

# BÖLÜM 5

## DOĞUM AĞRISININ YÖNETİMİNDE UYGULANAN NONFARMAKOLOJİK YÖNTEMLER

Birgül EKİCİ<sup>1</sup>

Esra SABANCI BARANSEL<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Ebe, İnönü Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ebelik AD., birgulekici44@gmail.com

<sup>2</sup> Dr. Öğr. Üyesi, İnönü Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ebelik AD.

### İÇİNDEKİLER

- Doğum Ağrısı
- Doğumda Kullanılan Nonfarmakolojik Yöntemler
  - Hipnoz
  - Akupunktur
  - Akupressure
  - Müzik
  - Yoga
  - Dokunma ve Masaj
  - Rebozo Tekniği
  - İntradermal Steril Su Enjeksiyonu
  - Transkütanöz Elektriksel Sinir Stimülasyonu
  - Hidroterapi
  - Yüzeysel Soğuk-Sıcak Uygulama
  - Doğum Öncesi Eğitim
- Doğumda Kullanılan Nonfarmakolojik Yöntemlerde Ebeğin Rolü

### ÖĞRENİM HEDEFLERİ

- Doğum eyleminde ağrının önemini tanımlayabilme
- Doğum eyleminde ağrı ile baş etmede nonfarmakolojik yöntemlerin önemini tanımlayabilme
- Doğumda kullanılan nonfarmakolojik yöntemleri sayabilme
- Doğumda kullanılan nonfarmakolojik yöntemlerin etkinliğini tanımlayabilme
- Gebeye uygun nonfarmakolojik yöntem hakkında bilgi verici olabilme

## KAYNAKLAR

*Akademisyen Yayınevi Görsel Arşivi*

- Abiç, A. (2021). *Menopoz dönemindeki kadınlara uygulanan yoga eğitiminin menopoz semptomlarına etkisi* [Doktora Tezi]. Mersin Üniversitesi.
- Cohen, S. R., & Thomas, C. R. (2015). Rebozo technique for fetal malposition in labor. *Journal of Midwifery & Women's Health*, 60(4), 445-451.
- Çalık, K. Y., & Kömürçü, N. (2014). SP6 noktasına akupresür uygulanan gebelerin doğum eylemine ve akupresür uygulamasına ilişkin görüşleri. *Clinical and Experimental Health Sciences*, 4(1), 29-37.
- Ganji J, Shirvani MA, Rezaei-Abhari F. et. al. (2013). The effect of intermittent local heat and cold on labor pain and child birth outcome. *Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research*, 18:298-303.
- Gönenç, İ., Terzioğlu, F. (2012). Doğum Ağrısının Yönetiminde Kullanılan Masaj ve Akupresürün Gebelerin Anksiyete Düzeyine Etkisi. *Ankara Sağlık Bilimleri Dergisi*, 1(3), 129-143.
- Güney, E. (2020). *Sırt masajının sezaryen sonrası ağrı ve konfora etkisi* [Doktora Tezi]. İnönü Üniversitesi.
- Hsu, Y. C., Liang, I. T., Huang, S. Y., Wang, H. S., Soong, Y. K., & Chang, C. L. (2017). Transcutaneous electrical acupoint stimulation (TEAS) treatment improves pregnancy rate and implantation rate in patients with implantation failure. *Taiwanese Journal of Obstetrics and Gynecology*, 56(5), 672-676.
- Karaçam, Z., Akyüz, E. Ö., & Akyüz, E. (2011). Doğum eyleminde verilen destekleyici bakım ve ebe/hemşirenin rolü. *Florence Nightingale Journal of Nursing*, 19(1), 45-53.
- Karaman, S., & Göker, N. (2015). *Ağrısız Doğum*. Ege Üniversitesi Tıp Fakültesi Halk Kitapları Sağlık Serisi- DOI: 978-605-338-106-8
- Perez, P. (2014). *The magic of rebozo use in perinatal care, the nurturing touch at birth a labor support handbook*. Third Edition Revised and Enlarged, 131-134.
- Rathfisch, G. (2018). *Doğal doğum felsefesi*. İstanbul: Nobel Tıp Kitabevi.
- Salcan, H. (2012). *Epidural analjezi teknikleri ve transkutanöz elektriksel sinir stimülasyonu (TENS) uygulamalarının doğum analjezisi üzerine etkilerinin karşılaştırılması* [Tıpta Uzmanlık Tezi]. Afyon Kocatepe Üniversitesi.
- Simkin, P., & Bolding, A. (2004). Update on nonpharmacologic approaches to relieve labor pain and prevent suffering. *Journal of Midwifery & Women's Health*, 49(6), 489-504.
- Stevens, J., Dahlen, H., Peters, K., & Jackson, D. (2011). Midwives' and doulas' perspectives of the role of the doula in Australia: A qualitative study. *Midwifery*, 27(4), 509-516.
- Türkmen, H. (2017). *Masaj ve sıcak uygulamanın doğum ağrısı ve konfora etkisi* [Doktora Tezi]. Ege Üniversitesi.
- Yılar, Z. (2014). Doğum eyleminde bel ağrısının hafifletilmesinde intradermal steril su enjeksiyonu. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 17(3), 179-186.