Bölüm 8

Kadının Sessiz Hazzı Üzerine Bir Bakış: Orgazmik Emzirme[1]

Gülcan Karabulut[2]

Özlem Demirel Bozkurt[3]

Özet

Emzirme, yalnızca bir besleme süreci değil; nöro-endokrin mekanizmalarla tetiklenen ve kadın bedeni üzerinde çeşitli etkiler yaratabilen bir eylemdir. Emzirme, pek çok toplumda kutsal bir eylem olarak atfedilmiş durumdadır. Bu sosyo-kültürel durum, kadınların emzirme sürecindeki cinsel haz deneyimlerini ifade etmesinin önünde engel oluşturabilmektedir. Orgazmik emzirme, kadınların emzirme esnasında cinsel haz duymalarından utanç duymasıyla birlikte konuşulmaktan kaçınılan bir konu olarak yerini almış ve cinsel sağlıkta göz ardı edilen bir konu olmuştur. Emzirme sırasında meme ucunun sürekli stimülasyonu ile tetiklenen oksitosin hormonunun etkisi, cinsel uyarılmayı ve isteği artırarak uterus kontraksiyonlarını oluşturabilmektedir. Bu nöro-endokrin süreçler, emzirmeyi sadece bir besleme eylemi olmaktan çıkarıp sessiz bir haz deneyimine dönüştürebilmekte ve orgazm boyutuna ulaşılabilen bir konuma getirebilmektedir. Yapılan çalışmalarda emziren kadınlardan bazıları, emzirmeyi erotik bulduklarını ve emzirme esnasında orgazma benzeyen deneyim yaşadıklarını belirtmiştir. Emziren kadınlar bu konudaki yorum ve deneyimlerini forum ve bloglarda dile getirmiştir. Bu kitap bölümünde, literatürdeki veriler ile kadınların dijital platformlardaki (Ekşi Sözlük, Uludağ Sözlük, kizlarsoruyor.com ve annelertoplandik.com) emzirme sırasında deneyimledikleri cinsel haz ve orgazma yönelik yorumları incelenerek emzirmenin orgazmik boyutuna farklı bir bakış açısı sunulmaktadır.

1 Bu çalışma 12. CİSEF Uluslararası Cinsel Sağlık Kongresi'nde sözel bildiri olarak sunulmuştur.

2 Araştırma Görevlisi, Akdeniz Üniversitesi, Kumluca Sağlık Bilimleri Fakültesi, Kadın Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı, Antalya. ORCID: 0009-0004-1561-941X. gulcankarabulut@akdeniz.edu.tr

3 Doç. Dr. Özlem DEMİREL BOZKURT, 2Ege Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Kadın Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı, İzmir. ORCID: 0000-0002-7212-9140. ozlem.bozkurt@ege.edu.tr

https://doi.org/10.58830/ozgur.pub1310.c5281

1. Giriş

Dünya genelinde emzirmenin cinsel doğasını kabul etmeye yönelik süregelen isteksizlik; kadının maternal ve hedonik varlığını aynı biyolojik düzlemde buluşturan nöro-hormonal gerçekliğin üzerini örterek, emzirme deneyiminin cinsellik boyutundan arındırılmasına neden olmaktadır (Perlman, 2019). Kadın cinselliği ve emzirme eylemi, biyolojik, psikolojik ve sosyo-kültürel dinamiklerin iç içe geçtiği karmaşık bir yapıdır ve kadının içinde bulunduğu toplumun kültürel değerleri, sosyal beklentileri ve toplumsal cinsiyet rollerinden etkilenmektedir (Giordani vd., 2018; Perlman, 2019; Timurturkan, 2020). Kadın hayatının önemli evrelerinden biri olan emzirme süreci, geleneksel tıbbi yaklaşımda genellikle sadece bir besleme eylemi olarak ele alınmaktadır. Ancak literatür, emzirme eyleminin annenin nöro-hormonal mekanizmasında derin etkiler yarattığını ve bu sürecin kadın cinselliği ile ayrılmaz bir bütünlük oluşturduğunu göstermektedir (Meston & Frohlich, 2001; Wierman vd., 2010; Komisaruk vd., 2011; UvnäsMoberg vd., 2020; Nagel vd., 2022). Özellikle oksitosin hormonunun hem emzirme hem de cinsel uyarılma süreçlerinde merkezi rol oynaması, emzirme ve cinsel haz arasındaki fizyolojik köprünün temelini oluşturmaktadır (Meston & Frohlich, 2000; Krüger vd., 2002; Nagel vd., 2022). Oksitosin hormonunun bu çift yönlü etkisi ve salgılandığında oluşan uterus kontraksiyonları, kadın bedeninde orgazma ulaşabilen bir deneyimin temelidir. Emzirme sırasında sürekli meme ucu stimülasyonu ve oksitosin hormonunun etkisiyle pelvik konjesyonun artması ise orgazmik emzirme deneyimine zemin hazırlayan diğer bir faktördür. Bununla birlikte emzirme döneminde kadının memesinde meydana gelen boyut artışının kadının kendini daha seksi hissetmesiyle sonuçlanması da etkileyen bir diğer faktördür (Avery, Duckett & Frantzich, 2000; Komisaruk & Whipple, 2011; Pfaus vd., 2025).

Emzirme eyleminin oldukça duyusal ve hormonal bir süreç olması ve emziren bazı kadınların emzirme sırasında cinsel haz bildirmeleri nadiren bahsedilen bir konu olmakla birlikte oldukça normal bir durumdur (Perlman, 2019). Her ne kadar nöro-endokrin mekanizmalar emzirme sırasında yaşanan cinsel haz ve orgazmik deneyimleri desteklese de bu deneyimler literatürde çok az ele alınmış ve kadın için "sessiz bir haz" haline gelmiştir. Bunun temelinde ise emzirme eylemine atfedilen kutsallık ve toplumsal tabular yer almaktadır (Perlman 2019; Timurturkan, 2020). Toplumsal cinsiyet rolleri ve kültürel normlar, kadın memesini bir yandan besleyici bir kaynak, diğer yandan ise cinsel bir obje olarak iki kutuplu bir algıya yerleştirmektedir (Avery, Duckett & Frantzich, 2000; Timurturkan, 2020). Bu durum, emzirme sırasında tamamen fizyolojik nedenlerle cinsel haz duyan kadınlarda derin bir maternal suçluluk ve utanç yaratabilmektedir (Taylor & Wallace, 2012). Literatürde suçluluk

ve utanç duygularının, kadınlarda emzirmenin sürdürülebilirliği üzerinde bir tehdit oluşturduğu ve kadınların emzirmeyi erken dönemde sonlandırma gibi yanlış emzirme uygulamalarına yönelebildiği bildirilmiştir (von Sydow, 1999; Taylor & Wallace, 2012). Oysa kadının emzirme sırasında yaşadığı cinsel haz ve orgazmik deneyimler tamamen nöro-endokrin mekanizmalarla açıklanabilen normal bir durumdur. Dolayısıyla, bu deneyimin nöro-endokrin temellerinin açıklanması ve normalleştirilmesi hem emzirmenin sürdürülebilirliği hem de kadın ruh sağlığının korunması açısından kritik bir öneme sahiptir (Yurtsal & Uslu, 2023).

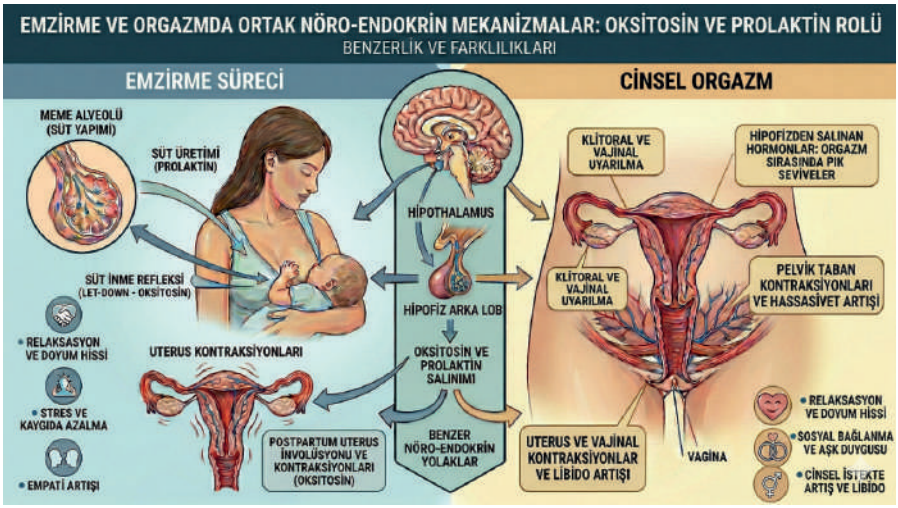
Blog ve forumların, katılımcıların kendilerini gündelik dillerine yakın biçimde ve dilerlerse anonim kalarak ifade etme olanağı sağlaması yönüyle, katılımcı merkezli nitel yaklaşımlarla iyi örtüştüğü belirtilmektedir (Wilson, Kenny & Dickson-Swift, 2015). Blog gönderileri tarihlendirilmiş olup diğer kullanıcıların aynı başlık altında yorum ekleyebilmesi özelliği taşımaktadır. Okuyucular blogla etkileşime geçip gönderilere kendi yorumlarını ekledikçe, blog başlığı altında konuyu tartışan bir topluluk oluşabilmektedir (Shapira, Handzel & Korczyn, 2017). Emzirme sırasında cinsel haz ve orgazmik deneyimler konusunun sessiz kalmış ve baskılanmış doğası ile anonimlik sağlayan dijital ortamlarda görünür olması, bu çalışmada forum ve blog incelemelerine yer verilmesinin nedenlerindendir. Bu kitap bölümünde, bireylerin anonim kalarak kendilerini daha özgürce ifade edebildikleri dijital platformlar (Ekşi Sözlük, Uludağ Sözlük, kizlarsoruyor.com ve annelertoplandik.com) filtresiz ve doğal veri kaynağı olarak kabul edilmiş ve literatür bilgisine ek olarak sunulmuştur.

Bu bölümde orgazmik emzirme kavramı, emzirmenin nöro-endokrin mekanizması, toplumsal tabular ve dijital platformlardaki deneyimler ile ele alınmıştır. Kadın bedeninin bu "sessiz haz" gerçeğini bilimsel bir zeminde görünür kılmak; yalnızca toplumsal bir tabuyu yıkmakla kalmamakta, aynı zamanda daha bütüncül ve empatik bir danışmanlık ile farkındalığı artırmaya olanak tanıyarak, kadın sağlığı ve hastalıkları hemşireliği literatürüne önemli bir katkı sunmaktadır.

2. Emzirme ve Orgazm İlişkisinin Nöro-Endokrin Açıklaması

Oksitosin hormonu, hem uterus kontraksiyonları ve süt inme refleksini tetikleyerek doğum ve emzirme süreçlerinde önemli bir rol oynamakta hem de cinsel uyarılma ve sosyal bağlanmada merkezi bir işlev görmektedir. Bu nedenle oksitosin hormonu çift yönlü bir etkiye sahiptir. Cinsel orgazm sırasında salınan oksitosin ve prolaktin hormonları, emzirme sırasında salgılanan hormonlarla benzerlik göstermektedir. Bu ortak nöro-endokrin mekanizmalar, orgazmik emzirmenin başlıca fizyolojik açıklamalarından biridir (Meston & Frohlich,

2001; Wierman vd., 2010; Komisaruk vd., 2011; UvnäsMoberg vd., 2020). Oksitosin hormonu hem emzirme hem de cinsel ilişki sırasında önemli bir rol oynamaktadır. Kadınların oksitosin hormon seviyelerinin cinsel ilişkinin başında ve sonunda en yüksek seviyede olduğu tespit edilmiştir (Denes vd., 2025). Emzirme sırasında da oksitosin seviyeleri yükselmektedir. Yükselen oksitosin seviyesinin empati ve bağlanmayı artırdığı, stresi azalttığı ve emziren kadının kendine güvenini artırdığı belirtilmektedir (Fikri vd., 2023). Oksitosin hem emzirme hem de orgazmda sosyal bağlanma, rahatlama ve stres azaltıcı etkiler göstermektedir. Bu nedenle aşk hormonu olarak da tanımlanmaktadır (Magon & Kalra, 2011). Oksitosinin orgazm, sosyal tanınma, bağlanma ve annelik davranışı da dahil olmak üzere çeşitli davranışlardaki rolüyle ilgili araştırmalar güncelliğini korumaktadır. Oksitosin; meme uçları, klitoris, vajina ve serviks gibi cinsel organların uyarılmasıyla salgılanan, doğum sürecinde uterus kontraksiyonlarını yönetirken aynı zamanda cinsel davranış ve orgazmda merkezi rol oynayan çok boyutlu bir hormondur. Geleneksel yaklaşımların aksine; cinsel organların uyarılması ve oksitosin salınımının tetiklenmesi, doğum eyleminin özünde yüksek bir cinsel uyarılma ve haz potansiyeli barındırdığını doğrulamaktadır. Literatür, oksitosinin orgazmik duyumlardaki işlevi ile bazı kadınların doğum sırasında bildirdiği cinsel haz ve orgazm deneyimlerinin fizyolojik olarak örtüştüğünü ortaya koymaktadır. Bu durum "orgazmik emzirme" ve "orgazmik doğum" olgularının gerçekliğini ve nöro-hormonal bir sonuç olduğunu kanıtlamaktadır (Magon & Kalra, 2011; Mayberry & Daniel, 2016; Pascali-Bonaro, 2025). Emzirme sırasında annenin psikolojik stresi oksitosin salınımını engelleyebilmekte ve bu durum süt üretimini olumsuz etkileyebilmektedir; benzer şekilde oksitosinin hem emzirme hem de orgazmda ruh hali ve sosyal davranışlarda önemli etkileri vardır. Her iki durumda da oksitosin hormonu önemli bir rol oynamaktadır (Nagel vd., 2022). Her emzirme periyodunda yükselen oksitosin hormonunun, hem kadının ruhsal durumunda pozitif etkiler yaratarak hem de uterus kontraksiyonlarını uyararak orgazma benzer bir his oluşturduğu; dolayısıyla cinsel uyarılma ve isteği arttırabileceği belirtilmektedir (Meston & Frohlich, 2000; Krüger vd., 2002).



Şekil 1. Oksitosin Hormonunun Çift Yönlü Etkisi

(Bu şekil yazarlar tarafından Google Gemini yapay zeka aracılığıyla literatür doğrultusunda görselleştirilmiştir.)

Emzirme ve kadın cinselliği arasındaki ilişki açıklanırken cinsellik kavramının nasıl ele alındığı oldukça önemlidir. Çoğu tanım ve bağlamda cinsellik, genital deneyimle sınırlandırılmış durumdadır ve bunun nedeni cinselliğe erkek odaklı bir bakış açısı olabilmektedir (Perlman, 2019). Oysa meme ucu, kadınlarda orgazm deneyiminde önemli bir rol oynayan erojen bir bölge olarak kabul edilmekte ve meme ucu stimülasyonu genital olmayan orgazmların oluşmasına katkıda bulunabilmektedir (Komisaruk & Whipple, 2011; Pfaus vd., 2025). Meme ucu stimülasyonu, meme başındaki sinir uçlarının beyin duyu korteksinde genital bölgeye yakın alanlarda yarattığı etkileşim yoluyla hem emzirme refleksini hem de cinsel uyarılmayı etkileyebilmektedir (Meston & Frohlich, 2001; Wierman vd., 2010; Komisaruk vd., 2011). Emzirme sırasında bebeğin emme hareketi ile oluşan meme ucu stimülasyonu hipotalamus aracılığıyla oksitosin salınımını tetiklemekte; bu durum hem süt inme refleksini uyararak süt kanallarının boşalmasını sağlamakta hem de uterus kontraksiyonlarını oluşturmaktadır (Walter, Abele & Plappert, 2021; Pratiwi, Prastyoningsih & Umarianti, 2025). Yapılan çalışmalar meme ucu stimülasyonun, kadınların cinsel işlevlerinde özellikle orgazm kalitesinde anlamlı iyileşmeler sağladığını ve orgazmın yalnızca genital stimülasyon ile olmayabileceğini, bu deneyimin beyin ve omurilikte karmaşık nörolojik süreçlerle desteklendiğini ortaya koymuştur (Komisaruk & Whipple, 2011; Krychman vd., 2020). Sonuç olarak, emzirme sırasında oksitosin salınımı hem uterus kontraksiyonları hem de pelvik vasküler değişiklikler üzerinde

etkili olup, süt inme refleksi ile cinsel uyarılma arasında nöro-endokrin bir bağlantı mevcuttur (Uvnäs-Moberg vd., 2020).

Emziren kadınlardan bazıları emzirme döneminde memelerin daha da büyümesi, hassasiyetinin artması, bebeğin yakınlığı ve emzirme eylemi nedeniyle erotizmin arttığını; bazı kadınlar ise gebelik öncesi döneme göre cinsel isteklerinde artış olduğunu belirtmişlerdir (Avery, Duckett & Frantzich, 2000). Emzirmenin cinsel yaşam üzerindeki pozitif etkileri kadının bu dönemde kendini daha seksi hissetmesiyle açıklanabilir. Emzirme döneminde göğüslerin büyümesi, daha duyarlı hale gelmesi ve emzirme yoluyla sürekli uyarılması cinsel isteğin artmasında etkili olan faktörler olarak kabul edilmektedir (Von Sydow, 1999; Nasiri Amiri, Haj Ahmadi & Bakouei, 2009; Leeman & Rogers, 2012). Bu alan yapılan çalışmalar olukça eskiye dayanmaktadır. Yapılan bir çalışmada memelerin boyut, şekil ve hassasiyetindeki değişiklikler kadınların %33,3'ü tarafından beğenilmezken, %35,3'ü tarafından bir dereceye kadar beğenilmiş ve %31,3'ü bu konuda nötr yanıtını vermiştir. Memelerden süt sızması kadınların %47,5'i için cinsel isteği azaltıcı, %42,6'sı için nötr bir durum ve %9,8'i için cinsel isteği artırıcı olarak tanımlanmıştır (Avery, Duckett & Frantzich, 2000). Kadınların emzirme döneminde yaşadığı bedensel değişiklikler ve nöro-hormonal mekanizmalar cinsel hazzı ve orgazmik deneyimleri olumlu ya da olumsuz şekilde etkileyebilmektedir (Meston & Frohlich, 2001; Wierman vd., 2010; Komisaruk vd., 2011).

3. Emzirme Sırasında Orgazmik Deneyimler

3.1 Orgazmik Emzirme Deneyimleri

Emzirme sırasında cinsel uyarılma ve orgazmik deneyime dayanan araştırmalar güncelliğini koruyamamakla birlikte oldukça sınırlı ve az sayıdadır (Perlman, 2019). Ancak, oksitosin hormonunun cinsel uyarılmayı artırarak uterus kasılmalarının yoğun bir şekilde hissedilmesine yol açabilmesi ve emzirme deneyimini orgazmik bir boyuta taşıyabilmesi gerçeği yadsınamaz (Convery & Spats, 2009; Johnson, 2011). Yapılan bir içerik meta analiz çalışmasında emziren kadınların üçte birinin emzirmeyi erotik bir deneyim olarak algıladığını (inanılmaz derecede yoğun fiziksel şehvet), dörtte birinin cinsel uyarılma nedeniyle suçluluk duyduğunu, bazılarının orgazma bile ulaştığını ve bazılarının ise cinsel uyarılmadan korktukları için emzirmeyi bıraktığını ortaya koymuştur (Von Sydow, 1999). Emzirme esnasında hissedilen ancak konuşulmayan cinsel uyarılmanın, emzirmeyi kesintiye uğratacak kadar ciddi bir duruma evrilebildiği görülmektedir. Avery ve ark. (2000) tarafından yapılan bir çalışmada emzirme sırasında cinsel uyarılma kadınların %59,4'ünde hiç görülmezken; %23,7'sinde nadiren görülmüş ve %16,7'sinde daha sık görülmüştür. Bir kadın ise (%0,2)

emzirme sırasında her zaman cinsel uyarılma yaşadığını bildirmiştir. Aynı çalışmada emziren kadınların %45,2'sinin cinsel ilişki sırasında yaklaşık aynı düzeyde tahrik olduğu, %41,4'ünün daha az tahrik olduğu ve %13,4'ünün gebelik öncesi döneme göre daha fazla tahrik olduğunu belirlenmiştir. Vajinal lubrikasyon durumu ise kadınların %39,4'ü için yaklaşık aynı, %55,1'i için daha az ve %5,6'sı için gebelik öncesi döneme göre daha fazla bulunmuştur (Avery, Duckett & Frantzich, 2000). Anbaran ve ark. (2015) tarafından yürütülen bir çalışmada ise, bebeğini sadece anne sütüyle besleyen kadınlarda diğer gruptaki kadınlara kıyasla vajinal lubrikasyon ve cinsel tatmin skorları ile toplam cinsel fonksiyon puanı anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Zayas-Ros ve Castelo-Branco (2024) tarafından emzirme dönemindeki kadınların cinselliğinin incelenmesi amacıyla nitel bir çalışma yürütülmüştür. Bu çalışmada kadınlar "emzirmeyi cinsel haz olarak görmek" alt boyutunda; *"Partnerinizle ön sevişmedeymişsiniz gibi bir coşku/yükselme gibiydi."* , *"Bebeğe karşı duyulan bir uyarılma değildi ama genital düzeyde, meme uçlarını emiyor olması bir miktar enerji artışı sağlıyor."* ve *"Her zaman olmasa da bazen emzirirken kasık ile meme arasında bir bağ hissediyorum, bunu hissediyorum ve evet, zevkli bir şey ama bir orgazma ulaşacak kadar değil."* ifadeleri ile emzirme sırasındaki cinsel haz ve orgazmik deneyimlerini aktarmıştır (Zayas-Ros & Castelo-Branco, 2024).

Bu bölüm kapsamında literatüre ek olarak, orgazmik emzirmeye yönelik toplumsal tutumları incelemek amacıyla "kizlarsoruyor.com, annelertoplandik.com, Ekşi Sözlük ve Uludağ Sözlük" platformlarında yer alan ilgili forum ve başlıklar analiz edilmiştir. Yapılan inceleme sonucunda elde edilen bulgular Tablo 1'de sunulmuştur.

Tablo 1. Forum Paylaşımlarında Orgazmik Emzirmeye Yönelik Olumlu Tutumlar

Platform / Tema	Yorumlar
(KızlarSoruyor.com)* **"Çocuk emziren kadın zevk alır mı?" ve "Kadınlar çocuk emzirirken zevk alır mı?"**	*"Evet, hatta orgazm da çok yaşanan bir durum. Saldırgan cevaplara aldırış etme."*
	"Evet olur bu sayede daha fazla süt salgılar."
	"Zevk alırlar ama hiçbir kadın çıkıp ben zevk alıyorum demez çünkü neden desin? Hatta kadınların %30 u cinsel olarak uyarılıyormuş Kaynak www.dailymail.co.uk/.../...used-breastfeeding.html Şahsen bu sayının çoook daha fazla olduğunu düşünüyorum"
2009 (uludağsözlük) **"Bebeğini Emzirirken Cinsel Haz Duyan Anne"**	*"Son derece doğal bir hadise olan emzirme esnasında istemeden de olsa cinsel zevk almış annedir. Büyük ihtimalle utanacak ve bunu kimseyle paylaşamayacaktır. Lakin bunun son derece hormonal bir açıklaması vardır, meme ucundan sut gelirken Oxytocin adli hormon, salgılanır ve bu hormon ayni zamanda uterusta meydana gelen kasılmalarda da rol oynar. yani her ne kadar kesin olmasa da emzirme esnasında cinsel haz duymak bu hormon yüzündendir."*
2015 (ekşisözlük)* **"Emziren Kadınların Cinsel Haz Duyması"**	*"Oksitosindendir. Cinselliği ne şekilde yaşadığımız, nasıl kalıplara soktuğumuz ve tuhaf sapiensler olarak nelerden haz/rahatsızlık duyacağımızı şaşırdığımızdan, tamamen doğal ve içgüdüsel hislerimize yabancılaştığımızdan belki de kafamızı karıştırıyordur bu durum. kesinlikle trolleme değildir yani mevzu, "kadın cinselliği" deyince aklımıza gelen türlü çeşit yargı, önyargı, öfke vs. yüzünden şaşırıyoruz sadece. Her kadın emzirirken orgazm oluyor denmiyor ki zaten, emzirirken cinsel hazza benzer bir haz duymak mümkündür. hepsi bu."*
2021 (annelertoplandik.com)** **"Emzirirken cinsel duygular hissedebilir mi?"**	*"… Göğüs ucunda sinir damarları var en ufak dokunuşta o harekete geçiyordur. Bebeğimden dolayı zevk alıyorum demiyor herhalde. … Elinizi göğüs ucunuza götürdüğünüzde sizin de aynı şey olması lazım normal şartlarda."*
	"…anne bebeğine karşı kötü bir şey hissetmiyor istemsizce beyni onun vücuduna bu komutu veriyor ve bu kadının suçu değil benzeri basıma geldi çocuğuma sut veremedim zevk değil ama garip uyarıcı duygular hissettim ve emzirmek istemedim sağarak verdim . bunu araştırınca bunun benim hatam olmadığını … öğrendim"
	"Bu onun suçu değil. Göğüs ucunda diğer kadınlardan daha fazla sinir ucu ve uyaran var ise beyin vücuduna bu komutu veriyordur"
https://www.kizlarsoruyor.com/cinsel-yasam/q3645373-kadinlar-cocuk-emzirirken-zevk-alir-mi* **https://www.kizlarsoruyor.com/cinsel-yasam/q3551192-cocuk-emziren-kadin-zevk-alir-mi* **https://www.kizlarsoruyor.com/anne-bebek/q10558226-kadinlar-emzirirken-zevk-almiyormu* ***https://www.uludagsozluk.com/k/bebegini-emzirirken-cinsel-haz-duyan-anne/* ****https://eksisozluk.com/emziren-kadinlarin-cinsel-haz-duymasi--4860946* *** https://annelertoplandik.com/forum/5408039/emzirirken-cinsel-duygular-hissedebilir-mi?start=0#a_list_title*	

3.2 Kutsal Annelik Miti ile Cinsel Haz Arasında: Toplumsal Cinsiyet Rolleri ve Maternal Suçluluk Paradoksu

Kadın cinselliği, hedonik ve annelik bileşenlerinden oluşan karmaşık bir olgudur (Perlman, 2019). Emzirme ise, bir besleme eylemi olmasının yanı sıra toplumsal cinsiyet rolleri, kültürel normlar ve sosyal beklentilerle iç içe geçmiş çok boyutlu bir fenomendir (Giordani vd., 2018). Kadın memesine yüklenen anlamlar; kültürel, dini, toplumsal, tıbbi ve politik olmak üzere çok farklı zeminlerde karşımıza çıkabilmektedir. Kadın memesi, emzirme eylemine kutsallık atfedilen toplumlarda hayatın kaynağı olarak tanımlanırken diğer toplumlarda ise cinsel anlamda baştan çıkarıcı olarak tanımlanabilmektedir (Timurturkan, 2020). Emziren annenin üstlendiği yeni rol, kadının öz-algısını güçlendirebileceği gibi, kendisini toplumsal alanda sunma biçimini ve dolayısıyla cinselliğini de şekillendirebilmektedir (Queiroz, 2024). Sosyal, kültürel ve cinsel değerler ve eğilimler, emzirmeyi potansiyel olarak tartışmalı bir duruma sokabilecek ve annenin emzirme davranışını etkileyebilecek paradoksal durumlar yaratabilmektedir (Avery, Duckett & Frantzich, 2000; Augusto vd., 2023). Emzirme sürecindeki meme, kaçınılmaz olarak hem maternal hem de cinsel bir niteliği eş zamanlı olarak barındırmaktadır (Baiada, 2020). Kadın memesine yönelik bu çift yönlü bakış açısı, kutsal annelik miti ve toplumsal cinsiyet rolleri kadının emzirme davranışlarında olumlu ve olumsuz etkiler oluşturabilmektedir (Avery, Duckett & Frantzich, 2000; Doyle, 2011; Timurturkan, 2020). Tarihsel ve kuramsal çalışmalar, emzirme zevkinin ve annelik cinselliğinin fizyolojik olarak normal olduğunu, ancak sosyal olarak sıkı bir şekilde denetlendiğini ve annelik zevkinin çoğu zaman bastırıldığını veya damgalandığını savunmaktadır (Doyle, 2011). Kadınların emzirme süreçlerinde deneyimledikleri duygusal yük, genellikle sanılanın aksine basit bir suçluluk duygusu değil; idealize edilmiş annelik standartlarına uyum sağlayamamanın yarattığı derin bir utanç ve öz-yetersizlik hissidir (Taylor & Wallace, 2012).

Zayas-Ros ve Castelo-Branco (2024) tarafından emzirme döneminde kadınların cinselliğinin incelenmesi amacıyla yürütülen nitel çalışmada; emzirirken cinsel haz deneyimlediğini söyleyen kadınlar; "*Emzirmeyi bırakmadım. Sadece tahrik olduğumu fark edince şaşırdım. Şöyle düşündüm: Bu çok mu normal, yoksa normal değil mi, bilmiyorum*." , "*Ruh hastası olduğumu düşündüm, 'bu ne anlama geliyor' dedim ama üzerine çok fazla takılmadım*." ve "*Tuhaf hissettim çünkü bunu kendime sakladım. Bilmiyorum, cinsel haz duyduğum için kendimi kötü hissettim.*" ifadeleri ile yaşadıkları maternal suçluluk duygularını aktarmıştır. Emzirirken cinsel haz deneyimlerini paylaşma noktasında ise kadınlar; "*Evet, kocamla paylaştım. O ise 'Sen delisin, ne yapıyorsun böyle!' gibi bir tepki verdi*." , "*Kimseye bahsetmedim. Bu ilk kez oluyor ne partnerime ne de*

bir başkasına anlattım." ve "*…Sadece biz kadınlar utandığımız için bu konuyu konuşmama eğilimindeyiz; oysa bu durum düşündüğümüzden çok daha yaygın ve pek çok kişinin başına geliyor.*" ifadeleri ile toplumsal damgalanma ve maternal utanç duygularını aktarmıştır (Zayas-Ros ve Castelo-Branco, 2024).

Bu bölüm kapsamında literatüre ek olarak, orgazmik emzirmeye yönelik olumsuz toplumsal tutumları incelemek amacıyla "kizlarsoruyor.com ve annelertoplandik.com" platformlarında yer alan ilgili forum ve başlıklar analiz edilmiştir. Elde edilen bulgular "kutsal annelik miti", "yanlış emzirme uygulamalarına yöneltme", "stigma" ve "dini söylemler" alt temaları ile Tablo 2'de sunulmuştur.

Tablo 2. Forum Paylaşımlarında Orgazmik Emzirmeye Yönelik Olumsuz Tutumlar

Platform / Tema / Alt Tema	**Yorumlar**
(KızlarSoruyor.com)* **"Çocuk emziren kadın zevk alır mı?" ve "Kadınlar çocuk emzirirken zevk alır mı?"** **Alt Tema: Kutsal annelik miti**	*"almadıklarını biliyorum neden almıyorlar dersen de annelik iç güdüsü ağır ve baskın bir iç güdü olduğu için nefsin yaratacağı zevki bastırarak onu ortadan kaldırıyor diye düşünüyorum tabi bir kaynaktan faydalanmadan kendi şahsi fikrimi yazdım"*
	"Orada işin içine ana şefkati girer ve o his duygu düşünce gider onun için emzirme zevki başlar cinsel değil"
	"Ya ne zevki dünyanın en önemli şeyi kucağında iken senin parçan yanında iken bir mucize ile beraberken başka şey düşünenin aklından şüphe ederim"
	"Hayır. Karşındaki bebek ayrıca o anda süt geliyor. Zevk alma imkanın yok. Sadece annelik içgüdülerin aktif olacak o anda"
2021 (annelertoplandik.com) **"Emzirirken cinsel duygular hissedebilir mi?**	
Alt Tema: Yanlış emzirme uygulamalarına yöneltme	*"Sağıp versin çocuğuna sütü"*
	"Bence artık emzirmemeli. Mamaya başlasın. Destek alsın mutlaka."

Alt Tema: Stigma	*Diyecek hiçbir şey yok sorun bebek de değil arkadaşının sütü bozuk.*
	"Normal bir şey değil hormon vs bahane hormonu kocasına kullansın zevk alıyor sulanıyor ise ve bu dile bile getiriyor ise arkadaşın pedofilidir."
	"…bunu kesinlikle dile getirmesin kimseye ve psikoloğa gitsin tedavi olsun."
	"… kadında problem var bence cinsel arzuları tavan yapmış"
	"Kuzum aklına başına al o arkadaşınla görüşme. Kendi çocuğuna bunu düşünen başkasının çocuğuna ne düşünür."
	"…Bence mutlaka konuş anlat ona psikoloğa gitsin mutlaka. …"
	"Kesinlikle profesyonel bir destek almalı. Ama yinede insan uzak durmalı"
	"Tamam işte ben de onu diyorum böyle bir şeyi normal bir kadın yaşamaz hastalık tabi ki."
Alt Tema: Dini söylemler	*"Bir bu eksikti hakim olsun nefsine abdestsiz süt vermesin çocuğuna"*
	"…abdestsiz süt verilmezken bile bir kadının evladını cinsel obje olarak görmesi iğrenç geldi bana. Allah hidayet versin"
	"… evladın o senin kıyamet çok yakın"
	"ALLAH onu bildiği gibi yapsın kendi evladıyla zevk alan biri lanet olsun ona işte bu tür olaylar oluyor … kıyamet kopsun artık KI YA MEET"
	"Bir kavmin helak olduğu durum. Rabbim ıslah etsin böyle başlar sapkınlık o tarz kişilerde. … Belki psikolojik bir şeydir. Söyle o şahısa saniye durmadan gitsin tedavi görsün. Kendi sapkınlığıysa da Rabbim Hidayet versin."
	"İnsan evladından nasıl haz duyar ya kıyamet alametleri bunlar ya"
**https://www.kizlarsoruyor.com/cinsel-yasam/q3645373-kadinlar-cocuk-emzirirken-zevk-alir-mi* **https://www.kizlarsoruyor.com/cinsel-yasam/q3551192-cocuk-emziren-kadin-zevk-alir-mi* **https://www.kizlarsoruyor.com/anne-bebek/q10558226-kadinlar-emzirirken-zevk-almiyormu* ***https://annelertoplandik.com/forum/5408039/emzirirken-cinsel-duygular-hissedebilir-mi?start=0#a_list_title*	

4. Orgazmik Emzirmede Klinik Yaklaşım

Emzirmenin cinsel boyutunun kabul edilmesi hem kadınların hem de erkeklerin cinsel deneyimlerini zenginleştirebilecek ve daha sağlıklı bir cinsel hayat yaratmaya olanak sağlayacaktır (Perlman, 2019). Cinsel sağlık danışmanlığının doğum sonrası bakıma entegre edilmesi ve yargılayıcı olmayan

hizmet sunumu, kadınların bu bedensel değişikliklerle başa çıkmalarına ve nihayetinde cinsel sağlıklarını iyileştirmelerine yardımcı olabilmektedir. Bu nedenle emziren kadınlara yönelik verilecek olan emzirme danışmanlığı ve cinsel sağlık danışmanlıklarına bu konu entegre edilmelidir (Wood vd., 2022). Prenatal eğitim programlarının içeriğini genişleterek, cinsellik ve emzirme konusunun anlaşılır hale getirilmesi teşvik edilmelidir. Emzirme ve cinsellik kombinasyonu prenatal eğitim programlarında rutin olarak ele alınmalıdır. Eğitimde bu konu ele alındığında açık ve net bir şekilde bilgiler aktarılmalıdır (Yurtsal, 2020; Yurtsal & Uslu, 2023). Sağlık profesyonelleri, gebelere yönelik seks-pozitif bir tutumla danışmanlık yapmalı; emzirmeyi teşvik ederken aynı zamanda cinselliğe dair endişeleri de kabul etmelidir (Bucher & Spatz, 2019). Aşağıda emzirmenin olası cinsel sonuçları hakkında önceden yeterli bilgi sağlamaya yönelik örnek cümleler verilmiştir (Yurtsal & Uslu, 2023).

"Emzirmenin cinsel ilişkilerinizi pek çok yönden etkileyebileceğinin farkında olun. Cinsel arzunuz azalabileceği gibi, emzirme eylemi sırasında cinsel uyarılma da hissedebilirsiniz. Bunlar tamamen normal reaksiyonlardır."

Emziren kadının annelik rolü tüm yönleriyle ele alınmalıdır. Sağlık profesyonelleri, kadınlara ve eşlerine daha iyi bilgi verebilmek için, kadınların emzirme döneminde yaşadıkları çok çeşitli cinsellik deneyimlerini anlamalıdır. Fiziksel değişikliklerin, sosyal baskıların ve eşin görüşlerinin, emziren annenin cinsellik deneyimini etkileyebildiği unutulmamalıdır (Avery, Duckett & Frantzich, 2000). Perlman (2019) çalışmasında; kadınların emzirme sırasında erotik duygular yaşadıkları için suçluluk hissetmelerini bir sorun olarak tanımlamış ve sağlık profesyonellerinin kadınların bu suçluluk duygusuyla başa çıkmalarına yardımcı olma konusunda rehberlik etmesi gerektiğini vurgulamıştır. Emzirme ve cinsellik hakkında bilgiler, doğum öncesi dönemde ve doğum sonrası ziyaretlerde ele alınmalıdır. Sağlık profesyonelleri için, emziren kadınların cinsellikle ilgili yaşayabilecekleri çok çeşitli deneyimler hakkında rehberlik ve danışmanlık sağlamak rutin bakımlarının bir parçası olmalıdır (Avery, Duckett & Frantzich, 2000). Sağlık profesyonelleri annelerin çekingenliğini öngörerek konuyu bizzat gündeme getirmeli ve PLISSIT veya BETTER gibi yapılandırılmış iletişim modellerini kullanarak mahremiyet odaklı, güvenli bir cinsel danışmanlık ortamı sunmalıdır. Emzirme dönemindeki hormonal değişimlerin olası etkileri hakkında destekleyici bir rehberlik sağlayarak çiftleri "yeni cinsellik" kavramına hazırlamak sağlık profesyonellerinin rol ve sorumlulukları arasındadır (Convery & Spatz, 2009). Emzirme döneminde cinsel işlev; hormonal, psikososyal ve ilişkisel faktörlerin dinamik bir etkileşimidir. Bu süreçte sağlanan profesyonel danışmanlık ve

eğitim müdahaleleri, olumsuz etkileri hafifleterek evlilik memnuniyetini ve doğum sonrası genel refahı da artırmaktadır (Adeli vd., 2026).

5. Sonuç ve Öneriler

Orgazmik emzirme, kadın bedeninin nöro-endokrin bir gerçekliği olmasına karşın; toplumsal tabular, kutsallık atfedilmiş ve idealize edilmiş annelik rolleri nedeniyle akademik ve klinik ortamda sessiz kalınan bir konu olmuştur. Bu kitap bölümü kapsamında incelenen literatür ve dijital platformlardaki deneyimler, emzirmenin sadece bir besleme eylemi değil, aynı zamanda cinsel haz ve orgazm boyutuna ulaşabilen fizyolojik bir süreç olduğunu vurgulamaktadır. Özellikle her iki süreçte de aktif rol oynayan oksitosin hormonu; uterus kontraksiyonlarını tetikleyerek, vajinal lubrikasyon ve pelvik vasküler konjesyonu artırarak emzirme deneyimini orgazmik bir boyuta taşıyabilmektedir. Ancak sosyo-kültürel baskılar, tabular ve dini bakış açıları kadınların bu doğal fizyolojik yanıtı "yanlış", "günah" veya "sapkınlık" olarak nitelendirmesine de yol açabilmektedir. Bu durum, emziren annelerde derin bir maternal suçluluk ve utanç duygusu yaratarak, emzirmenin erken dönemde sonlandırılmasına veya hatalı emzirme uygulamalarına neden olabilmektedir.

Bu bağlamda, prenatal eğitim programlarına, emzirme danışmanlıklarına ve cinsel sağlık danışmanlıklarına emzirmenin olası cinsel sonuçları ve fizyolojik cinsel uyarılma ihtimali açık ve net bir dille entegre edilmelidir. Emzirme ve cinsel sağlık danışmanlığı birbirini tamamlayan süreçler olarak ele alınmalı; sağlık profesyonelleri bu konudaki farkındalıklarını artırmalıdır. Sağlık profesyonelleri, emzirme sırasında yaşanan cinsel hazzın patolojik bir durum değil, nöro-hormonal bir süreç olduğunu vurgulayarak kadınlara yaşanan deneyimin normal olduğu konusunda güvence vermelidir. Emziren kadınların yaşadıkları bu hassas deneyimleri suçlanma korkusu duymadan paylaşabilecekleri mahremiyete önem veren güvenli ortamlar sağlanmalıdır. Toplumsal cinsiyet rolleri, tabular, emzirme eylemine kutsallık atfedilmesi ve idealize edilmiş annelik rolleri nedeniyle konuşulmaktan kaçınılan orgazmik emzirme ile ilgili daha fazla nitel ve nicel çalışmaya ihtiyaç duyulmaktadır.

6. Kaynakça

Adeli, M., Shamaeian-Razavi, N., & Irani, M. (2026). Sexual function in breastfeeding women: A systematic review. *BMC Women's Health, 26*(145). https://doi.org/10.1186/s12905-026-04358-6

Anbaran, Z. K., Baghdari, N., Pourshirazi, M., Karimi, F. Z., Vanifard, M. R., & Mazlom, S. R. (2015). Postpartum sexual function in women and infant feeding methods. *Journal of the Pakistan Medical Association*, *65*(3), 248–252.

Anneler Toplandık. (2021, 6 Şubat). *Emzirirken cinsel duygular hissedebilir mi?* [Forum başlığı]. Erişim adresi: https://annelertoplandik.com/forum/5408039/emzirirken-cinsel-duygular-hissedebilir-mi?start=0#a_list_title Erişim tarihi: 09.04.2026

Augusto, A., Neves, D. M., & Henriques, V. (2023). Breastfeeding experiences and women's self-concept: Negotiations and dilemmas in the transition to motherhood. *Frontiers in Sociology, 8*, 1130808. https://doi.org/10.3389/fsoc.2023.1130808

Avery, M.D., Duckett, L., and Frantzich, C.R. (2000), The Experience of Sexuality During Breastfeeding among Primiparous Women. The Journal of Midwifery & Women's Health, 45: 227-237. https://doi.org/10.1016/S1526-9523(00)00020-9

Baiada, C. (2020). Contemporary Stories of Female Development and the Outer Limits of Maternal Sexuality in Susan Choi's *My Education* and Amy Sohn's *Prospect Park West*. *Critique: Studies in Contemporary Fiction*, *61*(1), 26–39. https://doi.org/10.1080/00111619.2019.1665491

Bucher, M. K., & Spatz, D. L. (2019). Ten-year systematic review of sexuality and breastfeeding in medicine, psychology, and gender studies. Nursing for Women's Health, 23(6), 494–507. https://doi.org/10.1016/j.nwh.2019.09.006

Convery, K. M., & Spatz, D. L. (2009). Sexuality and breastfeeding: What do you know? *MCN: The American Journal of Maternal/Child Nursing*, *34*(4), 219–223. https://doi.org/10.1097/01.NMC.0000357913.87734.af

Denes, A., Bennett-Brown, M., Crowley, J. P., Dhillon, A., Cornelius, T., Stebbins, J. L., & Granger, S. W. (2025). Charting salivary oxytocin across an episode of naturally occurring partnered sex. *Archives of Sexual Behavior*, *54*(4), 1693–1701. https://doi.org/10.1007/s10508-025-03144-z

Doyle, N. (2011). "The highest pleasure of which woman's nature is capable": Breast-feeding and the sentimental maternal ideal in America, 1750–1860. *Journal of American History, 97*(4), 958–973. https://doi.org/10.1093/jahist/jaq050

Ekşi Sözlük. (2015). *Emziren kadınların cinsel haz duyması* [Forum başlığı]. Erişim adresi: https://eksisozluk.com/emziren-kadinlarin-cinsel-haz-duymasi--4860946 Erişim tarihi: 09.04.2026

Fikri, L. H., As'ad, S., Hatta, M., Syamsuddin, S., Prasetya, H., Maddeppungeng, M., Aminuddin, & Zainuddin, A. A. (2023). Mother's attitude to breastfeeding and its effect on oxytocin levels in mothers: A review article. *Bali Medical Journal*, *12*(2), 2217–2221. https://doi.org/10.15562/bmj.v12i2.4574

Giordani, R. C. F., Piccoli, D., Bezerra, I., & Almeida, C. C. B. (2018). Maternity and breastfeeding: Identity, body and gender. *Ciência & Saúde Coletiva*, *23*(8), 2731–2739. https://doi.org/10.1590/1413-81232018238.14612016

Johnson, C. E. (2011). Sexual health during pregnancy and the postpartum. *The Journal of Sexual Medicine*, *8*(5), 1267–1284. https://doi.org/10.1111/j.1743-6109.2011.02223.x

KızlarSoruyor. (t.y.). *Çocuk emziren kadın zevk alır mı?* [Forum başlığı]. Erişim adresi: https://www.kizlarsoruyor.com/cinsel-yasam/q3551192-cocuk-emziren-kadin-zevk-alir-mi Erişim tarihi: 09.04.2026

KızlarSoruyor. (t.y.). *Kadınlar çocuk emzirirken zevk alır mı?* [Forum başlığı]. Erişim adresi: https://www.kizlarsoruyor.com/cinsel-yasam/q3645373-kadinlar-cocuk-emzirirken-zevk-alir-mi Erişim tarihi: 09.04.2026

KızlarSoruyor. (t.y.). *Kadınlar emzirirken zevk almıyormu* [Forum başlığı]. Erişim adresi: https://www.kizlarsoruyor.com/anne-bebek/q10558226-kadinlar-emzirirken-zevk-almiyormu Erişim tarihi: 09.04.2026

Komisaruk, B. R., & Whipple, B. (2011). Non-genital orgasms. *Sexual and Relationship Therapy*, *26*(4), 356–372. https://doi.org/10.1080/14681994.2011.649252

Komisaruk, B. R., Wise, N., Frangos, E., Liu, W. C., Allen, K., & Brody, S. (2011). Women's clitoris, vagina, and cervix mapped on the sensory cortex: fMRI evidence. *The journal of sexual medicine*, *8*(10), 2822–2830. https://doi.org/10.1111/j.1743-6109.2011.02388.x

Krüger, T. H., Haake, P., Hartmann, U., Schedlowski, M., & Exton, M. S. (2002). Orgasm-induced prolactin secretion: Feedback control of sexual drive? *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, *26*(1), 31–44. https://doi.org/10.1016/s0149-7634(01)00036-7

Krychman, M., Goren, A., Brandt, L., & McCoy, J. (2020). Novel topical formulation applied to the nipple-areola complex improves female orgasm. *Journal of Cosmetic Dermatology*, *19*(2), 404-406. https://doi.org/10.1111/jocd.13262

Leeman, L. M., & Rogers, R. G. (2012). Sex after childbirth: Postpartum sexual function. *Obstetrics & Gynecology*, *119*(3), 647–655. https://doi.org/10.1097/AOG.0b013e3182479611

Magon, N., & Kalra, S. (2011). The orgasmic history of oxytocin: Love, lust, and labor. *Indian Journal of Endocrinology and Metabolism*, *15*(Suppl 3), S156-S161. https://doi.org/10.4103/2230-8210.84851

Mayberry, L., & Daniel, J. (2016). 'Birthgasm': A literary review of orgasm as an alternative mode of pain relief in childbirth. *Journal of Holistic Nursing, 34*(4), 331–342. https://doi.org/10.1177/0898010115614205

Meston, C. M., & Frohlich, P. F. (2000). The neurobiology of sexual function. *Archives of General Psychiatry*, *57*(11), 1012–1030. https://doi.org/10.1001/archpsyc.57.11.1012

Meston, C. M., & Frohlich, P. F. (2001). Update on female sexual function. *Current opinion in urology*, *11*(6), 603–609. https://doi.org/10.1097/00042307-200111000-00008

Nagel, E. M., Howland, M. A., Pando, C., Stang, J., Mason, S. M., Fields, D. A., & Demerath, E. W. (2022). Maternal psychological distress and lactation and breastfeeding outcomes: A narrative review. *Clinical Therapeutics*, *44*(2), 215-227. https://doi.org/10.1016/j.clinthera.2021.11.007

Nasiri Amiri, F., Haj Ahmadi, M., & Bakouei, F. (2009). Assessment of sexual function during breastfeeding and its related factors in primiparous women refered to Babol health center. *Journal of Babol University of Medical Sciences*, *9*(4), 52–58.

Pascali-Bonaro, D. (2025). Orgasmic birth: The anatomy of pleasure in childbirth. *Frontiers in Global Women's Health, 6*, Article 1565300. https://doi.org/10.3389/fgwh.2025.1565300

Perlman, L. (2019). Breastfeeding and female sexuality. *Psychoanalytic Review*, *106*(2), 131–148. https://doi.org/10.1521/prev.2019.106.2.131

Pfaus, J., Erez, R., Erez, N., & Novák, J. (2025). (160) Non-genitally stimulated orgasms (NGSOs) increase plasma prolactin in a post-menopausal woman. *The Journal of Sexual Medicine*, *22*(Supplement_1), qdaf068.142. https://doi.org/10.1093/jsxmed/qdaf068.142

Pratiwi, M., Prastyoningsih, A., & Umarianti, T. (2025). The relationship of early breastfeeding initiation (IMD) to post-partum uterine involution in the independent practice of midwives (PMB) Mariyah Ulfah East Jakarta. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, *16*(1), 54–61. https://doi.org/10.34035/jk.v16i1.1651

Queiroz, A. B. A., Figueiredo, E. M. C., Carvalho, A. L. O., Bezerra, J. F., Parmejiani, E. P., Cantarino, M. S. G., Soares, M. L. K. S., & Rosa, A. F. (2024). Nursing mothers' social representations regarding sexualities in the breastfeeding context: A correspondence factor analysis. *Revista da Escola de Enfermagem da USP, 58*, e20240162. https://doi.org/10.1590/1980-220X-REEUSP-2024-0162en

Säilävaara, J. (2020). Long-Term Breastfeeding : The Embodied Experiences of Finnish Mothers. NORA : Nordic Journal of Feminist and Gender Research, 28(1), 43-55. https://doi.org/10.1080/08038740.2019.1694581

Shapira, A. L., Handzel, R., & Korczyn, A. D. (2017). The lived experience of Parkinson's disease: A content analysis of Parkinson's patients' blogs. *IMAJ: Israel Medical Association Journal*, *19*(11), 685–690.

Taylor, E. N., & Wallace, L. E. (2012). For shame: Feminism, breastfeeding advocacy, and maternal guilt. *Hypatia*, *27*(1), 76–98. https://doi.org/10.1111/j.1527-2001.2011.01238.x

Timurturkan, M. (2020). Annelerin emzirmeye ilişkin Instagram'da paylaştıkları görsellerin heteronormatif cinsiyet kalıpları açısından değerlendirilmesi. *Akdeniz Kadın Çalışmaları ve Toplumsal Cinsiyet Dergisi*, *3*(1), 1–29. https://doi.org/10.33708/ktc.737143

Uludağ Sözlük. (2009). *Bebeğini emzirirken cinsel haz duyan anne* [Forum başlığı]. Erişim adresi: https://www.uludagsozluk.com/k/bebegini-emzirirken-cinsel-haz-duyan-anne/ Erişim tarihi: 09.04.2026

Uvnäs-Moberg, K., Ekström-Bergström, A., Buckley, S., Massarotti, C., Pajalic, Z., Luegmair, K., Kotlowska, A., Schorn, M. N., Lanng, L., & Olza, I. (2020). Maternal plasma levels of oxytocin during breastfeeding—A systematic review. *PLOS ONE*, *15*(8), Article e0235806. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0235806

von Sydow, K. (1999). Sexuality during pregnancy and after childbirth: A metacontent analysis of 59 studies. *Journal of Psychosomatic Research*, *47*(1), 27–49. https://doi.org/10.1016/s0022-3999(98)00106-8

Walter, M. H., Abele, H., & Plappert, C. F. (2021). The role of oxytocin and the effect of stress during childbirth: Neurobiological basics and implications for mother and child. *Frontiers in Endocrinology*, *12*, Article 742236. https://doi.org/10.3389/fendo.2021.742236

Wierman, M. E., Nappi, R. E., Avis, N., Davis, S. R., Labrie, F., Rosner, W., & Shifren, J. L. (2010). Endocrine aspects of women's sexual function. *The Journal of Sexual Medicine*, *7*(1_part_2), 561–585. https://doi.org/10.1111/j.1743-6109.2009.01629.x

Wilson, E., Kenny, A., & Dickson-Swift, V. (2015). Using blogs as a qualitative health research tool: A scoping review. *International Journal of Qualitative Methods*, *14*(5). https://doi.org/10.1177/1609406915618049

Wood, S. N., Pigott, A., Thomas, H. L., Wood, C., & Zimmerman, L. A. (2022). A scoping review on women's sexual health in the postpartum period: Opportunities for research and practice within low-and middle-income countries. *Reproductive Health, 19*(112). https://doi.org/10.1186/s12978-022-01399-6

Yurtsal, Z. B. (2020). The impact of lactation on the sexual life of Turkish couples. *International Journal of Caring Sciences, 13*(1), 626–631.

Yurtsal, Z.B., Uslu, D. (2023). Sexual Aspects of Breast and Lactation. In: Geuens, S., Polona Mivšek, A., Gianotten, W. (eds) Midwifery and Sexuality. Springer, Cham. https://doi.org/10.1007/978-3-031-18432-1_9

Zayas-Ros, M., & Castelo-Branco, C. (2024). Beyond the pleasure of breastfeeding: Delving into the sexuality of lactating women. *European Gynecology and Obstetrics, 6*(1), 40–44. https://doi.org/10.53260/EGO.2460110