

# BÖLÜM 4



## Doğum Öncesi ve Sonrası Evde Bakım Uygulamaları

Fadime ÖZTAN<sup>1</sup>

### A.DOĞUM ÖNCESİ EVDE BAKIM UYGULAMALARI

#### GİRİŞ

Doğum öncesi bakımın amaçları arasında, gebelikte yaşanacak değişiklikleri takip etmek, oluşabilecek sorunları ve riskli durumları erken tanımak, gebelik süresince kadının yaşam kalitesinin artmasını sağlamak yer almaktadır. Sağlık profesyonelleri tarafından gebelik döneminde annenin ihtiyaçlarının karşılanması, gebelikte yaşayabilecekleri rahatsızlıklar ile baş etme yöntemlerinin öğretilmesi ve gebelikte ilgili tehlike belirtileri oluştuğunda ne yapmaları gerektiği konusunda açıklama yapılmalıdır (1).

Ülkemizde gebelik süresince tüm gebelere standart bir hizmetin verilmesi için Sağlık Bakanlığı tarafından Doğum Öncesi Bakım İzlem protokolü oluşturuldu. Bu protokole göre herhangi bir risk faktörü bulunmayan gebeler için en az 4 kez nitelikli doğum öncesi gebelik izlemlerinin yapılması gerekmektedir. Doğum öncesi izlem zamanları tablo 1'de yer almaktadır (2). Sağlık personeli tarafından gebelerin risk durumu belirlenerek izlem aralığı, sayısı ve kapsamı planlanmalıdır (3).

1 Öğr. Gör. Dr., Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Söke Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu, fkirlek@adu.edu.tr



**Tablo 5. Emzirme Durumuna Göre Doğum Sonu Dönemde Kullanılabilecek Kontraseptif Yöntemler**

Doğum Sonu Kontrasepsiyon		
Kontraseptif Yöntemler	Emzirmeyen Anne	Emziren Anne
Kondom (Kadın/erkek)	+	+
Sadece progesteron içeren hormonal yöntemler Üç aylık enjeksiyon Deri altı implantı	Doğumdan 3-4 hafta sonra	Doğumdan 6 hafta sonra
Estrojen ve progesteron içeren hormonal yöntemler Kombine Oral Kontraseptif (KOK) Aylık enjeksiyon	Doğumdan 3-4 hafta sonra	Doğumdan 6 ay sonra
Rahim İçi Araç (RİA)	Doğum sonu ilk 10 dakika içinde (doğumhanede) Doğum sonu ilk 48 saat içinde Normal doğumdan 6 hafta sonra Sezaryen doğumdan 8 hafta sonra	
Tüpligasyon	Doğumdan hemen sonra ya da ilk 72 saat içinde Doğum sonu 6 haftadan sonra	

## KAYNAKLAR

- Doğan Pekince, G., Ertem, G. (2016). Doğum Öncesi Bakım. Sevil, Ü., Ertem, G (Ed.), *Perinatoloji ve Bakım* içinde (s.127-168). Ankara: Nobel Tıp Kitabevi
- T.C. Sağlık Bakanlığı Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü. (2018). Doğum Öncesi Bakım Yönetim Rehberi. Yayın No: 925. Ankara: Sistem Ofset Basın ve yayıncılık
- Dinç, A. (2021). Doğum Öncesi Bakım ve Ebenin Rolü. Yeşilçiçek Çalık, K., Coşar Çetin, F (Ed.), *Ebeler ve Ebelik Öğrencileri İçin Doğum Öncesi Dönem-II* içinde (s.1-18). Ankara: Nobel Tıp Kitabevi
- Güler B, Bilgiç D, Okumuş H, ve ark. Gebelikte beslenme desteğine ilişkin güncel rehberlerin incelenmesi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Elektronik Dergisi*, 2019; 12(2), 143-151.
- T.C. Sağlık Bakanlığı Türkiye Halk Sağlığı Kurumu. (2016). *Türkiye beslenme rehberi TÜBER 2015*. T.C. Sağlık Bakanlığı Yayın No:1031. Ankara
- Eroğlu Samur, G. (2012). *Gebelik ve emzicilik döneminde beslenme*. (İkinci baskı). Sağlık Bakanlığı Yayın No: 726. Ankara: Reklam Kurdu
- Türk Jinekoloji ve Obstetrik Derneği (2017). FIGO Adolesan, Gebelik öncesi ve Maternal Beslenme Önerileri: "Önce Beslenmeyi Düşün". (19/09/2022 tarihinde <https://www.tjod.org/wp-content/uploads/2017/11/FiGO-Adolesan-Gebelik-%C3%B6ncesi-ve-maternal-Beslenme-onerileri.pdf> adresinden ulaşılmıştır).
- Mete, S. (2008). Doğum Öncesi Bakım. Şirin, A., Kavlak, O (Ed.), *Kadın Sağlığı* içinde (s.489-500). İstanbul: Bedray Basın Yayıncılık
- Şimşek H, Karaağaç Y, Tunçer E, ve ark. Gebelikte folik asit, B12 vitamini, D vitamini ve iyot destekleri kullanmak gerekli midir? Olası riskler. *Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 2021; 16(3), 439-447.
- Antony AC. In utero physiology: role of folic acid in nutrient delivery and fetal development. *The American Journal of Clinical Nutrition*, 2007; 85(2), 598-60. Doi: 10.1093/ajcn/85.2.598S.



- 11- Kömürcü, N., Doğan Merih, Y. (2012). Doğum  ncesi Dönem. CoŐkun, AM (Ed.) *Kadın Sağlığı ve Hastalıkları HemŐireliđi El Kitabı* içinde (s. 131-166). İstanbul: Koç Üniversitesi Yayınları
- 12- ACOG. Physical activity and exercise during pregnancy and the postpartum period. *Obstetrics&Gynecology*, 2020; 135(4), 178-188.
13. Kublay, G., Terzioğlu, F., Karatay, G. (2008). *Gebelik ve Sigara*. Ankara: Klasmat Matbaacılık
14. Kırlek, F.,  zt rk Can, H. (2016). Postpartum Dönem. Sevil,  ., Ertem, G (Ed.), *Perinatoloji ve Bakım* içinde (s.409-496). Ankara: Nobel Tıp Kitabevleri
15. Kaplan, S. (2020). Postpartum Bakım. G rhan, N., Yaman Sözbir, Ő., Polat,   (Ed.), *Hemşirelik Alanında Kullanılan Kavram Beceri ve Modeller* içinde (s.545-552). Ankara: Nobel Tıp Kitabevleri
16. Ladewig, P.A.W., London, M.L., Davidson, M.R. (2006). *Contemporary maternal-newborn nursing care* (6.<sup>th</sup> edit). New Jersey: Copyright by Pearson Education, Inc, Upper Saddle River,
17. Ricci, S.S. (2007). *Essentials of maternity, newborn and women's health nursing*. Philadelphia: Copyright by Lippincott Williams&Wilkins
18. Yıldız, H. (2010). Doğum Sonu Dönem ve Adaptasyon. Kömürcü, N (Ed.), *Perinatoloji HemŐireliđi* içinde (s.365-385). İstanbul: İstanbul Sağlık Müdürlüğü Yayın No:767
19. T.C. Sağlık Bakanlığı Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü. (2018). *Doğum Sonu Bakım Yönetim Rehberi*. Ankara: Sistem Ofset
20. World Health Organization. (2022). *WHO recommendations on maternal and newborn care for a positive postnatal experience*. Geneva: Green Ink Publishing Services
21. TaŐkın, L. (2012). *Doğum ve kadın sağlığı hemŐireliđi*. (XI. baskı). Ankara: Sistem Ofset Matbaacılık
22. James, D.C. (2007). Postpartum Care. In: Simpson, K.R., Creehan, P.A (Ed.), *AWHONN's Perinatal Nursing* içinde (3.<sup>th</sup> ed., pp. 473-526). London: Lippincott Williams&Wilkins
23. Karaçam, Z. (2008). Normal Postpartum Dönemin Fizyolojisi ve Bakımı. Şirin, A., Kavlak, O (Ed.) *Kadın Sağlığı* içinde (Birinci baskı, s.707-758). İstanbul: Bedray Basın Yayıncılık Ltd. Őti
24. GökŐin, E. (2008). Puerperium. Ayhan, A., Durukan, T., Günalp, S., G rgan, T., Önderoğlu, L.S., Yaralı, H., Yüce, K (Ed.), *Temel Kadın Hastalıkları ve Doğum Bilgisi* içinde (İkinci baskı, s.233-238). Ankara: GüneŐ Tıp Kitabevleri
25. KuŐcu, E. (2010). Normal Doğum Eylemi, Doğum, Yenidoğan Bakımı ve Puerperium. Ayhan, A., TaŐkıran,  ., Dursun, P (ed.), *Danforth's Obstetrik ve Jinekoloji* içinde (Onuncu baskı, s.22-41). Ankara: GüneŐ Kitabevi
26. Urbano, F.L. Homans' sign in the diagnosis of deep venous thrombosis. *Hospital Physician*, 2001; 22-24.
27.  ıtak Bilgin, N. (2010). Doğum Sonu Eğitim. Kömürcü, N (Ed.), *Perinatoloji HemŐireliđi* içinde (s.480-487). İstanbul: İstanbul Sağlık Müdürlüğü Yayın No:767
28. T.C. Sağlık Bakanlığı Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü. (2018). *Emzirme danıŐmanlıđı uygulayıcı kitabı*. Ankara: BaŐak Matbaacılık ve Tan. Hiz. Ltd. Őti
29. World Health Organization. (2017). Guideline: protecting, promoting and supporting breastfeeding in facilities providing maternity and newborn services. Geneva.
30. CoŐkun, A., Aslan, E. (2012). Doğum Sonu Dönem. CoŐkun, A.M (Ed.), *Kadın Sağlığı ve Hastalıkları HemŐireliđi El Kitabı* içinde (s. 237-292). İstanbul: Koç Üniversitesi Yayınları
31. T.C. Milli Eğitim Bakanlığı (2016). Doğum sonrası dönemde anne bakımı. (24.09.2022 tarihinde [http://www.megep.meb.gov.tr/mte\\_program\\_modul/moduller/Do%C4%9Fum%20Sonras%C4%B1%20D%C3%B6nemde%20Anne%20Bak%C4%B1m%C4%B1.pdf](http://www.megep.meb.gov.tr/mte_program_modul/moduller/Do%C4%9Fum%20Sonras%C4%B1%20D%C3%B6nemde%20Anne%20Bak%C4%B1m%C4%B1.pdf) adresinden ulaşılmıştır).
32. Koç, E., Oskay,  mran. Postpartum dönemde cinsellik ve danıŐmanlık. *Kadın Sağlığı HemŐireliđi Dergisi*, 2015; 2(1), 15-26.