

# BÖLÜM 2

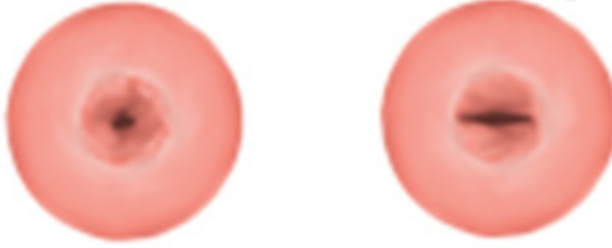
## POSTPARTUM DEĞERLENDİRME

Melek BALÇIK ÇOLAK<sup>1</sup>

### GİRİŞ

Postpartum dönem, kadının psikolojik, fizyolojik ve sosyal açıdan yenidoğan ile uyum sürecinin yaşandığı dördüncü trimester olarak da adlandırılan doğum sonrası süreçtir. İlk bir haftayı içeren süreç erken postpartum, doğum sonrası iki ve altıncı haftayı kapsayan süreç geç postpartum dönem olarak adlandırılmaktadır. Erken postpartum dönem uterus involüsyonu, kanama, emboli ve eklampsi gibi riskli durumlar açısından, geç postpartum dönem ise hemodinami, ürogenital sistem, fizyolojik, psikolojik değişiklikler açısından takip çok önemlidir. Bu süreçler dahilinde optimal düzeyde bakımın sağlanabilmesi için çok boyutlu değerlendirme ile kadının ve yenidoğanın ihtiyaçları belirlenmeli, uygun bakım planlanmalı, fizyolojik ve psiko-sosyal uyum sağlanmalı, oluşabilecek komplikasyonlar önlenmeli ve gerekli girişimler uygulanmalıdır. Tüm bu süreçlerin gerçekleştirilebilmesi için postpartum dönemin normal fizyolojik ve psikolojik boyutunun iyi bilinmesi önem taşımaktadır. Doğumun ardından kadının ilk bir saatlik takip ve değerlendirmesi doğum salonunda, 1-24 saatlik takibinin ise serviste yapılması önerilmektedir.

<sup>1</sup> Dr. Öğr. Üyesi, Sakarya Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ebelik AD., mbalcikcolak@sakarya.edu.tr



**Resim 4.** Vajinal Doğum Öncesi ve Sonrası Servikal Görünüm

**Psikolojik durum değerlendirmesi:** Doğum sonrası süreçte annenin psikolojik problemler açısından, risk faktörü ve psikolojik durum değerlendirmesi önem taşımaktadır. Bu süreçte hormonal değişimler, zor doğum, adolesan gebelik, aile içi problemler, destek sistemi eksikliği, annenin ebeveynliğe uyumu gibi faktörler annenin duygu durumunda değişikliklere neden olmaktadır. Postpartum dönemde psikolojik rahatsızların sınırları belirgin olmamakla birlikte anne, rol karmaşası, postpartum hüznü (blues), postpartum depresyon ve psikoz gibi durumlar açısından dikkatle gözlemlenmeli ve değerlendirilmelidir. Ayrıca perinatal kayıp yaşayan ebeveynlerde yas süreci, anksiyete ve uyku durumu değerlendirmesi yapılmalıdır. Annelerin duygusal problemler açısından erken süreçte tanınması, gerekli danışmanlık, bilgilendirme, destek ve yönlendirmenin sağlanması anne, bebek ve aile açısından büyük öneme sahiptir. Psikolojik durum değerlendirmesinde belirlenmiş ölçekler kullanılarak erken durum tespiti sağlanabilir. Ayrıca annenin sözlü ifadeleri veya davranışları gözlemlenmeli, belirlenen problemlere yönelik baş etme yöntemleri geliştirebilmesi konusunda destek olunmalı, yönlendirme yapmadan danışmanlık sağlanmalıdır.

## KAYNAKLAR

1. Çakır Koçak, Y., Soğukpınar, N. 'Güvenli Annelik: Gebelik, Doğum, Doğum Sonrası Dönemlerde Kadın'. Melek Gülsün Özentürk, Ummuhan Yücel, Recı Meseri (Ed.). Ebelik ve Toplum Sağlığı Ankara: Ankara Nobel Tıp Kitabevleri; 2019. p.188-203.
2. Kaplan, S. 'Doğum Sonrası Dönem ve Bakım'. Nursan Çınar, Sevil Şahin (Ed.). Anne ve Çocuk Sağlığı ilk 1000 Gün. Ankara: Özyurt Matbaacılık; 2020. p. 191-209.
3. Er Güneri, S. Postpartum Erken Dönem Kanıtı Dayalı Uygulamalar. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*. 2015;4(3): 482-496.
4. Çeber Turfan, E., Kurul, Ş., Çetintaş Öner, S. 'Ebelik Uygulamalarında İletişim'. Esin Çeber Turfan, Gamze Durmazoğlu (Böl. Ed.). Behzat Özkan, Esin Çeber Turfan, Serap Yaşaroğlu Toksoy (Ed.). Ebelik Uygulama Standartları. Ankara: Vize Yayıncılık; 2016. p. 3-37.

5. Dişli, D., Mecdi Kaydırak, M. Kanıt Temelli Yaklaşım Perspektifinde Postpartum Bakımın Optimizasyonu. *İzmir Kâtip Çelebi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*. 2021;6(2): 143-151.
6. Demirgöz Bal, M. 'Doğum Sonrası Dönemde Anne Sağlığı'. Diler Aydın, Yıldı Arzu Aba (Ed.). Anne ve Çocuk Sağlığı. İstanbul: İstanbul Medikal Sağlık ve Yayıncılık; 2019. p.121-133.
7. T.C. Sağlık Bakanlığı Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü. "Doğum Sonu Bakım Yönetim Rehberi" Yayın No: 925, Ankara: 2018.
8. Öztürk, Y., Özerdoğan, N. Postpartum Ağrının Fizyolojisi ve Yönetimi. *Türkiye Klinikleri J Health Sci*. 2020;5(2): 345-353. doi: 10.5336/healthsci.2019-71032
9. Kara P, Nazik E. Sezaryen Sonrası Abdominal Korse Kullanımı. *Ebelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*. 2021;4(3): 316-329.
10. Çapık A, Özkan H, Ejder Apay S. Loğusaların doğum sonu konfor düzeyleri ve etkileyen faktörlerin belirlenmesi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Elektronik Dergisi*. 2014;7(3): 186-192.
11. Elmalı Şimşek, H., Ecevit Alpar, Ş. Sezaryen Sonrası Ağrı ve Hemşirelik Bakımı. *IGUSABDER*. 2020;11: 267-278. doi: <https://doi.org/10.38079/igusabder.681325>
12. Bilgiç, D., Yağcan, H., Güler, B., Aypa, NN. Jinekolojik Cerrahide Ameliyat Öncesi ve Sonrası Kanıta Dayalı Bakım Uygulamaları. *Sağlık Akademisyenleri Dergisi*. 2019;6(2): 114-121.
13. Royal College of Obstetrics and Gynaecology (RCOG). Reducing The Risk of Venous Thromboembolism During Pregnancy and The Puerperium Pregnancy and The Puerperium. Green-top Guideline. No. 37a. 2015.
14. Dinç, A., Kızılkaya Beji, N. Gebelik, Doğum ve Doğum Sonrası Dönemlerde Üriner İnkontinans ve Korunma Yolları. *İ.Ü.F.N. Hem. Derg.* 2008;16(62): 143-149. ISSN 1304-4869.
15. Öz, Ö., Altay, B. Üriner İnkontinans Risk Faktörleri ve Hemşirelik Yaklaşımı. *İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*. 2017;6(1): 34-37. ISSN:2146-6696.
16. Öztürk GZ, Toprak D, Basa E. 35 Yaş Üzeri Kadınlarda Üriner İnkontinans Sıklığı ve Etkileyen Faktörlerin Değerlendirilmesi. *Şişli Etfal Hastanesi Tıp Bülteni*. 2012;46: 170-176.
17. Karasaç M. Normal Vajinal Doğum Yapmış Genç Kadınlarda Obesite ve Doğum Sayısı İle Üriner İnkontinans Arasındaki İlişkinin Karşılaştırılması. Afyon Kocatepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Afyon, Yüksek Lisans Tezi, 2011; 1-54.
18. Rortveit G, Daltveit AK, Hannestad YS. et al. Vaginal Delivery Parameters and Urinary Incontinence: The Norwegian EPINCONT Study. *Am J Obstet Gynecol*. 2003;189: 1268-1274. doi: 10.1067/s0002-9378(03)00588-x
19. Hvidman, L., Foldspang, A., Momsen, S., Nielson, J. B. Postpartum Urinar Incontinence. *Acta Obstet Gynecol Scand*. 2003;2(6): 556-563. doi: 10.1034/j.1600-0412.2003.00132.x
20. Peyrad, L. et. al. Prevalence and Risk Factors of Urinary Incontinence in Young and Middle-Aged Women. *BJU International*. 2002;89: 61-66. doi.org/10.1590/S1677-55382009000500011
21. <https://www.aysetolga.com/diastasis-recti-nedir-nasil-iyilesir> (Erişim Tarihi: 08.03.2022).
22. Çakır Koçak Y, Bay H, Öztürk Can H. Doğum Sonu Muayenede Farkındalık: Diastazis Rekti ve Bakımı. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*. 2020;23(2): 304-310. doi: 10.17049/ataunihem.458866
23. Kaplan Ö, Bülbül T, Şahin MG, Çınar SL, Müderris İİ. Kadınlarda Stria Gravidarum Oluşumu İle İlişkili Faktörler ve Vücut Algısı. *Ordu Üniversitesi Hemşirelik Çalışmaları Dergisi*. 2021;4(2): 163-171. doi: 10.38108/ouhcd.868766

• Ebeler ve Hemşireler İçin Postpartum Dönem

24. <https://stevenspoint.com/DocumentCenter/View/4820/Deep-Vein-Thrombosis> (Erişim Tarihi: 08.03.2022).
25. Gür, E. Bebek Beslenmesinde Anne Sütünün Önemi ve Emzirme Tekniği. *Klinik Tıp Pediatri Dergisi*. 2019;11(5): 225-232.
26. Kanza Gül, D., Salt Kırca, A. Gebelik Döneminde Kullanılan Farmakolojik ve Farmakolojik Olmayan Yöntemin Laktasyon Döneminde Emzirme Başarısı ve Meme Başı Yaralanmasına Etkisi. *Jinekoloji-Obstetrik ve Neonatoloji Tıp Dergisi*. 2021;18(1): 678-683. doi.org/10.38136/jgon.791781
27. Ataman, H. 'Laktasyon ve Emzirme'. Nursan Çınar, Sevil Şahin (Ed.). Anne ve Çocuk Sağlığı ilk 1000 Gün. Ankara: Özyurt Matbaacılık; 2020. p. 136-143.
28. Kurul, Ş. 'Perinenin Değerlendirilmesi ve Bakımı'. Hafize Öztürk Can, Gamze Durmazoğlu (Böl.Ed.). Behzat Özken, Esin Çeber Turfan, Serap Yaşaroğlu Toksoy (Ed.). Ebelik Uygulama Standartları. Ankara: Vize Yayıncılık; 2016. p. 298-303.
29. Moradi, M. et. al. Effect of Lavender on Episiotomy Wound Healing and Pain Relief: A Systematic Review. *Evidence Based Care Journal*. 2020;10(1); 61-69. doi: 10.22038/ebcj.2020.46285.2265
30. Yücel, U. 'Abdominal Muayene ve Değerlendirme'. Hafize Öztürk Can, Gamze Durmazoğlu (Böl.Ed.). Behzat Özken, Esin Çeber Turfan, Serap Yaşaroğlu Toksoy (Ed.). Ebelik Uygulama Standartları. Ankara: Vize Yayıncılık; 2016. p. 290-297.
31. Kurul, Ş. 'Doğum Sonu Loşia Kontrolü'. Hafize Öztürk Can, Gamze Durmazoğlu (Böl.Ed.). Behzat Özken, Esin Çeber Turfan, Serap Yaşaroğlu Toksoy (Ed.). Ebelik Uygulama Standartları (304-310). Ankara: Vize Yayıncılık; 2016. p. 304-310.
32. <https://www.saglikasistani.net/profesyonel/dogum-sonu-donemde-sistemlerde-meydana-gelen-degisimler-ureme-sistemi/> (Erişim Tarihi: 08.03.2022).
33. <https://gebelik.org/tr/dogum-ve-sonrasi-lohusalik-donemi-dogum-sonrasi-vucutta-kalici-degisiklikler.html> (Erişim Tarihi: 08.03.2022).
34. Yalnız, H. 'Doğum Sonu Psikolojik Değerlendirme'. Hafize Öztürk Can, Gamze Durmazoğlu (Böl.Ed.). Behzat Özken, Esin Çeber Turfan, Serap Yaşaroğlu Toksoy (Ed.). Ebelik Uygulama Standartları. Ankara: Vize Yayıncılık; 2016. p. 330-333.