

*Ek gida demek degisik besi maddeleri vermek demek, anne sutunden, sivi besin maddeleri. Bebegin ek gida maddeleri vermeyi hemsire yada ebe karar verir.*

## Ne zaman

- Bebek cok zayıflarsa
- Bebegin yeterli anne sutu icmemesi veya annenin yeterli sutu olmaması
- Saglik sorunu var ise. (buna ebe yada doktor karar verir)

**Dikkat:** ek besin icin doktorunuza danisin. Saglik sorunu olmadan, ek besine baslarsanız, sut uretiminiz negatif etkiyle sonuclanabilir.

## Nasil?

Ek besincup veya fingerfeeding yontemiyle verilir. Yoksa bebeginizin meme basini emeyle baska bir maddeyi emmeyi kafasi karisabilir ve bu yuzden gogsunuzu emmek istemez veya gogsunuzu emmesi zorlanir.

## Cupfeeding

- Bebeginizi dik veya hafif dik kucaginiza oturtunuz. Bebeginizi bu yontemle beslerken, kollari engel olmasin diye, kollarini bir bebek beziyle veya bir havluyla bir sarabilirsiniz.
- Cup'u bebeginizin dudaklarina degdiriniz ve sutun bebeginizin dudaklarina degene kadar dudaklarina dogru hafifce kaldiriniz. Cup'u bebegin alt dudugana hafifce degmesi gerekir. Cup'un kenari bebegin agiz kenarlarina kadar getirilir.
- Bebeginiz kendiliginden ilgi gosterir ver agzini acar.
  - premature bebekler sutu hemen diliyle yalamaya baslarlar.
  - buyuk bebekler sutu hopurteterek iverler ve ust baslarini dokerler.
- sutu bebegin agzina dokmeyiniz. Cup'u sadece agiz kenarlarina gelene kadar alt dudagina degdirin ve bebeginize kendi kendi halinde icmesine saglayin.
- Bebeginiz yerince ictiginde, agzini kapatacaktir ve daha icmeye devam etmek istemiyecektir. Eger gereken miktari icmediyse, muhtemelen diger beslenmede daha fazla icecektir. Eger daha fazla icmiyorsa, anne sutu emzirmesinde oldugu gibi, daha sik besleyiniz.



## Fingerfeeding

Sadece ebeveynler tarafından yapilsi tavsiyemizdir.

- Ellerinizi yıkayınız. Kullandığınız parmaginez tirnagini kısaca kesiniz. Sektiginiz parmaginez meme ucuyla aynı büyüklükte olmasına dikkat gösterin.
- Rahat oturmanız sizin ve bebeğiniz için önemlidir. Parmaginez bebeğinizin ağzına düz yerleştirteceğinizde hangi pozisyon sizin ve bebeğinizin için rahat ise, o pozisyon iyidir.
- Gerekenler, enjeksiyon'la fingerfeeder ( yumuşak ek) ve sisede sagılmış anne sütü.
- Bebeğinizin ağzını , parmaginez sokabileceğiniz büyüklükte acana kadar, hafifce bebeğinizin dudaklarını gidiklayınız. Eger bebeğiniz çok uykuluysa ve beslenmesi gerekiyorsa, parmaginez yavaşca ağzına sokunuz. Gerekirse bebeğinizin çekmesini aşağıya doğru itiniz. Genelde bebeğiniz, eger uyuyorsa, emmeye basliyacaktır,
- Parmaginezin yumuşak tarafı üstte kalma sartiyla ağzına sokunuz. Parmaginez düz tutmaya özen gösterin. Boylelikle bebeğinizin dilini düz kalmasını sagliyorsunuz. Parmaginez yukari bebeğinizin ağzında uste kaldirmayin ama düz tutunuz. Damagina sertce bastirmayiniz. Bebeğiniz alt dudagini içeri doğru emdiyse, çekmesini yavaşca aşağıya doğru itiniz.
- Bebeğiniz 20 saniye emdikten sonra fingerfeeder'i parmaginezin kenarından doğru ağzının içine sokabilirsiniz. Bebeğiniz enjeksiyonu kendiliginden emerek bosaltir. ( eger enjeksiyon sert ise, biraz içinde hava bulundurmak emmeyi kolaylastirir) Yani enjeksiyonla bebeğinizin ağzına süt sikmiyorsunuz.

