

**1. DOĞUM SONU DÖNEM****2. DOĞUM SONU DÖNEM DEĞERLENDİRME YAKLAŞIMI**

Yaşamsal Bulguların Değerlendirilmesi

Ağrının Değerlendirilmesi

Sistemlerin Değerlendirilmesi

**3. DOĞUM SONU TABURCULUK EĞİTİMİ VE DANIŞMANLIK**

Laktasyon Döneminde Annenin Beslenmesi

Meme Bakımı

Eliminasyon

Kişisel Hijyen ve giyim

Dinlenme ve Uyku

Doğum Sonu Cinsel Yaşam

Doğum Sonu Kontrasepsiyon

Doğum Sonu Egzersiz

Emosyonel Durum ve Bebek Bağlanması

**KAYNAKLAR****GİRİŞ**

Postpartum dönem, postnatal dönem, puerperium veya lohusalık olarak da adlandırılan doğum sonu dönem, fiziksel, sosyal ve emosyonel değişimlerin yaşandığı, psiko-sosyal dengelerin etkilendiği, bunun yanı sıra yeni rollerin ve sorumlulukların üstlenildiği bir dönemdir. Bu dönemde birçok kadın gebelik ve doğum ile birlikte ortaya çıkan fizyolojik, emosyonel ve sosyal değişimlere kolaylıkla uyum sağlarken, bazı kadınlar için bu dönem kriz olarak yaşanabilmektedir. Bu bakımdan doğum sonu dönemde, anne ve yenidoğanın sağlığının korunması ve geliştirilmesi, komplikasyonların önlenmesi ve tedavi edilmesi ve bu döneme özel danışmanlık hizmetlerinin verilmesinde hemşirelik hizmetleri önemli bir yere sahiptir. Bu dönemde hemşirelik bakımının amacı, annenin ve aile bireylerinin fizyolojik ve emosyonel değişikliklere uyumunu kolaylaştırmak, riskli durumları önlemek, anne-bebek bağlanma sürecini başlatmak, annenin kendisine ve bebeğine bakabilecek becerileri geliştirmesini sağlamaktır.

<sup>1</sup>Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Doğum ve Kadın Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı

## KAYNAKLAR

- Apay SE, Pasinlioglu T. Using Roy's Model to Evaluate the Care Given to Postpartum Women Following Caesarean Delivery. *Open Journal of Nursing*, 2014;4:784-796.
- Brown S, Small R, Argus B, Davib P, Krastev A. Early Postnatal Discharge From Hospital For Healthy Mothers and term infant. *Cochrane Database of Syst Rev*. 2002;(3):CD002958.
- Brummelte S, Galea LA. Postpartum Depression: Etiology, Treatment and Consequences for Maternal Care. *Horm Behav*, 2016;77:153-166.
- Centers for Disease Control and Prevention. Reproductive Health- Lactational Amenorrhea Method. URL: <https://www.cdc.gov/reproductivehealth/contraception/mmwr/mec/appendixg.html>
- Erişim Tarihi: 10 Ocak 2020.
- Creti L, Libman E, Rizzo D, Fichten CS, Bailes S, Tran DL, Zekowitz P. Sleep in the Postpartum: Characteristics of First-Time, Healthy Mothers. *Sleep Disord*, 2017;1-10. DOI: 10.1155/2017/8520358
- Erçel Ö, Süt Kahyaoglu H. Postpartum Dönem Kadınlarda Uyku ve Yaşam Kalitesi. *J Turk Sleep Med*, 2020;7(1):23-30.
- Eryılmaz Yıldız H. Doğum Sonu Değerlendirme: Bir Kontrol Çizelgesi Örneği. *Hemşirelikte Eğitim ve Araştırma Dergisi*, 2009;6(1):20-26.
- Heale R. Maternity and Postpartum Care: Perspectives. *Evid Based Nurs*, 2019; 22(2):42-43.
- Kirlek F, Öztürk Can H. Postpartum Dönem. Editör: Sevil Ü, Ertem G. *Perinatoloji ve Bakım*. İzmir: Nobel Tıp Kitabevler; 2016. p.409-496.
- Koç E, Oskay Ü. Postpartum Dönemde Cinsellik ve Danışmanlık. *KASHED*, 2015;2(1):15-26.
- Labbok MH. Postpartum Sexuality and the Lactational Amenorrhea Method for Contraception. *Clin Obstet Gynecol*, 2015; 58(4):915-27.
- National Institute for Health and Clinical Excellence (NICE). Postnatal Care up to 8 Weeks After Birth (CG37), 2006. URL: <https://www.nice.org.uk/guidance/cg37> (Erişim tarihi:20 Mayıs 2020).
- O'Hara MW, McCabe JE. Postpartum Depression: Current Status and Future Directions. *Annu Rev Clin Psychol*, 2013; 9:379-407.
- Perinatal Services BC Obstetrics Guideline 20 Postpartum Nursing Care Pathway. (2011). Vancouver BC Canada. URL: <http://www.perinatalervicesbc.ca/Documents/Guidelines-Standards/Maternal/PostpartumNursingCarePathway.pdf> (Erişim tarihi:20 Mart 2020).
- Sağlık Bakanlığı. Doğum Sonu Bakım Yönetim Rehberi. Ankara: Sistem Ofset Yayınları, 2018.
- Samur G. Emziliklik Döneminde Beslenme. Sağlık Bakanlığı Yayın No: 726, Ankara: Klasmat Matbaacılık, 2008.
- Smith A, Barr W.B, Bassett N.E, LeFevre N. Maternity Care Update: Postpartum Care. *FP Essent*, 2018;467:33-36.
- Şahin E, Terzioğlu F. The effect of Gum Chewing, Early Oral Hydration and Early Mobilization on Intestinal Motility After Cesarean Birth. *Wordviews Evid Based Nurs*, 2015;12(5):380-8.

- Şat Özcan S, Erenel Şentürk A, Sözbir Yaman Ş. Özellikle Gruplarda Kontrasepsiyon Danışmanlığı. *SDÜ Sağlık Bilimleri Dergisi*, 2019;10(2):190-7.
- Taşkın L, Akan N. Doğum Sonu Dönem. Editör: Taşkın L. Doğum ve Kadın Sağlığı Hemşireliği. 10. Baskı, Ankara: Sistem Ofset Matbaacılık; 2018, p.455-484.
- Taylor B, Davis S. Using the Extended PLISSIT Model to Adress Sexual Healthcare Needs. *Nurs Stand*, 2006;21(11):35-40.
- The American Collage of Obstetricians and Gynecologists (ACOG). Optimizing Postpartum Care, 2018, United States of Amerika. URL: <https://www.acog.org/Clinical-Guidance-and-Publications/Committee-Opinions/Committee-on-Obstetric-Practice/Optimizing-Postpartum-Care> (Erişim tarihi: 15 Mayıs 2020)
- The American Collage of Obstetricians and Gynecologists (ACOG). Postpartum Hemorrhage. *ACOG Practice Bulletin*, 2017;130(4):169-181.
- The American Collage of Obstetricians and Gynecologists (ACOG). Screening for Perinatal Depression. Committee Opinion No.630, 2015. URL: <https://www.acog.org/clinical/clinical-guidance/committee-opinion/articles/2018/11/screening-for-perinatal-depression> Erisim Tarihi:25 Mart 2020.
- Zeren F, Özerdoğan N. Postpartum Dönemde Cinselliği Etkileyen Faktörler. *Türkiye Klinikleri J Nurs Sci*, 2018;10(4):354-62.
- World Health Organization. Sexual and Reproductive Health. 2018, Geneva, Switzerland. URL: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/260156/9780999203705-eng.pdf?sequence=1> (Erişim tarihi:10 Ocak 2020).
- World Health Organization. WHO recommendations for the prevention and treatment of postpartum haemorrhage. 2012, Geneva, Switzerland. URL: [https://www.who.int/reproductivehealth/publications/maternal\\_perinatal\\_health/9789241548502/en/](https://www.who.int/reproductivehealth/publications/maternal_perinatal_health/9789241548502/en/) (Erişim tarihi:12 Mayıs 2020).
- World Health Organization. WHO Technical Consultation on Postpartum and Postnatal Care. 2010, Geneva, Switzerland. URL: [whqlibdoc.who.int/hq/2010/WHO\\_MPS\\_10.03\\_eng.pdf](http://whqlibdoc.who.int/hq/2010/WHO_MPS_10.03_eng.pdf) (Erişim tarihi:15 Mart 2020).
- World Health Organization. Defining Sexual Health Report of a Technical Consultation on Sexual Health 28-31 January 2002. 2006, Geneva. URL: [https://www.who.int/reproductivehealth/publications/sexual\\_health/defining\\_sexual\\_health.pdf?ua=1](https://www.who.int/reproductivehealth/publications/sexual_health/defining_sexual_health.pdf?ua=1) (Erişim tarihi:10 haziran 2020).
- World Health Organization. Report of a WHO technical consultation on birth spacing. 2005, Geneva, Switzerland. URL: [https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/69855/WHO\\_RHR\\_07.1\\_eng.pdf?sequence=1&ua=1](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/69855/WHO_RHR_07.1_eng.pdf?sequence=1&ua=1) (Erişim tarihi:10 Mayıs 2020).