cm)	45,8	46,7	47,6	48,7	49,7	50,6	51,5

BÇ: Baş çevresi Referans: Neyzi O. Ve ark. Türk çocuklarında vücut ağırlığı, boy uzunluğu, baş çevresi ve vücut kitle indeksi referans değerleri. Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Dergisi 2008;51:1-14.

PERSENTİL TABLOSU-ERKEK


YAŞ	ÖLÇÜM	3.P	10.P	25.P	50.P	75.P	90.P	97.P
DOĞUM	TARTI (kg)	2,58	2,85	3,13	3,43	3,73	4,00	4,27
	BOY (cm)	45,9	47,2	48,5	50,0	51,5	52,9	54,2
	BAŞ ÇEVRESİ (cm)	32,3	33,2	34,0	34,9	35,9	36,7	37,5
3 AY	TARTI (kg)	4,75	5,26	5,79	6,38	6,99	7,54	8,10
	BOY (cm)	46,2	57,8	59,5	61,3	63,2	64,8	66,4
	BAŞ ÇEVRESİ (cm)	38,5	39,3	40,2	41,1	42,0	42,8	43,7
6 AY	TARTI (kg)	6,21	6,79	7,41	8,12	8,85	9,54	10,25
	BOY (cm)	62,8	64,5	66,2	68,0	69,9	71,6	73,2
	BAŞ ÇEVRESİ (cm)	41,3	42,2	43,1	44,0	45,0	45,9	46,7
9 AY	TARTI (kg)	7,27	7,87	8,51	9,26	10,06	10,81	11,58
	BOY (cm)	67,4	69,1	70,9	72,8	74,7	76,4	78,1
	BAŞ ÇEVRESİ (cm)	43,1	44,0	44,9	45,8	46,8	47,7	48,6
12 AY	TARTI (kg)	7,96	8,61	9,32	10,16	11,05	11,92	12,82
	BOY (cm)	70,8	72,7	74,7	76,9	79,1	81,1	83,0
	BAŞ ÇEVRESİ (cm)	44,3	45,2	46,1	47,1	48,0	48,9	49,8
15 AY	TARTI (kg)	8,61	9,28	10,01	10,89	11,83	12,75	13,72
	BOY (cm)	73,8	75,8	77,9	80,2	82,5	84,5	86,6
	BAŞ ÇEVRESİ (cm)	45,0	45,9	46,8	47,8	48,8	49,7	50,6
18 AY	TARTI (kg)	9,13	9,82	10,58	11,49	12,48	13,46	14,49
	BOY (cm)	76,4	78,5	80,7	83,1	85,5	87,7	89,8
	BAŞ ÇEVRESİ (cm)	45,6	46,5	47,4	48,4	49,4	50,3	51,2
2 YAŞ	TARTI (kg)	10,12	10,85	11,66	12,66	13,76	14,86	16,05
	BOY (cm)	81,0	83,3	85,6	88,2	90,8	93,2	95,5
	BAŞ ÇEVRESİ (cm)	46,4	47,3	48,3	49,3	50,3	51,2	52,1
2,5 YAŞ	TARTI (kg)	11,06	11,84	12,71	13,80	15,04	16,29	17,69
	BOY (cm)	89,3	87,6	90,0	92,6	95,3	97,6	100,0
	BAŞ ÇEVRESİ (cm)	46,9	47,8	48,8	49,8	50,8	51,8	52,7
3 YAŞ	TARTI (kg)	11,81	12,65	13,61	14,83	16,24	17,71	19,39
	BOY (cm)	89,3	91,7	94,1	96,8	99,4	101,8	104,2
	BAŞ ÇEVRESİ (cm)	47,1	48,0	49,0	50,0	51,1	52,0	52,9

BÇ: Baş çevresi Referans: Neyzi O. Ve ark. Türk çocuklarında vücut ağırlığı, boy uzunluğu, baş çevresi ve vücut kitle indeksi referans değerleri. Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Dergisi 2008;51:1-14.



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
ULUSAL ÇOCUKLUK DÖNEMİ AŞILAMA TAKVİMİ (2020)

AŞILAR	DOĞUMDA	1. AYIN SONU	2. AYIN SONU	4. AYIN SONU	6. AYIN SONU	12. AYIN SONU	18. AYIN SONU	24. AYIN SONU	48. AY ³	13. YAŞ
Hep-B	I	II			III					
BCG			I							
KPA			I	II		R				
DaBT-İPA Hib			I	II	III		R			
OPA					I		II			
Su Çiçeği ¹						I				
KKK						I			II	
Hep-A ²							I	II		
DaBT-İPA									R	
Td										R

 Hep-B: Hepatit B Aşısı	 BCG: Verem Aşısı	 KPA: Konjuge Pnömonok Aşısı
 DaBT-İPA-Hib: Difteri, Asüler Boğmaca, Tetanoz, İnaktif Polio, Hemofilus influenza tip b Aşısı (Beşli Karma Aşı)	 OPA: Oral Polio (Çocuk Felci) Aşısı	 Suçiçeği: Suçiçeği Aşısı
 KKK: Kızamık, Kızamıkçık, Kabakulak Aşısı	 Hep-A: Hepatit A Aşısı	 DaBT-İPA: Difteri, Asüler Boğmaca, Tetanoz, İnaktif Polio,(Dörtlü Karma Aşı)
 Td: Erişkin Tipi Difteri-Tetanoz Aşısı		

¹ 1 Ocak 2012 ve sonrasında doğan çocuklara uygulanacaktır.

² 1 Mart 2011 ve sonrasında doğan çocuklara uygulanacaktır.

³ 1 Temmuz 2016 tarihinde doğanlardan başlamak üzere 48 ayına girmiş olan tüm çocuklara uygulanacaktır.

1 Temmuz 2016 tarihinden önce doğmuş ve halen ilköğretme başlamamış olan çocukların KKK ikinci dozu ve DaBT-İPA aşısı ise 2020-2021, 2021-2022 ve 2022-2023 eğitim ve öğretim dönemlerinde okul aşılama şeklinde uygulanacaktır.

Tablodaki R (Rapel) harfi Pekleştirme Aşılarını ifade etmektedir.

Referans: Sağlık Bakanlığı Aşı Takvimi. Bilgi amaçlıdır. Çocuğunuzun aşıları için mutlaka doktorunuza danışmalısınız.

DIŞ TAKVİMİ

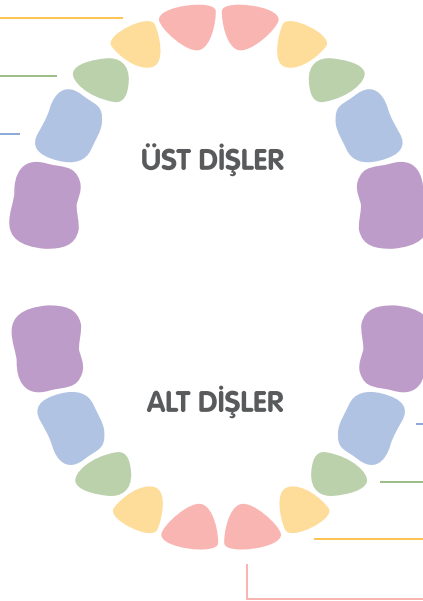
8-12 AY

9-13 AY

16-22 AY

13-19 AY

25-33 AY



ÖN KESİCİLER



YAN KESİCİLER



KANIN-KÖPEK DİŞLERİ



BİRİNCİ AZILAR



İKİNCİ AZILAR

Her bebeğin gelişim süreci birbirinden farklıdır. Bebeğinizin diş gelişimiyle endişelendiğiniz bir durum var ise doktorunuza danışmalsınız.



Kaynaklar



1. Aydođdu, S., Bebeklerde ve Çocuklarda Gastroözofageal Reflü ve Hastalığı, Ege Üniversitesi Tıp Fakültesi, //semaaydogdu.com/static/upload/akademik/filescocuklarda-reflu-has_130310014820.pdf/
2. Kırsaçlıoğlu, C. T., & Köksal, T. (2014). Çocuklarda Gastroözofagiyal Reflü Hastalığı Gastroesophageal Reflux Disease in Children, Journal of Contemporary Medicine 2014;4(3):175-184
3. Vandenplas, Y., Rudolph, C. D., Di Lorenzo, C., Hassall, E., Liptak, G., Mazur, L.,... & Wenzl, T. G. (2009). Pediatric gastroesophageal reflux clinical practice guidelines: joint recommendations of the North American Society for Pediatric Gastroenterology, Hepatology, and Nutrition (NASPGHAN) and the European Society for Pediatric Gastroenterology, Hepatology, and Nutrition (ESPGHAN). Journal of pediatric gastroenterology and nutrition, 49(4), 498-547.
4. nostalji.semaaydogdu.com/metinler/CocuklardaRefluKitap.doc
5. Prof. Dr. Hasan Yüksel, Çocuklarda Reflü Hastalığının Sıklığı, Bulguları, Teşhis ve Tedavisi, www.populermedikal.com/cocuk/cocukgor4.asp
6. Karabayır N., Ođuz F., İnfantil Kolik, Çocuk Dergisi 9(1):16-21, 2009
7. Bilgen, N. Türkyılmaz, C. Sağlıklı Term Bebeğin Beslenmesi Rehberi 2014
8. Atıcı, A., Polat, S., & Turhan, A. H. (2007). Anne sütü ile beslenme. Türkiye Klinikleri Journal of Pediatrical Sciences, 3(6), 1.

Sevgili
anneciğim ve babacığim,

Uzun ve yorucu bir yolculuğun ardından
sıcaklığınıza kavuştum.

İlk aylarım biraz zorlu geçecekmiş
ama üzölmeyin, göz açıp kapayıncaya
kadar gelişimimi tamamlayacağım.

Bu süreçte ihtiyacım olan her şeyi
bana verdiginiz için teşekkür ediyorum.

Ve sizi çok seviyorum...

EVOLVIA®



EVOLVIA®

SAĞLIKLI BEBEKLER

MUTLU ANNELER DANIŞMA HATTI



0850 532 3 386

Bu numaraya yaptığınız aramalar kendi tarifeniz üzerinden ücretlendirilir.



Bebeginizin özel ihtiyaçları



Beslenme



Emzirme



Bebek bakımı

konusundaki öneri ve bilgilerimizden faydalanmak için ücretsiz
Anne Danışma Hattımızı arayın!

EVOLVIA®

 **MONTERO®**

www.evolvia.com.tr