

ULUSAL GEBELİK ve BESLENME KONGRESİ



5-6 ARALIK 2025

GAZI ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ
PROF. DR. ENVER HASANOĞLU
KONFERANS SALONU

BİLDİRİ KİTABI

İÇİNDEKİLER

KURULLAR

BİLİMSEL PROGRAM

BİLDİRİLER

KURULLAR

Kongre Başkanlığı

Prof.Dr.Deniz Karçaaltıncaba

Prof.Dr.Yasemin Akdevelioğlu

Kongre Sekreterliği

Doç.Dr.Pınar Tokdemir Çalış

Doç.Dr.Emine Yassıbaş

Düzenleme Kurulu

Arş.Gör.Hatice Aydın Salman

Arş.Gör.Arzu Sümer Ortaç

Arş.Gör.Esra Nuhoğlu Bilgin

Arş.Gör.Esin Şahin Toruk

Dr.Öğr.Üyesi Sabriye Arslan

Arş.Gör.Ayşe Derya Bayazıt

Bilim Kurulu

Prof. Dr. Ahmet Erdem

Prof. Dr. Gülhan Samur

Prof. Dr. Makbule Gezmen Karadağ

Prof. Dr. Merih Bayram

Prof. Dr. Hilal Yıldırım

Prof. Dr. Özlem Moraloğlu Tekin

Prof. Dr. Saniye Bilici

Prof. Dr. Aydan Biri

Dr. Gülşah Şahin

Op.Dr Arzu Sümer Ortaç

Prof. Dr. Özgür Deren

Doç. Dr. Emine Yassıbaş

Doç. Dr. Çağanay Soysal

Prof. Dr. Nurcan Yabancı Ayhan

Prof. Dr. Mehmet Erdem

Prof. Dr. Eda Köksal

Prof. Dr. Esin Koç

Prof. Dr. Yasemin Akdevelioğlu

Dr. Öğr. Üyesi Özge Yeşildemir

Op. Dr. Hatice Aydın

Prof. Dr. Nilüfer Acar Tek

Prof. Dr. Saniye Bilici

Doç. Dr. Feride Ayyıldız

Dr. Öğr. Üyesi Büşra Ayhan

Dr. Öğr. Üyesi Sabriye Arslan

Dr. Arş. Gör. Ayşe Derya Bayazıt

Doç. Dr. Duygu Ağagündüz

BİLİMSEL PROGRAM

5 Aralık 2025, Cuma / SALON A

I. OTURUM: GEBELİK ÖNCESİ DÖNEM

OTURUM BAŞKANLARI: Prof. Dr. Ahmet ERDEM, Prof. Dr. Gülhan SAMUR

- 09.30-09.50 Çevresel Toksinler ve Endokrin Bozucuların Gebelik Üzerine Etkileri
Prof. Dr. Ahmet ERDEM
- 09.50-10.10 Epigenetik ve Gebelik Öncesi Beslenme Gelecek Nesilleri Nasıl Etkiliyor?
Doç. Dr. Pınar ÇALIŞ
- 10.10-10.30 Diyet Modellerinin Fertilitateye Etkisi
Prof. Dr. Yasemin AKDEVELİOĞLU
- 10.30-10.50 İnfertil Hastalarda Beslenme Destekleri
Doç. Dr. Funda CEVHER AKDULUM

10.50-11.10 Kahve arası

II. OTURUM: GEBELİK DÖNEMİ

OTURUM BAŞKANLARI: Prof. Dr. Makbule GEZMEN KARADAĞ, Prof. Dr. Merih BAYRAM

- 11.10-11.30 Gebelikte Sürdürülebilir Beslenme
Doç. Dr. Özge MENGİ ÇELİK
- 11.30-11.50 Gebelikte Besin Güvenliği
Dr. Öğr. Üyesi Büşra AYHAN
- 11.50-12.10 Kor Mikrobiyota Gelişiminde Anne Bebek Etkileşimi: Beslenmenin Gücü
Prof. Dr. Saniye BİLİCİ
- 12.10-12.30 Gebelikte Pre, Pro ve Postbiyotiklerin Kullanımı
Doç. Dr. Feride AYYILDIZ

12.30-13.30 ÖĞLE YEMEĞİ

III. OTURUM: GEBELİKTE ÖZEL DURUMLARDA BESLENME – I

OTURUM BAŞKANLARI: Prof. Dr. Hilal YILDIRAN, Prof. Dr. Özlem MORALOĞLU TEKİN

- 13.30-13.50 Gebelikte Bulantı ve Kusmanın Yönetimi
Prof. Dr. Tuncay NAS
- 13.50-14.10 Gebelikte Psikiyatrik Hastalıklar
Prof. Dr. Behçet COŞAR
- 14.10-14.30 Çoğul Gebeliklerde Beslenme
Dr. Öğr. Üyesi Gökçen DOĞAN
- 14.30-14.50 Tartışma

14.50-15.10 Kahve arası

IV. OTURUM: GEBELİKTE ÖZEL DURUMLARDA BESLENME – II

OTURUM BAŞKANLARI: Prof. Dr. Saniye BİLİCİ, Prof. Dr. Aydan BİRİ

- 15.10-15.30 Vegan veya Vejetaryen Gebelerde Beslenme
Dr. Öğr. Üyesi Sabriye ARSLAN
- 15.30-15.50 Diyabetik Gebelerde Beslenme
Doç. Dr. Emine YASSIBAŞ
- 15.50-16.10 Bariatrik Cerrahi Sonrası Gebelik
Dr. Öğr. Üyesi Aykut ÖZEK
- 16.10-16.30 Bariatrik Cerrahi Sonrası Gebelikte Beslenme
Doç. Dr. Sinem BAYRAM

5 Aralık 2025, Cuma / SALON B

15.10-16.10 SÖZLÜ BİLDİRİ OTURUM 1

OTURUM BAŞKANLARI: Gülşah ŞAHİN, Op. Dr Arzu SÜMER ORTAÇ

SS-25 - Gebelerin Beslenme Durumlarının ve Akdeniz Diyetine Uyumlarının Belirlenmesi

Ayşe Derya BAYAZIT, Sıdıka PELİT AKSU

SS-20 - Postpartum Depresyonun Önlenmesi ve Yönetiminde Beslenmenin Rolü: Diyet İçeriği, Besin Öğeleri ve Probiyotik Takviyeleri

Zeynep Gül Erkıran

SS-15 - Gebe Bireylere Yönelik Omega-3 İçeren Besin Takviyelerinin Yağ Asidi Kompozisyonlarının Karşılaştırılması

Şenay Burçin Alkan

SS-19 - Anne Sütü ile Beslenmenin Çocukların İleriki Dönemdeki Yeme Davranışları Üzerindeki Etkisi

Sümeyye Savran

SS-24 - Annelerin Besin Tüketim Alışkanlıkları Anne Sütü Melamin düzeylerini Etkiliyor mu?

Özge Yeşildemir

SS-04 - Gebelikte Sitokinler: Güncel Literatür Taraması

Burcu Ünal Canyol

SS-26 - İkinci Trimesterin Kritik Rolü: Gebelikte Sigara Kullanımının Doğum Ağırlığına Etkisi – Büyük Örneklemli – Retrospektif Analiz

Bengü Mutlu Sütçüoğlu

6 Aralık 2025, Cumartesi / SALON A

V. OTURUM: GEBELİKTE BESLENME DESTEKLERİ-I

OTURUM BAŞKANLARI: Prof. Dr. Özgür DEREN, Doç. Dr. Duygu AĞAGÜNDÜZ

09.30-09.50	D Vitamini Yrd. Doç. Dr. Murat ÇAĞAN
09.50-10.10	Demir Prof. Dr. Deniz KARÇAALTINCABA
10.10-10.30	Folik Asit ve B12 Vitamini Doç. Dr. Doğa Öcal
10.30-10.50	Tartışma

10.50-11.10 Kahve arası

VI. OTURUM: GEBELİKTE BESLENME DESTEKLERİ-II

OTURUM BAŞKANLARI: Doç. Dr. Çağanay SOYSAL, Prof. Dr. Nurcan YABANCI AYHAN

11.10-11.30	w-3 yağ asitleri Prof. Dr. Şevki ÇELEN
11.30-11.50	İyot Prof. Dr. Aykan YÜCEL
11.50-12.10	Kalsiyum ve Magnezyum Doç. Dr. Halis ÖZDEMİR
12.10-12.30	Annelik Yolculuğunda Güvenli Formülasyon Doç. Dr. Pınar ÇALIŞ

12.30-13.30 ÖĞLE YEMEĞİ + GEBE YOGASI

VII. OTURUM: GEBELİK SONRASI DÖNEM

OTURUM BAŞKANLARI: Prof. Dr. Mehmet ERDEM, Prof. Dr. Eda KÖKSAL

13.30-13.50	Laktasyon Döneminde Optimal Beslenme Prof. Dr. Nurcan YABANCI AYHAN
13.50-14.10	Postpartum Depresyon Doç. Dr. İrem EKMEKÇİ ERTEK
14.10-14.30	Postpartum Depresyon ve Beslenme Arş. Gör. Dr. Ayşe Derya BAYAZIT
14.30-14.50	Gebelikte ve Postpartum Dönemde Egzersiz Prof. Dr. İlke KESER

14.50-15.10 Kahve arası

VIII. OTURUM: GEBELİK SONRASI BESLENME DESTEKLERİ

OTURUM BAŞKANLARI: Prof. Dr. Esin KOÇ, Prof. Dr. Yasemin AKDEVELİOĞLU

15.10-15.30	Anne Sütündeki Biyolojik Aktif Bileşenler ve Fonksiyonları Prof. Dr. Canan TÜRKYILMAZ
15.30-15.50	Galaktogoglar Dr. Öğr. Üyesi Gizem ÖZATA UYAR
15.50-16.10	Laktasyon Döneminde Yaşanan Zorluklar ve Çözüm Önerileri Dr. Öğr. Üyesi Sıdıka PELİT AKSU
16.10-16.30	Dijital Dönemde Emzirme Danışmanlığı Prof. Dr. Şengül YAMAN SÖZBİR
16.30-17.00	TARTIŞMA/KAPANIŞ

6 Aralık 2025, Cumartesi / SALON B

15.10-16.20 SÖZLÜ BİLDİRİ OTURUM 2

OTURUM BAŞKANLARI: Dr. Öğr. Üyesi Özge YEŞİLDEMİR, Op. Dr. Hatice AYDIN

SS-06 - Gebelerin Mikrobiyota Farkındalığının Değerlendirilmesi Ve Etkileyen Faktörlerin İncelenmesi
Ayşenur Şahin Bilgin

SS-18 - Gebelikte Antidiyabetik İlaç Kullanımı İle İlişkili Sorunların Değerlendirilmesi: Bir Kapsam Derlemesi (Sözlü Sunum Bildirisi)
Beril Kadioğlu Yaman

SS-21 - Emziren Annelerde Sezgisel Yeme Davranışı Ve Emzirme Özyeterliliği Arasındaki İlişkinin Değerlendirilmesi
Betül Çalışkan

SS-09 - Resveratrol Ve Preeklampsi: Terapötik Potansiyel, Mekanizmalar Ve Gelecek Perspektifler
Beyza Nur Gürgen

SS-14 - Mikrobiyom Ve Gebelik: Beslenme Üzerine Bir Araştırma
Dilem Argun

SS-22 - Gebelikte Endokrin Bozucu Kimyasallar: Bisfenol A Ve Ftalat Bir Risk Faktörü Mü?
Kamile Kara Yılmaz

SS-17 - İnek Sütü Proteini İlişkili Alerjik Proktokolitli Bebeklerin Annelerinde Eliminasyon Diyeti: Prospektif Vaka-Kontrol Çalışması
Menşure Nur Çelik

SÖZLÜ BİLDİRİLER

SS-04 GEBELİKTE SİTOKİNLER: GÜNCEL LİTERATÜR TARAMASI

Burcu Ünal Canyon1

1 Diyetisyen Burcu Ünal Canyon-Özel Sağlık Meslek Hizmet Birimi, Bursa

Giriş Gebelikte bağışıklık sistemi yeniden şekillenmekte, sitokinler ise bu sürecin temel düzenleyicileri olarak öne çıkmaktadır. Dengesiz veya aşırı sitokin üretimi, preeklampsi, gestasyonel diyabet mellitus (GDM), fetal büyüme geriliği ve spontan düşükler gibi komplikasyonlarla ilişkilidir (1,2). Literatürde sitokin profillerinin trimesterlere göre değiştiği ve maternal immün yanıtların hem anne hem de fetüs sağlığını doğrudan etkilediği bildirilmektedir. Bunun yanında diyet inflamatuvar indeksi (Dİİ), egzersiz ve probiyotik alımı gibi çevresel faktörlerin sitokin yanıtını etkileyebileceği gösterilmiştir (3).

Amaç Bu derlemenin amacı, gebelik süresince sitokin seviyelerindeki değişimlerin anne ve bebek sağlığı ile ilişkisini incelemek ve beslenme, egzersiz ile probiyotik desteğinin sitokin yanıtı üzerindeki düzenleyici etkilerini değerlendirmektir. Gereç ve Yöntem 2018–2023 yılları arasında yayımlanmış Türkçe ve İngilizce makaleler taranmıştır. PubMed, Scopus ve Google Scholar veri tabanlarında “pregnancy, cytokines, Dietary Inflammatory Index, exercise, probiotics” anahtar kelimeleri kullanılmış; polikistik over sendromu (PKOS), GDM, preeklampsi ve neonatal çıktıları değerlendiren çalışmalar dahil edilmiştir.

Bulgular Çalışmalar, proinflamatuvar sitokinlerden interlökin-6 (IL-6) ve tümör nekroz faktörü-alfa (TNF- α) artışının GDM ve preeklampsi riskini yükselttiğini; Dİİ skorlarının artışıyla C-reaktif protein (CRP) seviyelerinin yükseldiğini göstermiştir (4). Egzersiz ve sağlıklı beslenme uygulamaları, interlökin-1 beta (IL-1 β) ve interlökin-2 (IL-2) seviyelerinde azalma, interlökin-10 (IL-10) gibi antiinflamatuvar sitokinlerde artış sağlamıştır (3). Probiyotik desteğinin ise güvenli olduğu ve IL-10 artışıyla ilişkili bulunduğu bildirilmiştir (5).

Sonuç Gebelikte sitokin yanıtı maternal ve fetal sağlık için kritik öneme sahiptir. Anti-inflamatuvar beslenme, düzenli egzersiz ve probiyotik desteği sitokin profilini olumlu yönde etkileyerek sağlıklı gebelik sonuçlarını destekleyebilir. Bununla birlikte trimester odaklı, uzun süreli prospektif çalışmalara ihtiyaç vardır.

Anahtar Kelimeler

Sitokin, Gebelik, Diyet İnflamatuvar İndeksi, Probiyotik

SS-06 GEBELERİN MİKROBİYOTA FARKINDALIĞININ DEĞERLENDİRİLMESİ VE ETKİLEYEN FAKTÖRLERİN İNCELENMESİ

Ayşenur Şahin Bilgin¹, Yağmur Demirel Özbek², Emine Koçyiğit³

¹Vitamine Beslenme Danışmanlığı, Maltepe, İstanbul

²Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Diyetetik Bölümü, Rize,

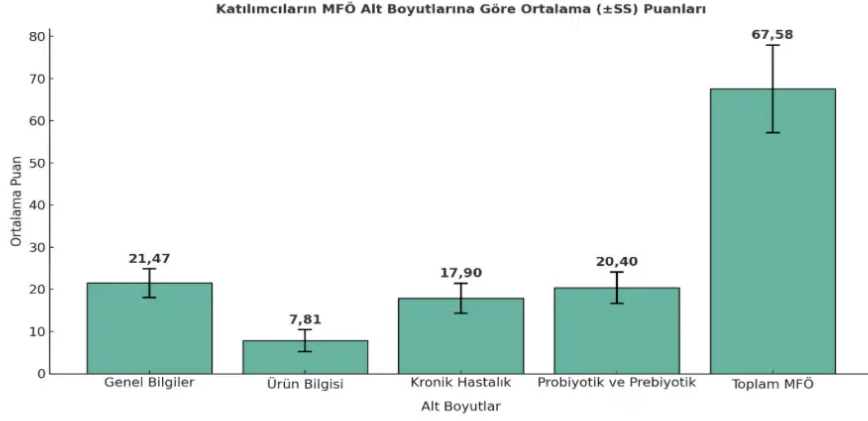
³Ordu Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Diyetetik Bölümü, Ordu

Giriş ve Amaç Gebelik, fizyolojik ve immünolojik değişimlerin yoğun yaşandığı bir dönem olup gebelikte mikrobiyota anne ve fetus sağlığı üzerinde belirleyici rol oynamaktadır (1). Son yıllarda mikrobiyota ve probiyotik-prebiyotik kullanımına ilişkin farkındalığın, gebelikte metabolik denge ve immün yanıtla ilişkili olduğu bildirilmektedir (1,2). Ancak gebelerin mikrobiyota farkındalık düzeyine ilişkin veriler oldukça sınırlıdır (2,3). Bu çalışmanın amacı, gebelerde mikrobiyota farkındalık düzeyini belirlemek ve farkındalığı etkileyen sosyodemografik, obstetrik ve klinik faktörleri incelemektir.

Gereç ve Yöntem Bu kesitsel ve tanımlayıcı araştırma, Ekim 2025 tarihinde İstanbul'da yaşayan 111 gebeyle yürütülmüştür. Veriler, çevrim içi Google Form aracılığıyla ulaştırılan anket formu ile toplanmıştır. Anket formu gebelerin sosyodemografik, obstetrik ve klinik özelliklerine yönelik sorular ile mikrobiyota farkındalık ölçeğini (MFÖ) içermektedir (4). Elde edilen veriler SPSS 26.0 programı kullanılarak analiz edilmiştir. Araştırmanın yürütülmesi için Etik Kurulundan etik onay alınmıştır (Etik Kurul Karar No:2025/562 Tarih:24/09/2025). Çalışma, Helsinki Bildirgesi'nin etik ilkelerine uygun olarak yürütülmüştür.

Bulgular Katılımcıların büyük çoğunluğu 30–39 yaş aralığında (%61,3) ve üniversite mezunudur (%60,4). Gebelik haftası dağılımı incelendiğinde, bireylerin %40,5'i 14–28. haftalar arasındadır. Kadınların %65,8'i nullipardır. Gebelerin %67,6'sı gastrointestinal semptom varlığı bildirmiş, probiyotik kullanımı ise %30,6 olarak belirlenmiştir. Gebelerin ortalama MFÖ puanı 67,58 olarak belirlenmiş; alt boyutlara ilişkin puanlar Şekil 1'de gösterilmiştir. Çalışmada, 30–39 yaş aralığındaki gebelerin ortalama MFÖ ve alt boyut (genel bilgiler, ürün bilgisi, kronik hastalık) puanları 20–29 yaş grubuna göre anlamlı şekilde yüksektir ($p<0,05$). Eğitim düzeyine göre lisansüstü mezunların kronik hastalık alt boyutu puanları üniversite mezunlarına kıyasla daha yüksek ($p<0,05$). Buna ek olarak, gastrointestinal semptomlara sahip gebelerin genel bilgiler ve ürün bilgisi alt boyut puanları ile toplam MFÖ puanlarının semptomu olmayanlara kıyasla daha yüksek olduğu belirlenmiştir ($p<0,05$).

Sonuç Bu çalışma, gebelerde mikrobiyota farkındalığının yaş ve eğitim düzeyiyle arttığını; gastrointestinal semptom yaşayanlarda farkındalığın daha yüksek olduğunu göstermiştir. Gebelikte mikrobiyota farkındalığının artırılması, probiyotik-prebiyotik ürünlerin bilinçli kullanımı ve sağlıklı gebelik yönetimi açısından önem taşımaktadır.



Şekil 1. Katılımcıların Mikrobiyota Farkındalık Ölçeği Toplam ve Alt Boyut Puanları (ortalama $\pm$ standart sapma)

Anahtar Kelimeler: Gebe, Mikrobiyota, Farkındalık

SS-09 RESVERATROL VE PREEKLAMPSİ: TERAPÖTİK POTANSİYEL, MEKANİZMALAR VE GELECEK PERSPEKTİFLER

Beyza Nur Gürgen¹, Hilal Yıldırım²

1 Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Diyetetik Anabilim Dalı, ANKARA

2 Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Diyetetik Anabilim Dalı, ANKARA

Preeklamps, dünya çapında gebeliklerin %2-8'ini etkileyen ve anne ölümlerinin önemli bir kısmından sorumlu olan ciddi bir komplikasyondur. Patogenezinde, yetersiz trofoblast invazyonu ve spiral arter transformasyonu nedeniyle ortaya çıkan anormal plasantasyon yer alır ve bu durum da plasental hipoksi, iskemi-reperfüzyon hasarı, oksidatif stres ve proinflamatuvar sitokinler ve anti-anjiyojenik faktörlerin (örn. çözünür fms benzeri tirozin kinaz-1 [sFlt-1] ve endoglin) artışına neden olur. Tüm bu süreçler, maternal endotel disfonksiyonu, hipertansiyon, proteinüri ve çoklu organ tutulumu ile sonuçlanır. Temel kaynakları arasında çilek, yer fıstığı, elma, kakao ve soya fasulyesi bulunan, polifenolik bir bileşik olan resveratrol, bu patolojik mekanizmalar üzerinde çok yönlü etkiler gösterme potansiyeline sahiptir. Resveratrol, nükleer faktör eritroid 2 ile ilişkili faktör 2 (Nrf2) – antioksidan yanıt elemanı (ARE) yolunu aktive eder, böylece heme oksijenaz-1 (HO-1) ve glutatyon redüktaz (GSR) gibi antioksidan enzimleri yukarı doğru düzenler. Bu aktivasyon yoluyla, endotel nitrik oksit sentaz (eNOS) aracılığıyla nitrik oksit biyoyararlanımını artırır, nükleer faktör kappa B (NF-κB) sinyalini baskılar ve anti-anjiyojenik faktörlerin salınımını azaltır. Ayrıca, Wnt/β-katenin aracılı epitelyal-mezenkimal geçişi (EMT) modüle ederek, trofoblast invazyonunu destekler. Preklinik modellerde, resveratrol uygulamasının uterus arter kan akışını artırarak, oksidatif stresi azaltarak ve apoptozu azaltarak fetal sonuçları iyileştirdiği gösterilmiştir. Ayrıca, sınırlı klinik veriler, antihipertansif tedaviye ek olarak kullanıldığında kan basıncı kontrolü üzerinde yararlı etkileri olduğunu göstermektedir. Bununla birlikte, hamilelik sırasında resveratrol kullanımına ilişkin kanıtlar heterojen ve sınırlıdır. Resveratrolün dozu, uygulama yolu, tedavi süresi, düşük oral biyoyararlanımı ve hormetik özellikleri (düşük dozlarda yararlı, yüksek dozlarda potansiyel olarak zararlı) bulguların yorumlanmasını zorlaştırmaktadır. Ayrıca, yüksek dozlarda güvenlik endişeleri ve ilaç-ilaç etkileşimleri bildirilmiştir. Bu nedenle, preeklampside resveratrolün klinik değerini netleştirmek için, özellikle gebe kadınlarda, iyi tasarlanmış, uzun süreli klinik çalışmaların yanı sıra, biyoyararlanımı artırılmış ve kapsamlı güvenlik değerlendirmeleri yapılmış yeni formülasyonların geliştirilmesi gerekmektedir. Bu tür araştırmalar, preeklampsie karşı kanıta dayalı bir tedavi stratejisi olarak resveratrolün potansiyelini ortaya çıkaracaktır.

Anahtar Kelimeler: Preeklamps, Resveratrol, Antioksidan Mekanizmalar, Anti-inflamatuar etki, Gebelik, Trofoblast

SS-14 MİKROBİYOM VE GEBELİK: BESLENME ÜZERİNE BİR ARAŞTIRMA

Dilem Argun1

İstanbul Okan Üniversitesi, Beslenme ve Diyetetik Anabilim Dalı, İstanbul1

Giriş ve Amaç: Gebelik döneminde maternal beslenme paternleri, anne ve fetus sağlığını doğrudan etkileyen mikrobiyom yapısını şekillendirir. Bu çalışma, gebelikte beslenme alışkanlıklarının bağırsak, vajinal ve plasental mikrobiyota üzerindeki etkilerini incelemeyi amaçlar.

Gereç ve Yöntem: Literatür taraması temelinde gerçekleştirilen bu araştırmada, özellikle Akdeniz tipi diyetin lif, polifenol ve sağlıklı yağ içeriği açısından mikrobiyal çeşitlilik üzerindeki etkileri değerlendirilmiştir. Vajinal mikrobiyotada Lactobacillus türlerinin baskınlığı, probiyotik ve prebiyotik desteklerin rolü ve doğum şeklinin mikrobiyal aktarım üzerindeki etkileri analiz edilmiştir.

Bulgular: Akdeniz diyetinin mikrobiyal çeşitliliği artırdığı, kısa zincirli yağ asitleri üretimini desteklediği ve inflamatuvar süreçleri düzenlediği saptanmıştır. Vajinal mikrobiyotada Lactobacillus baskınlığı, patojen kontrolü ve fetusun ilk mikrobiyal kolonizasyonunda kritik rol oynamaktadır. Prebiyotik ve probiyotik takviyelerin bağırsak ve vajinal florayı dengelediği, enfeksiyon riskini azalttığı ve neonatal bağışıklık gelişimini desteklediği görülmüştür. Türkiye'deki veriler, doğal probiyotik kaynaklarının maternal ve neonatal sağlığı güçlendirdiğini göstermektedir.

Sonuç: Gebelikte beslenme alışkanlıklarının mikrobiyomla olan etkileşimi, gebelik komplikasyonlarını sınırlamada ve fetal gelişimi optimize etmede belirleyici bir etkidir. Mikrobiyal dengenin korunması, bireyselleştirilmiş beslenme yaklaşımlarıyla desteklenerek maternal ve neonatal sağlık sonuçlarını iyileştirme potansiyeline sahiptir.

Beslenme Müdahalesi	Hedef Mikrobiyom Aksı	Biyojik Etki Mekanizması	Klinik/Fonksiyonel Sonuç	Kanıt Düzeyi/Not
Yüksek Lif Diyeti	Bağırsak Mikrobiyotası	α -çeşitlilikte artış (Çeşitlilik ↑), Butirat üretimi	Preterm doğum (PD) insidansında azalma (PD ↓)	Güçlü Korelasyon
Probiyotik Suplementasyonu	Bağırsak, Vajinal	Kısa Zincirli Yağ Asitleri (KYA) üretimi ↑, Vajinal pH optimizasyonu	Maternal ve neonatal enfeksiyon riskinde azalma (Enfeksiyon ↓)	Klinik Çalışmalar Mevcut
Prebiyotik Eklentisi	Bağırsak	Bifidobacterium spp. artış (Bifidus Faktör ↑), Antimikrobiyal Peptit (AMP) üretimi	Yenidoğan sağlık parametrelerinde iyileşme (Neonatal Sağlık ↑)	Destekleyici Bulgular
Omega-3 (DHA/EPA) Desteği	Bağırsak, Mukozal	Sistemik anti-inflamatuar etki ↑ (İnflamasyon ↓), Mukozal ve vasküler sağlık ↑	Fetusun gelişimsel programlanmasında pozitif etki (Gelişimsel Programlama ↑)	Mekanistik Kanıt Güçlü

Doğum Şekli	Maternal Beslenme Müdahalesi	Neonatal Mikrobiyota Üzerindeki Etki Mekanizması	Yenidoğan Mikrobiyotasındaki Baskın Cinsler
Vajinal Doğum	Yüksek Yağ Diyeti	Firmicutes/Bacteroidetes Oranında Orta Düzeyde Artış (F/B ↑)	Lactobacillus, Bifidobacterium
	Yüksek Lif Diyeti	Bifidobacterium Sınıfında Belirgin Artış (Bifidobacterium ↑↑)	Sağlıklı koloni oluşumu
Sezaryen (C-Section)	Yüksek Yağ Diyeti	Firmicutes/Bacteroidetes Oranında Yüksek Düzeyde Artış (F/B ↑↑)	Staphylococcus, Streptococcus
	Yüksek Lif Diyeti	Bifidobacterium Sınıfında Sınırlı Artış (Bifidobacterium ↑)	Çevre ve cilt florası ile kolonizasyon

Makronütrient Tipi	Etkilenen Başlıca Taksonlar (Cins/Filum)	Ekolojik Değişim Yönü	Mikrobiyom-Türevli Fonksiyonel Sonuç
Yüksek Doymuş Yağ	Firmicutes ⁺ , Bacteroidetes [↓]	F/B Oranında Artış	Pro-inflamatuar Sitokin Profili Gelişimi
Çoklu Doymamış Yağ (PUFA)	Akkermansia ⁺ , Bifidobacterium ⁺	α -Çeşitlilikte Artış	Anti-inflamatuar ve Bariyer Korumucu Etki
Diyet Lif (Prebiyotik)	Ruminococcus ⁺ , Faecalibacterium ⁺	Yoğunlukta Artış	Kısa Zincirli Yağ Asitleri (KYA) Üretiminde Artış
Rafine Şekerler	Enterobacteriaceae ↑	Disbiyoz/Denge Bozukluğu	Patojen Kolonizasyonu ve İnflamasyon Riski
Protein (Yüksek Miktar)	Collinsella ⁺ , Anaerostipes ⁺	Çeşitlilikte Değişim	Patojenik Metabolit ve Amino Asit Metabolizmasında Artış

Anahtar Kelimeler: Beslenme, Gebelik, Mikrobiyom, Mikrobiyota

SS-15 GEBE BİREYLERE YÖNELİK OMEGA-3 İÇEREN BESİN TAKVİYELERİNİN YAĞ ASİDİ KOMPOZİSYONLARININ KARŞILAŞTIRILMASI

Şenay Burçin Alkan¹, Abdullah Öksüz¹

Necmettin Erbakan Üniversitesi Nezahat Keleşoğlu Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme ve Diyetetik Bölümü, Konya¹

Amaç: Fetüsün beyin ve görme gelişimi için kritik öneme sahip uzun zincirli yağ asitleri omega-3 (n-3) ailesinden eikosapentaenoik asit (EPA) ve dokosaheksaenoik asittir. Uzun zincirli çoklu doymamış omega-3 yağ asitlerinin başlıca kaynağı olan balık tüketimi diğer Türkiye’de düşüktür. Bu araştırmanın amacı gebe bireyler için ticari olarak üretilen ve n-3 yağ asidi içeren besin takviyelerinin yağ asidi kompozisyonlarını analiz ederek ürünler arasındaki farklılıkları ve gerçekten yeterince EPA ve DHA içerip içermediklerini analiz ederek ortaya koymaktır.

Gereç ve Yöntem: Örneklem seçimi olarak piyasada yaygın olarak bulunan sekiz farklı markaya ait besin takviyeleri orijinal ambalajları içerisinde satın alınarak, kapsül/jel formundaki takviyelerden yaklaşık 50’şer mg alınarak sıcak metillendirme yöntemiyle Joseph & Ackman, (1992) a göre yapılmıştır. Yağ asitlerinin ayrıştırılması Shimadzu GC-2025 FID ile Teknokroma TR-CN100 kapillari kolon ile, tanımlamaları FAME 37 ile yapılmış ve yüzde alan olarak ifade edilmiştir. İstatistiksel analizler SPSS 27.0 paket programıyla yapılarak önem seviyesi $P < 0.05$ alınarak karşılaştırılmıştır.

Bulgular: Besin takviyelerinin EPA (C20:5 n-3), DHA (C22:6 n-3) ve toplam n-3 yağ asitleri oranları arasında anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Marka-8’in EPA oranı ($19,7 \pm 0,4$) diğer markalardan anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur. En düşük EPA oranları Marka-1’de ($4,8 \pm 0,6$) ve Marka-7’de ($5,1 \pm 0,2$) saptanmıştır. En yüksek DHA oranına sahip besin desteğinin Marka-3 ($59,4 \pm 1,9$) olduğu belirlenmiştir. Marka-3’ü Marka-2 ($50,5 \pm 0,5$) ve Marka-5 ($49,6 \pm 2,6$) izlemiştir. Marka-1 ($3,2 \pm 0,7$) ve Marka-6 ($5,4 \pm 0,5$)’nın en düşük DHA oranlarına sahip olduğu tespit edilmiştir. Besin destekleri toplam n-3 yağ asitleri oranları açısından Marka-3 ($86,4 \pm 1,9$) > Marka-2 ($76,4 \pm 1,3$) > Marka-8 ($72,9 \pm 1,8$) > Marka-5 ($70,3 \pm 3,3$) > Marka-4 ($61,3 \pm 2,9$) > Marka-7 ($51,2 \pm 1,8$) > Marka-6 ($18,1 \pm 1,7$) > Marka-1 ($11,3 \pm 2,0$) şeklinde sıralanmıştır.

Sonuç: Gebe bireyler için üretilen ve n-3 yağ asidi içeren besin desteklerinin EPA, DHA ve toplam n-3 yağ asidi oranlarında anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Özellikle bazı ürünlerde toplam n-3 yağ asidi oranının düşük olması taşıyıcı ihtimalini akla getirmektedir. Gebe bireylere yağ asidi kompozisyonu analiz edilmiş ve içeriği doğrulanmış n-3 desteklerinin tavsiye edilmesi fetüsün sağlığının korunması ve gelişiminin desteklenmesi açısından büyük önem taşımaktadır.

Anahtar Kelimeler: gebe, fetüs, omega 3, eikosapentaenoik asit, dokosaheksaenoik asit

SS-17 İNEK SÜTÜ PROTEİNİ İLİŞKİLİ ALERJİK PROKTOKOLİTLİ BEBEKLERİN ANNELERİNDE ELİMİNASYON DİYETİ: PROSPEKTİF VAKA-KONTROL ÇALIŞMASI

Menşüre Nur Çelik¹, Eda Köksal²

¹ Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Beslenme ve Diyetetik Bölümü, Samsun, Türkiye

² Gazi Üniversitesi, Beslenme ve Diyetetik Bölümü, Ankara, Türkiye

AMAÇ: İnek sütü proteini alerjisinde sorumlu antijenlerden biri olan β -laktoglobulin; anne sütünde doğal olarak bulunmamakta, ancak anne tarafından tüketilmesi yoluyla alınmaktadır. Bu nedenle, emziren annelerin diyetinden süt ve süt ürünlerinin çıkarılması gerekmektedir. Uzun süreli eliminasyon diyetlerinde ise besin ögesi yetersizliklerini önlemek için kalsiyum desteği ve beslenme danışmanlığı sağlanmalıdır. Bu çalışmada; inek sütü proteini ilişkili alerjik proktokolitli bebeklerin annelerinde uygulanan maternal eliminasyon diyetinin besin ögesi alımları ve beslenme durumları üzerindeki etkilerini sağlıklı bebek anneleri ile karşılaştırarak değerlendirmek amaçlanmıştır.

GEREÇ VE YÖNTEM: Prospektif vaka-kontrol çalışması olarak yürütülen bu çalışma, 17-26 haftalık bebeği olan 35 anne (22 sağlıklı bebek ve 13 alerjik proktokolitli bebek annesi) ile yürütülmüştür. Çalışma grubundaki bebeklerin anneleri eliminasyon diyeti uygularken, kontrol grubundaki anneler normal beslenmelerine devam etmişlerdir. Anneler çalışma başlangıcında, çalışmaya alındıktan 1 ay sonra, bebekler 9 aylıkken ve 12 aylıkken olmak üzere çalışma süresince 4 defa değerlendirilmiştir. Tüm annelere kalsiyum (1000 mg /gün) ve D vitamini (1000 IU/gün) suplementasyonu yapılmıştır. Diyetin açılmasında süt merdiveni kullanılmıştır. Annelerin beslenme durumlarını değerlendirmek için her kontrolde 3 günlük besin tüketim kaydı tutmaları istenmiştir. Çalışmadan elde edilen veriler SPSS, version 22.0 ile uygun istatistiksel yöntemlerle analiz edilmiştir.

BULGULAR: Eliminasyon diyeti süresince çalışma grubundaki annelerin enerji, protein, kalsiyum ve fosfor alımları kontrol grubuna göre anlamlı derecede daha düşük bulunmuştur ($p<0,05$). Eliminasyon diyeti sonrasında ise gruplar arasındaki fark azalmış ve istatistiksel olarak anlamlı olmamıştır ($p>0,05$). Süt ve süt ürünleri tüketimi hasta grubunda belirgin şekilde düşük saptanmıştır ($p<0,05$). Diğer besin gruplarının tüketim miktarları açısından çalışma süresinde gruplar arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$).

SONUÇ: Maternal eliminasyon diyeti uygulayan annelerde bazı besin ögesi alımları başlangıçta yetersiz olsa da, düzenli beslenme danışmanlığı ve uygun takviyelerle bu fark en aza indirilebilmektedir. Alerjik bebeklerde hipoalerjenik bir formüle kullanıp emzirmeyi sonlandırmak yerine, anne sütündeki antijenlere karşı klinik reaksiyonları yönetmek amacıyla maternal eliminasyon diyetleri ilk adım olmalıdır.

Anahtar Kelimeler: Besin proteini ilişkili alerjik proktokolit, Beslenme danışmanlığı, İnek sütü proteini alerjisi, Kalsiyum, Maternal eliminasyon diyeti

SS-18 GEBELİKTE ANTİDİYABETİK İLAÇ KULLANIMI İLE İLİŞKİLİ SORUNLARIN DEĞERLENDİRİLMESİ: BİR KAPSAM DERLEMESİ

Beril Kadioğlu Yaman¹

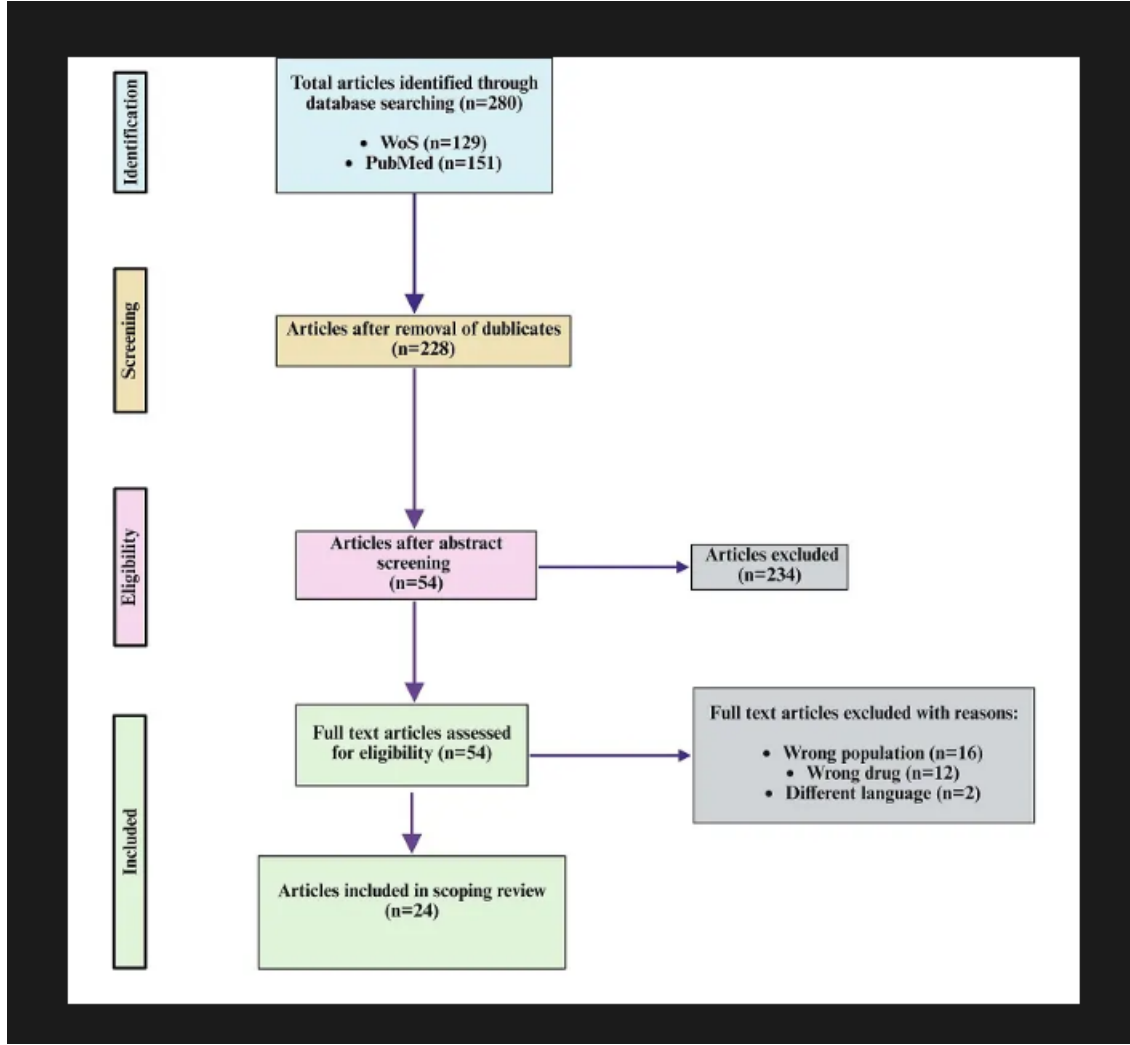
¹ Başkent Üniversitesi Eczacılık Fakültesi, Farmakoloji Anabilim Dalı, Ankara

Giriş ve Amaç: Pregestasyonel diyabet ve gestasyonel diyabet hastalarında, maternal ve fetal sağlık açısından kan glikoz seviyelerinin istenen aralıkta tutulması için tıbbi beslenme ve egzersiz programları uygulanmalı ve hastalara insülin tedavisi başlanmalıdır¹. Tıbbi beslenme ve egzersizin yetersiz kaldığı durumlarda veya insülin uyuncu düşük olan gebelerde kullanılabilecek ilaçlar metformin ve gliburid ile sınırlıdır. Bu durum birçok ilaçla ilişkili problemi (İİP) beraberinde getirmektedir². Bu çalışmanın amacı, gebelikte antidiyabetik ilaç (ADİ) kullanımına ilişkin mevcut kanıtları sistematik biçimde haritalayarak, ilaçla ilişkili problemleri, tedavi yaklaşımlarını, kullanım paternlerini ve izleme ilgili sorunları tematik olarak değerlendirmektir.

Gereç ve Yöntem: Bu çalışma, PRISMA-ScR kılavuzuna uygun olarak yürütülmüş bir kapsam derlemesidir. Literatür taraması, PubMed ve Web of Science veri tabanlarında gerçekleştirilmiştir. Toplam 228 kayıt incelenmiş, dahil edilme kriterlerini karşılayan 24 çalışma analize dahil edilmiştir (Şekil 1). Tarama, eleme ve veri çıkarma işlemleri Rayyan yazılımı kullanılarak yürütülmüştür. Veriler, önceden yapılandırılmış bir form aracılığıyla çıkarılmış ve nitel veriler Braun ve Clarke (2006)³ tarafından tanımlanan altı aşamalı refleksif tematik analiz yöntemiyle değerlendirilmiştir.

Bulgular: Analiz sonucunda dört ana tema belirlenmiştir: (1) İlaçla ilişkili problemler ve güvenlik endişeleri (%8,3) – Çalışmalarda en sık gözlenen İİP'ler, ilaç etkisizliği ve advers ilaç reaksiyonu olarak bildirilmiştir. (2) Tedavi yaklaşımlarının karşılaştırılması (%45,8) – Metformin, gliburid ve insülinin, güvenlik ve etkinlik profilleri karşılaştırılmıştır. (3) İlaç kullanım örüntüleri ve başlama zamanı (%41,7) – Tedavi çoğunlukla ikinci trimesterde başlatılmış, insülin en sık tercih edilmiştir. (4) İzlem ve uyuncu sorunları (%4,2) – Eczacıların hasta uyuncu müdahalesi ile klinik sonuçlarda iyileşme gözlenmiştir.

Sonuç: Antidiyabetik ilaçların gebelikteki güvenliliği, etkililiği ve kullanım özelliklerine dair literatür sınırlı ve heterojendir. Gebelikte diyabet yönetiminde bireyselleştirilmiş tedavi ve beslenme temelli yaklaşımların entegrasyonu büyük önem taşımaktadır.



Anahtar Kelimeler: Gebelik, Diyabet, İlaçla ilişkili problem, Kapsam derlemesi

SS-19 ANNE SÜTÜ İLE BESLENMENİN ÇOCUKLARIN İLERİKİ DÖNEMDEKİ YEME DAVRANIŞLARI ÜZERİNDEKİ ETKİSİ

Sümeyye Savran¹

1 Özel Sanatoryum Tıp Merkezi, Beslenme ve Diyetetik Bölümü, Ankara

Dünya Sağlık Örgütü, yaşamın ilk altı ayı yalnızca anne sütüyle beslenmeyi, tamamlayıcı emzirmenin iki yıla kadar sürdürülmesini önermektedir. Anne sütü, annenin beslenmesinden elde edilen molekülleri içerdiğinden, besinlerdeki tatların erken bebeklik döneminde öğrenmeye başladığı bilinmektedir. Yeme davranışları, erken yaşamda sağlık ve büyüme gereksinimlerini karşılamaya yönelik biyolojik ve davranışsal süreçler olarak gelişmektedir. Bu erken deneyimler, yaşam boyu devam eden besin tercihlerinin temelini oluşturmakta, biyolojik, sosyal ve çevresel faktörlerin etkileşimiyle şekillenmektedir. Sadece anne sütü ile beslenme ve anne sütüyle beslenme süresinin çocukluk çağında yeme davranışını etkileyen önemli faktörlerden biri olabileceği düşünüldüğünden, bu derlemede anne sütü ile beslenmenin çocukların ileriki dönemdeki yeme davranışları üzerindeki etkisinin incelenmesi amaçlanmaktadır. Anne sütü alan bebekler, formül mamaya kıyasla daha geniş bir tat yelpazesiyle tanıştığından, tamamlayıcı beslenmeye geçişte daha çeşitli besin tercihlerine sahip olmaktadır. **Çalışmalarda** anne sütüyle beslenme süresinin uzaması, erken çocukluk döneminde daha fazla meyve ve sebze tüketimi ile ilişkili bulunmuştur. Anne sütünün enerji yoğunluğu ve yağ içeriği gün içinde değişmektedir. Anne sütüyle beslenen bebekler bu değişime yanıt vermeyi ve kendi ihtiyaçlarına göre ayarlamayı öğrenmektedir. Seçici yeme davranışının uzun vadede obeziteyle ilişkili olduğu bilinmektedir. Yalnızca anne sütüyle beslenen çocukların, seçici yeme eğiliminde olma olasılıklarının daha düşük olduğu bildirilmiştir. Hiç anne sütü almamış çocukların, anne sütü alanlara kıyasla daha yüksek duygusal yeme davranışı gösterdiği ve daha düşük tokluk duyarlılığına sahip olduğu bulunmuştur. Anne sütü ile aşırı yeme davranışları arasındaki ilişki, anne sütünde bulunan leptin ve ghrelin gibi hormonlarla ilişkilendirilmektedir. Bu hormonlar iştahın düzenlenmesinde önemli rol oynamaktadır. Daha uzun süre anne sütü alan bebeklerin, bu hormonlara daha fazla maruz kalmaları yoluyla açlık ve tokluğa uygun tepki geliştirmeyi öğrendikleri düşünülmektedir. Formül mamayla beslenen bebeklerle karşılaştırıldığında, anne sütü alan bebeklerin daha iyi tokluk farkındalığına ve iştah düzenlemesine sahip olduğu belirtilmektedir.

Sonuç olarak, erken dönemde anne sütü ile beslenme, çocuklarda sağlıklı yeme davranışlarının gelişmesine katkı sağlayabilir ve obeziteye karşı koruyucu etki oluşturabilir.

Anahtar Kelimeler: Anne sütü, yeme davranışı, çocuk beslenmesi, duygusal yeme, obezite

SS-20 POSTPARTUM DEPRESYONUN ÖNLENMESİ VE YÖNETİMİNDE BESLENMENİN ROLÜ: DİYET İÇERİĞİ, BESİN ÖGELERİ VE PROBİYOTİK TAKVİYELERİ

Zeynep Gül Erkıran¹, Sabriye Arslan¹

¹Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Diyetetik

Giriş ve Amaç Postpartum depresyon (PPD), doğum sonrası dönemde yaygın görülen ve annenin yaşam kalitesi ile bebeğin gelişimini olumsuz etkileyen bir ruhsal bozukluktur. Son yıllarda yapılan çalışmalar, beslenme alışkanlıklarının ve besin öğelerinin PPD gelişiminde önemli rol oynadığını göstermektedir. Bu derlemenin amacı, PPD ile diyet örüntüleri, besin öğeleri ve probiyotik takviyeleri arasındaki ilişkiyi güncel literatür ışığında değerlendirmektir.

Gereç ve Yöntem Bu çalışma, 2015–2025 yılları arasında yayımlanmış güncel literatürün incelenmesiyle oluşturulmuş bir derlemedir. PubMed, Scopus ve Web of Science veri tabanlarında yer alan İngilizce makaleler taranmıştır. Anahtar kelimeler olarak “postpartum depression”, “diet”, “nutrients”, “probiotics”, “gut microbiota”, “Mediterranean diet” ve “body weight” kullanılmıştır. Çalışmalar, postpartum depresyon ile diyet örüntüleri, besin ögesi alımı, vücut ağırlığı değişimi ve probiyotik takviyeleri arasındaki ilişkileri inceleyen çalışmalar arasından seçilmiştir.

Bulgular Yapılan çalışmalarda, yüksek enerji alımı, obezite, düşük diyet kalitesi ve yetersiz besin ögesi alımının PPD riskini artırdığı belirtilmektedir (Yang ve ark., 2021). Sebze, meyve, tam tahıl ve balıktan zengin Akdeniz diyetinin ise koruyucu etki gösterdiği saptanmıştır (Papadopoulou ve ark., 2023). Gebelik döneminde ağırlık kazanımının da PPD geliştirme riski ile ilişkili olduğu düşünülmektedir, ancak bu konudaki veriler tartışmalıdır (Qiu ve ark., 2022). Omega-3 yağ asitleri, folat, B12 ve D vitamini eksikliklerinin depresif semptomlarla ilişkili olduğu, yeterli alımın ise ruhsal iyilik halini desteklediği bildirilmektedir (Ghaedrahmati ve ark., 2024). Ayrıca, probiyotik takviyelerinin bağırsak mikrobiyotası üzerinden inflamatuvar yanıtı düzenleyerek ruhsal iyilik halini destekleyebileceği öne sürülmektedir (Desai ve ark., 2021).

Sonuç Beslenme; inflamasyon, nörotransmitter sentezi ve mikrobiyota gibi farklı yollar üzerinden postpartum depresyon üzerinde etkili olabilmektedir. Probiyotik takviyelerinin etkinliğini gösteren çalışmalar olsa da, metodolojik farklılıklar nedeniyle sonuçların genellenebilirliği sınırlıdır. Özellikle gebelik ve doğum sonrası dönemde artan ihtiyaçlar göz önünde bulundurularak, besin ögesi yetersizliklerini önlemeye ve diyet kalitesini artırmaya yönelik yaklaşımlar PPD riskini azaltmada önemli bir strateji olabilir. PPD’nin beslenmeyle ilişkili boyutunu daha iyi aydınlatmak için büyük örneklemli ve uzun süreli çalışmalara ihtiyaç vardır.

Anahtar Kelimeler: Postpartum Depresyon, Beslenme, Besin Ögesi, Probiyotik

SS-21 EMZİREN ANNELERDE SEZGİSEL YEME DAVRANIŞI VE EMZİRME ÖZYETERLİLİĞİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ

Betül Çalışkan¹, Kamile Kara Yılmaz¹, Nurcan Yabancı Ayhan¹, Emine Nüket Ünsal², Nihal Durmaz²

Ankara Üniversitesi, Beslenme ve Diyetetik Anabilim Dalı, Ankara 1
Gülhane Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Ankara²

Giriş ve Amaç: Sağlıklı beslenme emzirme döneminde hem anne sağlığını hem de bebek sağlığını optimal düzeyde desteklemektedir. Maternal beslenmede yeme davranışı yaklaşımlarının perinatal dönemde daha sağlıklı ve sürdürülebilir besin seçimlerinin teşvik edebileceği gösterilmektedir. Emzirme özyeterliliği annelerin emzirmeyi başarıyla sürdürebilme konusundaki özgüven ve becerilerini yansıtmaktadır. Bu çalışmada amaç emziren annelerde sezgisel yeme davranışı ve emzirme özyeterliliği arasındaki ilişkinin değerlendirilmesidir.

Gereç ve Yöntem: Çalışmamız 50687469-771-262617661 etik kurul numaralı devam eden araştırmanın ön sonuçlarıdır. Çalışma, Mart 2025- Mart 2026 tarihleri arasında Sağlık Bilimleri Üniversitesi Gülhane Eğitim ve Araştırma Hastanesi Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Sağlam Bebek Polikliniği'ne başvuran 19-39 yaş aralığındaki 55 emziren anne üzerinde yürütülmüştür. Katılımcılara anne ve bebeğe ait tanımlayıcı özellikler, antropometrik ölçümler, Sezgisel Yeme Ölçeği-2 ve Emzirme Öz-Yeterlilik Ölçeği'nin yer aldığı anket formu yüz yüze uygulanmıştır.

Bulgular: Araştırmaya katılan bireylerin yaş ortalaması 29,52±3,75 yıl, beden kütle indeksi (BKİ) ortalamaları 26,93±5,24 kg/m² olup yarısından fazlası üniversite mezunu kadınlardan (%52,7) oluşmaktadır. BKİ sınıflamasına göre normal ve hafif şişman ağırlıktaki kadınların sezgisel yeme puanları gruplar arasında anlamlı farklılık göstermekte (p<0,05) ancak emzirme öz-yeterlilik ölçeği puanları arasında anlamlı farklılık görülmemektedir (p>0,05). Katılımcıların sezgisel yeme puanları ile anne BKİ'leri arasında negatif (r=-0,429, p<0,05) korelasyon olduğu bulunmuş ancak emzirme öz-yeterliliği puanı sezgisel yeme, BKİ, bel/kalça oranı ile anlamlı bir korelasyon göstermemiştir (p>0,05). Ayrıca çalışmamızda sezgisel yeme puanının anlamlı yordayıcısı olan tek değişken anne BKİ'si (β=-0.429; %95 CI -1,75,-0,46) olarak belirlenmiştir.

Sonuç: Bu çalışma sonucunda emziren annelerde sezgisel yeme ile emzirme öz-yeterliliği arasında anlamlı bir ilişki olmadığı bulunmuştur. Emziren annelerde BKİ değerlerinin ideal aralıklarda olmasının sezgisel yeme davranışını iyileştirebileceği düşünülmektedir. Çalışma sonuçlarında istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmamış olsa da yeterli ve dengeli beslenmenin emzirme öz-yeterliliğini olumlu yönde etkileme eğilimi olduğu görülmektedir. Sezgisel yeme davranışı ve emzirme öz-yeterliliği arasındaki ilişkinin daha iyi anlaşılabilmesi için daha fazla çalışmaya ihtiyaç duyulmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Sezgisel yeme davranışı, emzirme öz-yeterliliği, laktasyon

SS-22 GEBELİKTE ENDOKRİN BOZUCU KİMYASALLAR: BİSFENOL A VE FTALAT BİR RİSK FAKTÖRÜ MÜ?

Kamile Kara Yılmaz¹, Betül Çalışkan¹, Nurcan Yabancı Ayhan¹

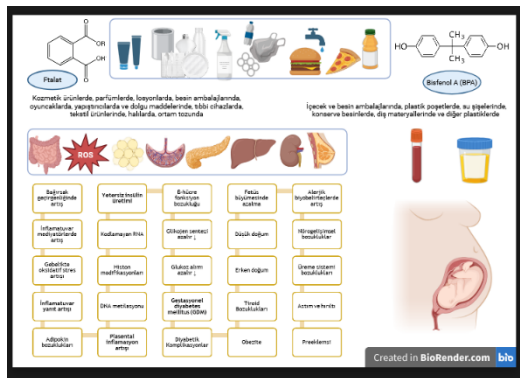
1Kamile Kara Yılmaz, Ankara Üniversitesi, Ankara 1Betül Çalışkan, Ankara Üniversitesi, Ankara 1Nurcan Yabancı Ayhan, Ankara Üniversitesi, Ankara

Giriş ve Amaç: Endokrin bozucu kimyasallar (EBK'ler), hormonların işleyişini etkileyebilen ekzojen maddelerdir. Gebelikte düşük dozda maruziyet bile ciddi bir endişe kaynağıdır. Çünkü bu maddeler plasentayı ve kan-beyin bariyerini geçebilmekte, fetüs ise gelişim evrelerinde bu kimyasallara karşı savunmasız kalmaktadır. Bu çalışmada, gebelikte yaygın olarak görülen endokrin bozuculardan Bisfenol A (BPA) ve ftalat maruziyetlerinin fetüs gelişimi ve maternal sağlık üzerindeki etkileri ele alınacaktır. **Gereç ve Yöntem:** 2018–2025 yılları arasında yayımlanmış çalışmalar; PubMed, Scopus ve Web of Science veri tabanları taranarak, “pregnancy”, “endocrine disrupt”, “endocrine disrupting chemicals”, “prenatal”, “postnatal”, “exposure”, “maternal”, “bisphenol” ve “phthalate” anahtar kelimeleri kullanılarak belirlenmiştir.

Bulgular: Gebelik ve çocukluk dönemleri, çevresel toksinler ve endokrin bozuculara karşı en kritik ve hassas dönemlerdir. Özellikle BPA ve ftalat maruziyetinin kısa ve uzun vadeli etkileri çok yönlüdür. Çalışmaların sonuçları tamamen tutarlı olmasa da, tiroid fonksiyon bozuklukları, düşük doğum ağırlığı, fetal büyüme geriliği, üreme sistemi bozuklukları, preeklampsi ve metabolik hastalıklar (özellikle obezite ve diyabet) ile ilişkili olabileceği düşünülmektedir. Olası mekanizmalar arasında mitokondriyal disfonksiyon, adiposit farklılaşması, oksidatif stres ve pankreatik β -hücre disfonksiyonu gösterilmektedir. Ayrıca, bu zararların epigenetik kalıtsal farklılaşmalara yol açarak üçüncü nesillere kadar etkili olabileceği bildirilmektedir.

Sonuç: EBK'lerin maruziyet yolları, aracılık ettikleri hastalıklar ve oluşturdukları sağlık riskleri ayrıntılı biçimde incelenmelidir. Maruziyet dozunun azaltılmasına yönelik koruyucu ve önleyici stratejilerin geliştirilmesi büyük önem taşımaktadır. Literatürdeki bilgi boşluklarının doldurulması ve değiştirilebilir koruyucu faktörlerin artırılmasına yönelik daha fazla araştırmaya ihtiyaç vardır.

Anahtar Kelimeler: Gebelik, EBK, Maruziyet, Bisfenol A, Ftalat.



SS-24 ANNELERİN BESİN TÜKETİM ALIŞKANLIKLARI ANNE SÜTÜ MELAMİN DÜZEYLERİNİ ETKİLİYOR MU?

Özge Yeşildemir¹, Yasemin Akdevelioğlu², Aysu Duyan Çamurdan³, Bahar Çuhacı Çakır³, Selinay Başak Erdemli Köse⁴, Deniz Arca Çakır⁴, Anıl Yirün⁴, Aylin Balcı Özyurt⁴, Suna Sabuncuoğlu⁴, Pınar Erkekoğlu⁴

¹Bursa Uludağ Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Diyetetik Bölümü, Bursa, ²Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Diyetetik Bölümü, Ankara, Türkiye ³Gazi Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Sosyal Pediatri Anabilim Dalı, Ankara, Türkiye

⁴Hacettepe Üniversitesi, Eczacılık Fakültesi, Toksikoloji Anabilim Dalı, Ankara, Türkiye

Giriş ve amaç: Melamin, bazı besin ve ambalaj malzemelerinde bulunabilen endüstriyel bir kimyasaldır. Doğrudan besinlere eklenmesi yasak olsa da yasadışı olarak protein içeriğini artırmak amacıyla bazı besinlere katılabilmektedir. Melamin kontaminasyonu özellikle süt ve süt ürünleri ile işlenmiş et ürünlerinde bildirilmiştir. Bu nedenle bu çalışma, annelerin bazı besin gruplarını tüketim miktarları ile anne sütü melamin düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlamaktadır.

Gereç ve yöntem: Kesitsel bu çalışma, Gazi Üniversitesi Çocuk Sağlığı İzlem Polikliniği'nde 0-6 aylık bebekler ve anneleri ile yürütülmüştür. Çalışmaya yalnızca anne sütü ile beslenen 40 bebek ve 18-35 yaş aralığındaki anneleri dahil edilmiştir. Annelerin besin tüketimleri 3 günlük besin tüketim kayıtları ile belirlenmiş ve Türkiye için geliştirilmiş Bilgisayar Destekli Beslenme Programı, Beslenme Bilgi Sistemleri Paket Programı (BEBİS 7.2) kullanılarak analiz edilmiştir. Annelerden matür anne sütü örnekleri toplanarak melamin düzeyleri kompetitif enzime bağlı immünosorbent deneyi (ELISA) yöntemiyle tayin edilmiştir. Elde edilen verilerin istatistiksel değerlendirmesi, Statistical Package for the Social Sciences (SPSS, version:23.0) paket programı kullanılarak yapılmıştır.

Bulgular: Annelerin süt ve süt ürünleri tüketimi ile anne sütü melamin düzeyi arasında pozitif yönlü bir ilişki belirlenmiştir ($r=0.475$; $p<0.05$). Toplam et ve et ürünleri tüketimi ile anne sütü melamin düzeyleri arasında anlamlı ilişki gözlenmemiştir ($p>0.05$). Bununla birlikte, annelerin işlenmiş et ürünleri tüketimi ile anne sütü melamin düzeyi arasında pozitif yönlü ilişki bulunmuştur ($r=0.582$; $p<0.05$). Diğer besin gruplarının tüketimi ile anne sütü melamin düzeyleri arasında anlamlı ilişki saptanmamıştır ($p>0.05$).

Sonuç: Bu çalışma, annelerin süt, süt ürünleri ve işlenmiş et tüketimlerinin anne sütü melamin düzeylerini etkileyebileceğini göstermektedir. Bu bulgu, anne sütü yoluyla bebeklerde melamin maruziyetini azaltmaya yönelik bilinçlendirme ve beslenme rehberliğinin önemini ortaya koymaktadır.

Anahtar Kelimeler: Melamin, Anne sütü, Besin tüketimi, Bebek, Maruziyet

SS-25 GEBELERİN BESLENME DURUMLARININ VE AKDENİZ DİYETİNE UYUMLARININ BELİRLENMESİ

Ayşe Derya Bayazıt¹, Sıdıka Pelit Aksu²

1Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Diyetetik Bölümü, Ankara

2Gazi Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Doğum, Kadın Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği ABD, Ankara

Giriş ve Amaç: Gebelik döneminde yeterli ve dengeli beslenme, anne adayının sağlığı ve fetüsün büyüme ve gelişmesi için önemlidir. Bu dönemde gebenin yetersiz ve dengesiz beslenmesi bebeğin gelişimini etkilemektedir (1,2). Gebelikte beslenme konusunda literatürde Akdeniz diyetinin faydalı etkileri öne çıkmaktadır (3). Araştırmanın amacı gebelerin beslenme durumlarının ve Akdeniz diyetine uyumlarının belirlenmesidir.

Gereç ve Yöntem: Bu araştırma tanımlayıcı tipte yapılmıştır. Araştırma, etik kurul izni alınmasını takiben, 22.10.2025-7.11.2025 tarihleri arasında 'Google Form' aracılığıyla online olarak yürütülmüştür. Hedeflenen sayıda gebeye ulaşabilmek için kartopu yöntemi kullanılmıştır. Araştırmaya katılmayı kabul eden 18 yaş üzeri, okur-yazar olan, sosyal medya kullanabilen (Facebook, Instagram, Twitter vb.) 132 gebe çalışmaya dâhil edilmiştir. Verilerin toplanmasında Tanımlayıcı Bilgi Formu ve Akdeniz Diyet Kalitesi Ölçeği kullanılmıştır.

Bulgular: Gebelerin yaş ortalaması 31,04±4,85'tir. Gebelerin %49,2'si lisans mezunu, %56,1'i çalışmaktadır. Gebelerin %51,5'i multipar olup, %53'ü gebeliğin son üç aylık dönemindedir. Gebelerin %16,7'si riskli gebelik olup, %83,3'ünün kronik hastalığı bulunmamakta ve %71,2'si düzenli bir ilaç kullanmamaktadır. Gebelerin %81,8'i vitamin/mineral desteği kullanmakta; %17,4'ü gebeliğinde özel bir diyet uygulamaktadır. Gebelerin %80,3'ü gebeliğinde beslenmeyle ilgili bir eğitim almamıştır. Beslenme eğitimi alan gebeler ise (%19,7), eğitimi diyetisyen veya hemşireden aldığını belirtmiştir. Gebelerin beden kütle indeksi (BKİ) değerlendirilmesinde; %36,4'ü normal, %40,9'u hafif şişman, %22,7'si obez kategorisinde yer almaktadır. Gebelikte alınan vücut ağırlığı ortalaması 7,72±6,33 kg'dır. Gebelerin %62,1'i üç ana, %43,9'u iki ara öğün yapmakta ve günlük ortalama 1776 mL su tüketmektedir. Gebelerin Akdeniz Diyet Kalitesi Ölçeği toplam puan ortalaması 7,17±2,27 olup; %9,8'i kötü, %43,9'u orta, %46,3'ü iyi Akdeniz diyet kalitesi sınıfında yer almaktadır. Gebelerin Akdeniz diyeti toplam puan ortalamasının; eğitim, çalışma, primipar ya da multipar olma, gebeliğin riskli olma, ilaç ve vitamin/ mineral desteği kullanma, beslenme eğitimi alma durumlarına, gebenin bulunduğu trimestera ve BKİ'ye göre farklılık göstermediği saptanmıştır.

Sonuç: Araştırmamızda, gebelerin Akdeniz diyetine uyumlarının orta düzeyde olduğu ve araştırılan faktörlerden etkilenmediği belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Gebelik, Beslenme, Akdeniz diyeti

SS-26 İKİNCİ TRİMESTERİN KRİTİK ROLÜ: GEBELİKTE SİGARA KULLANIMININ DOĞUM AĞIRLIĞINA ETKİSİ –BÜYÜK ÖRNEKLEMLİ RETROSPEKTİF ANALİZ

Giriş ve Amaç: Maternal sigara kullanımı, fetal büyüme kısıtlılığının önemli ve önlenebilir nedenlerinden biridir. Trimesterlere özgü sigara tüketimi ile doğum ağırlığı arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışma sayısı sınırlıdır. Bu çalışmada, gebelik boyunca sigara kullanım miktarı ile bırakma zamanının neonatal doğum ağırlığı üzerindeki etkisi değerlendirilmiştir.

Gereç ve Yöntem: Veriler <https://wonder.cdc.gov/> adresinden, 2006–2024 yılları arasındaki doğum kayıtlarından çevrim içi olarak elde edilmiştir. Veritabanından her trimester için günlük sigara sayısı kaydedilmiş 4931 gebe çalışmaya dahil edilmiştir. Hastaların ART öyküsü, gebelik öncesi diyabet ve hipertansiyon öyküleri, eklampsi, preeklampsi, gestasyonel hipertansiyon, gestasyonel diyabet ve önceki preterm doğum gibi risk faktörleri kayıtlı idi ve hastalar bu faktörlerden en az birinin olup olmamasına göre gruplandırılmıştır. Gebelik öncesi vücut kitle indeksi, gebelik süresince alınan toplam kilo ve trimesterlere özgü sigara sayıları ayrıca kaydedilmiştir. İkinci ve üçüncü trimesterde sigarayı bırakan, devam eden veya yeni başlayan gebeler şeklinde alt gruplar oluşturulmuştur. Doğum ağırlığı ile maternal özellikler arasındaki ilişkiler korelasyon ve çok değişkenli lineer regresyon analizleri ile incelenmiştir.

Bulgular: Ortalama doğum ağırlığı 3044 g idi. Sigara tüketiminin trimester ilerledikçe azaldığı gözlemlendi. Doğum ağırlığı maternal yaş ($r = -0.314$, $p < 0.001$) ve gebelik öncesi BMI ($r = -0.392$, $p < 0.001$) ile negatif, gebelik süresince kilo alımı ile pozitif ($r = 0.672$, $p < 0.001$) korelasyon gösterdi. En az bir gebelik komplikasyonu olan olgularda doğum ağırlığı anlamlı olarak düştü ($p < 0.001$). İkinci trimesterde sigarayı bırakan gebelerin bebekleri, bırakmayanlara göre daha yüksek kiloda doğmuştu ($p < 0.001$). Üçüncü trimesterde bırakmanın ise anlamlı etkisi görülmedi. Trimesterlere özgü sigara kullanımı değişkenlerine ek olarak maternal yaş, gebelik öncesi BMI, gebelik süresince kilo alımı ve gebelik morbiditeleri ile çok değişkenli bir model oluşturuldu. Regresyon analizinde modelin açıklayıcılığı $R^2 = 0.481$ olarak tespit edildi. Doğum ağırlığının en güçlü belirleyicisi gebelikte kilo alımı (+109 g/kg) oldu (%95 GA 104,9–113,3; $p < 0,001$). Benzer şekilde, gebelik öncesi BMI'deki her 1 birim artış doğum ağırlığını yaklaşık 21 g artırdığı saptandı (%95 GA 19,0–23,1; $p < 0,001$). Maternal morbidite varlığı doğum ağırlığını ortalama 69 g azaltmıştı (%95 GA -86,3 – -52,2; $p < 0,001$), maternal yaş ise her yıl için yaklaşık 10,7 g'lık ek azalma ile ilişkili bulundu (%95 GA -13,7 – -7,6; $p < 0,001$). Trimesterlere özgü sigara kullanımı ayarlandıktan sonra da ikinci trimester sigara tüketiminin doğum ağırlığı üzerinde bağımsız ve anlamlı bir negatif etki gösterdiği görüldü ($B = -1,246$ g/sigara; %95 GA -1,82 – -0,68; $p < 0,001$). Birinci trimester sigara kullanımı daha zayıf olmakla birlikte anlamlı bir azalma ile ilişkili olduğu gözlemlendi ($B = -0,957$ g; %95 GA -1,35 – -0,56; $p < 0,001$).

Sonuç

Sonuç: özellikle ikinci trimesterdeki sigara maruziyeti fetal büyüme açısından kritik görünmektedir. Erken dönemde sigara bırakılması doğum ağırlığını belirgin şekilde artırmakta olup, trimesterlere özgü müdahalelerin önemini çalışmamızla gösterilmiştir.



ORGANIZATION SECRETARIAT



Koşuyolu Mah. Katip Salih Sok. No:4
34718 Kadıköy / İstanbul / Türkiye
+90 (216) 296 04 81

www.bosphorusmice.net