

# BÖLÜM 17

## AİLE PLANLAMASI

Safiye AĞAPINAR ŞAHİN<sup>1</sup>

### AİLE PLANLAMASININ ÖNEMİ VE YARARLARI

Aile planlaması; bireylerin fertil yıllarında ne zaman gebe kalacağı veya gebelikten kaçınacağına dair bilinçli bir karar verme sürecidir. Aile planlaması terimi; gebeliğin cinsel ilişki sırasında bilinçli olarak önlenmesi anlamına gelen kontrasepsiyon ve gebe kalma, doğum yapma riskini azaltmak için kullanılan alet ve uygulamaların tümüne verilen isim olan doğum kontrolü ile aynı anlamda kullanılmaktadır. Fakat aile planlaması kavramı sadece gebeliği önlemede değil, infertiliteye de çözüm arayan, planlı gebelikleri sağlayan, çocuk sahibi olma üzerinde etkili olan fiziksel, psikolojik ve sosyal durumları da değerlendiren bir terimdir.

Aile planlaması temel insan haklarından biri olup, bireylerin sağlığı için gereklidir. Aile planlaması hizmetlerinden yeterince yararlanamamak, her yıl binlerce anne ve bebeğin ölümüne neden olmaktadır. Bu ölümlere uç yaşlarda gebe kalmak (çok genç veya ileri), çok fazla sayıda ve çok sık aralarla doğumlar neden olmaktadır. Anne ve çocuk ölümleri başarılı bir şekilde uygulanan aile planlaması programları ile %30-40 oranında azaltılabilmektedir. Dünya Sağlık Örgütü'nün 2017 tahminlerinde, gelişmekte olan ülkelerde üreme çağındaki 214 milyon kadının karşılanmamış aile planlaması ihtiyacı olduğu belirtilmiştir. Bu durum aile plan-

<sup>1</sup> Dr. Öğr. Üyesi, Atatürk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ebelik AD., pinarsaf@gmail.com

## POSPARTUM DÖNEMDE AİLE PLANLAMASI HİZMETLERİNDE EBE VE HEMŞİRELERİN ROL VE SORUMLULUKLARI

Sağlık profesyonelleri doğum sonu dönemde aile planlaması konusunda ebeveynleri destekler ve bu konuda bilgi ve uzmanlığa sahiptirler. Sağlık profesyonelleri, multidisipliner bir yaklaşım ile kadının uygun aile planlaması yöntemini seçip doğru kullanmasına yardımcı olurlar. Özellikle hemşire ve ebeler aile planlaması, aile planlaması yöntemleri ve etkili aile planlaması yöntemleri konularında danışmanlık ve eğitim vererek istenmeyen gebeliğin önlenmesinde kilit rol oynarlar. Aile planlamasını isteyen çiftlerin değerlendirilmesinde, hemşire ve ebeler tarafından kadının menstrüel, obstetrik, jinekolojik ve kontraseptif öyküsü alınmalıdır. Fizik muayenesi ve gerekli durumlarda laboratuvar testleri de değerlendirilmelidir. Ayrıca coitus sıklığı, cinsel partner sayısı, aile planlaması yöntem seçimini etkileyen dini ve kültürel özellikler ve çiftlere ait cinsel mit öyküsü de değerlendirilmelidir.

Pospartum dönemde ki kadınlara aile planlaması hakkında danışmanlık yapmak önemlidir. Bu dönemde emzirmenin yumurtlamayı geciktirmede güvenilir olmadığı kadınlara söylenmeli ve tüm kadınlara doğumdan sonra cinsel ilişkiye devam etmeden önce aile planlaması konusunda bilgi vermelidir. Ayrıca güvenli cinsel ilişki, postpartum döneme uygun aile planlaması yöntemleri ve gebelik aralıkları hakkında da bilgi verilmelidir.

### KAYNAKLAR

1. Açıl D. Aile planlaması danışmanlığı Ayşe Ç, Zeynep Ö(editör). Doğurganlığın Düzenlenmesi İçinde. Ankara: Vize Yayıncılık;2021. S:19-32.
2. Bagness C, Patricia Lindsay P. Midwife and Public Health. Peate J, Hamilton C (eds.) The Student's Guide to Becoming a Midwife içinde. John Wiley & Sons, Ltd; 2014.p.222-223.
3. Bal M.D. Doğurganlığın Düzenlenmesi. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık; 2021.s: 1-295.
4. Ekşi Z. Doğum Sonu Dönem. Özkan H.A (ed.) Hemşirelik ve Ebelik İçin Kadın Sağlığı ve Hastalıkları içinde. Ankara: Akademişyen Kitabevi; 2019.p.493-531.
5. Freshwater D. Counselling skills for nurses, midwives and health visitors. Philadelphia, USA: Open Universty Press; 2003.
6. ICM. Essential Competencies for Midwifery Practice 2018 Update. 22/02/2022 tarihinde <https://www.internationalmidwives.org/assets/files/general-files/2019/03/icm-competencies-enscreens.pdf> adresinden ulaşılmıştır.
7. Işık G, Öktem Özalp, Öktem M. Williams Obstetrik (Bülent Tıraş, Yiğit Çakıroğlu, Çev. Ed.). Ankara: Ayrıntı Basım ve Yayın Matbacılık; 2020.

8. Kantorová V, Wheldon MC, Ueffing P et al. Estimating progress towards meeting women's contraceptive needs in 185 countries: A Bayesian hierarchical modelling study. *PLoS medicine*. 2020;17(2): e1003026.
9. Lopez LM, Grey TW, Chen M, Hiller JE. Strategies for improving postpartum contraceptive use: evidence from non-randomized studies. *Cochrane Database of Systematic Reviews* 2014, Issue 11. Art. No.: CD011298. DOI: 10.1002/14651858.CD011298.pub2.
10. Madden T et al. Structured contraceptive counseling provided by the Contraceptive CHOICE Project. *Contraception*. 2013; 88.(2): 243-249.
11. Mancuson P. İnfertility, Contraception and Abortion. D.Leonard Lowdermilk, Perry SE, Hockenberry MJ, Wilson D (eds.) *Maternal Child Nursing Care* içinde. Canada: Elsevier; 2014.p.119-135.
12. Özkan SA, Doğurganlığın Düzenlenmesi Hizmetlerinde Danışmanlık. Meltem DB (editör). *Doğurganlığın Düzenlenmesi* içinde. Ankara: Nobel Yayıncılık; 2021. s: 19-29.
13. Rinehart W, Rudy S, Drennan M. GATHER guide to counseling. *Popul Rep J* 1998;48:1-1.
14. Siregar PA et al. The Role Of Midwives And Participation Of Postpartum Mothers In Postpartum Family Planning. *Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Tradisional*. 2021;6(2):145-156.
15. Sönmez MO, Turan Z. Üreme Sağlığı ve Aile Planlaması. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık; 2021.s:3-474.
16. T.C Sağlık Bakanlığı Ana Çocuk Sağlığı ve Aile Planlaması Genel Müdürlüğü. *Aile Planlaması Katılımcı Kitabı*. Ankara: 2009.
17. Taşkın L. *Doğum ve Kadın Sağlığı Hemşireliği*. Ankara: Akademisyen Tıp Kitabevi; 2021.
18. Teal SB. *Postpartum Contraception*. Shoupe D(ed.) *Contraception* içinde. Blackwell Publishing Ltd; 2011.p.149-157.
19. WHO. Raising The İmportance of Postnatal Care. 2022. 08/02/2022 tarihinde <http://www.who.int/activities/raising-the-importance-of-postnatal-care> adresinden ulaşılmıştır.
20. WHO. *Contraception*. 2022.20/02/2022 tarihinde [http://www.who.int/health-topics/contraception#tab=tab\\_1](http://www.who.int/health-topics/contraception#tab=tab_1) adresinden ulaşılmıştır.
21. World Health Organization Department of Reproductive Health and Research and John Hopkins Bloomberg School of Public Health/ Center for Communication Programs, Knowledge for Health Project. *Family Planning: A Global Handbook for Providers*. Baltimore and Geneva: WHO 2018 <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/260156/9780999203705-eng.pdf>