

Afetlerde ve Acil Durumlarda Bebek ve Küçük Çocuk Beslenme Durumu Değerlendirme Kılavuzu

Bu kılavuz, afetlerde ve acil durumlarda bebek ve küçük çocuk beslenmesiyle ilgili sahada bulunan sağlık çalışanlarının ilk değerlendirmeyi yapabilmesi için hazırlanmıştır. Anneye aşağıdaki soruları sırayla sorarak değerlendirmeyi daha sistematik hale getirmeniz mümkün olacaktır.

English	Turkish
How old is your baby?	Bebeğiniz kaç aylık?
0-2 months	0-2 ay
2-4 months	2-4 ay
4-6 months	4-6 ay
6-9 months	6-9 ay
9-12 months	9-12 ay
>12 months	12 ay
How was your baby fed last week?	Geçen hafta bebeğiniz nasıl beslendi?
only breast milk	sadece anne sütü
breast milk and infant formula	anne sütü ve mama
only infant formula	sadece mama
How was your baby fed yesterday?	Bebeğiniz dün nasıl beslendi?
If you are breastfeeding, do not stop. Continue to do so until your child is at least 2 years of age. This is the most reliable, cheapest and safest way of feeding your child. Breastfeeding will protect your baby against infections.	Eğer bebeğinizi emziriyorsanız emzirmeyi bırakmayın. Bebeğiniz en az 2 yaşına gelene dek emzirmeye devam edin. Bebeğinizi beslemenin en güvenilir, ucuz ve güvenli yolu budur. Emzirmek bebeğinizi enfeksiyonlara karşı korur.
Formula feeding your baby is dangerous in the current situation. This is why we do not want to give infant formula to breastfeeding women.	Mevcut koşullarda bebeğinizi mama ile beslemek tehlikeli olabilir. Bu yüzden bebeğini emziren annelere mama vermek istemiyoruz.
If you recently stopped breastfeeding, you can restart. This is by far the safest option for your baby. Frequent suckling at the breast, day and night, will help to stimulate breastmilk production. Offer the breast before offering any other food or liquid.	Eğer yakın zamanda emzirmeyi sonlandırdıysanız yeniden emzirmeye başlayabilirsiniz. Bu bebeğiniz için açık ara en güvenli yoldur. Gece ve gündüz sık emzirmek, süt üretimini tetikleyecektir. Bebeğinize başka bir gıda veya içecek vermeden önce memenizi verin.
Do not give breastfed babies less than 6 months any extra water, juices, teas or foods.	6 aydan küçük emzirilen bebeklere ekstra su, meyve suyu, çay veya yiyecek vermeyin
Exclusive breastfeeding offers the best nutrition for small babies. Breastmilk contains ingredients that protect your baby from infection. Giving other foods/fluids will reduce your milk supply and increase the chances of infection, especially in this situation.	Küçük bebekler için sadece emzirilerek beslenmek en faydalı besin içeriğini sağlar. Anne sütü bebeği enfeksiyonlardan koruyan maddeler içerir. Özellikle bu koşullarda dışarıdan vereceğiniz gıda ve sıvılar anne sütü üretimini azaltacağı gibi enfeksiyon riskini artırır.
If you are both breastfeeding and using infant formula or other milks, it is safer to only breastfeed. Breastfeed before feeding formula in order to stimulate breastmilk production. You can gradually replace each formula feed with a breastfeed. This may take a few days.	Eğer hem emziriyor hem de mama veya diğer sütlerden kullanıyorsanız, sadece emzirmeniz daha güvenli. Mama vermeden önce emzirmeniz süt üretimini tetikleyecektir. Kademeli olarak her öğün mamayı bir emzirme öğünü ile değiştirebilirsiniz. Bu birkaç gün alabilir.

<p>Do not start to use infant formula if you have never used it. It is very difficult to prepare in your situation, we cannot provide you with all the supplies you will need, and it is expensive. Feeding your baby formula makes them more likely to get sick with diarrhea and chest infections which are serious illnesses for babies.</p>	<p>Eğer daha önce hiç kullanmadıysanız, şimdi mama kullanmaya başlamayın. Durumunuzda mama hazırlamak çok zor ve ihtiyacınız olan bütün kaynakları sağlamamız da mümkün değil ve çok pahalı. Bebeğinizi mama ile beslemeniz ishal ve göğüs enfeksiyonlarına sebep olabilir ki bunlar bebekler için çok ciddi hastalıklardır.</p>
<p>Stress does not reduce your breastmilk supply but it can slow the release of milk and this can make babies fussy and upset. Thinking about your love and hope for your baby will help the milk to flow. If available, being in a private place can help you relax.</p> <p>If your baby is over 6 months of age, continue to breastfeed as often as for as long as possible (2+ years) in addition to adding other foods. Try to offer the breast before other foods.</p>	<p>Stres süt üretimini azaltmaz fakat bebeğinizin mızızlanmasına ve kızmasına sebep olacak biçimde inişi yavaşlayabilir. Bebeğinize olan sevginizi ve umutlarınızı düşünmek akışı hızlandırabilir. Eğer mümkünse, mahremiyet sağlayabileceğiniz bir ortamda olmak rahatlamanızı sağlayabilir.</p> <p>Eğer bebeğiniz 6 aydan büyükse, mümkün olduğunca sık ve olabildiğince uzun süre (2+ yıl), ek gıdalarla beraber emzirmeye devam edin. Ek gıdalardan önce memenizi sunmaya çalışın.</p>
<p>Wash hands</p>	<p>Ellerinizi yıkayın</p>
<p>Ensure bottle and teat are thoroughly washed</p>	<p>Biberonun ve biberon emziğinin tamamıyla yıkandığından emin olun</p>
<p>Measure water accurately</p>	<p>Suyu doğru ölçün</p>
<p>Measure powder accurately</p>	<p>Mama tozu doğru ölçün</p>
<p>Discard unused formula</p>	<p>Kullanılmayan mamayı dökün</p>
<p>Powder that is mixed with cool potable water must be consumed immediately.</p>	<p>Serin içme suyu ile hazırlanmış mamanın hemen tüketilmesi gerekir</p>
<p>Even if you or your child are showing symptoms or are positive with COVID 19 continue to breastfeed your child.</p> <p>Wear a mask as you breastfeed and wash your hands before breastfeeding your child.</p>	<p>Bebeğiniz COVID 19 semptomları gösteriyor olsa dahi emzirmeye devam edin.</p> <p>Emzirirken maske takın ve emzirmeden önce ellerinizi yıkayın.</p>
<p>Wash hands often.</p>	<p>Ellerinizi sık sık yıkayın.</p>
<p>Wear a mask.</p>	<p>Maske takın.</p>
<p>It is not recommended for a child under two years old to wear a mask.</p>	<p>2 yaşından küçük çocukların maske takmaları önerilmemektedir.</p>