

# BÖLÜM 17

## PERİNATAL DÖNEMDE CİNSELLİK

Neslihan ERDEM<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Elazığ Toplum Sağlığı Merkezi

### BAŞLIKLAR

- |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• CİNSELLİK VE CİNSEL SAĞLIK</li><li>• Perinatal Dönem ve Cinsellik</li><li>• Gebelikte Cinsellik</li><li>• Gebelikte Cinsel İşlev Siklusundaki Değişiklikler ve Nedenleri</li><li>• Gebelikte Cinselliği Etkileyen Faktörler</li><li>• Gebelikte Cinselliğin Sakıncalı Olduğu Durumlar ve Ebelik Yaklaşımları</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Postpartum Dönemde Cinsellik</li><li>• Doğum Şekli, Perineal Travma ve Epizyotominin Cinselliğe Etkisi</li><li>• Emzirmenin Cinselliğe Etkisi</li><li>• Postpartum Dönemdeki Ruhsal Sorunların Cinselliğe Etkisi</li><li>• Ebelik Yaklaşımları</li></ul> |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

### Öğrenim Hedefleri

- Cinsellik ve cinsel sağlık kavramını tanımlayabilme
- Gebelikte cinsellik ile ilgili kavramları açıklayabilme
- Gebelikte cinsel işlev sikluslarını ve meydana gelen değişiklikleri açıklayabilme
- Gebelikte cinselliğin sakıncalı olduğu durumları kavrayabilme
- Gebelikte cinsellikle ilgili ebelik yaklaşımlarının önemini kavrayabilme
- Postpartum dönemde cinsellik ve etkileyen durumları açıklayabilme
- Postpartum dönemde ruhsal bozuklukların cinselliğe etkisini açıklayabilme ve ebelik yaklaşımlarının önemini kavrayabilme

- Cinsel ilişki esnasında ağrı yaşayan kadınlara rahatlama teknikleri, gevşeme egzersizleri öğretilmeli, kayganlaştırıcı jel kullanabileceği ve ilişki öncesi ön sevişmenin uzatılması ve kegel egzersizlerinin ağrıyı azaltacağı anlatılmalı,
- Kadınlara cinsel istek ve uyarıyı arttırmayı sağlayan mastürbasyonu yapabileceği ve mastürbasyonun da kötü bir şey olmadığı anlatılmalı,
- Eşlerinde cinsel ilişki ile ilgili aklına takılan, merak ettikleri konularda soru sorabilecekleri hatırlatılmalı ve bunu ifade ederken de uygun dil kullanılmalı,
- Konu hakkında rahat konuşamayan çiftlere cinsel ilişki ve cinsel aktiviteleri içeren bunlar hakkında bilgi veren broşür ve kitapçık verilmelidir

### Çalışma Soruları

1. Gebelikte cinselliği etkileyen faktörler nelerdir?
2. Gebelikte cinsel yaşamdaki değişiklikleri açıklayınız
3. Gebelikte cinselliğin sakıncalı olduğu durumlar ve ebelik yaklaşımlarını açıklayınız.
4. Doğum sonu emzirmenin cinselliğe etkisini açıklayınız.
5. Doğum sonu cinselliğin sürdürülebilmesi için verilecek ebelik yaklaşımları nelerdir?

### Gebelik ve Postpartum Döneme İlişkin Ebelik Tanıları

Benlik saygısında düşüklük;  
-Gebelik ve doğumdan sonra vücudunda meydana gelen değişikliklerden dolayı eşi ile cinsel konularda yetersizlik duygusu ile ilgili

Cinsel ilişki sırasında ağrı;  
-Doğum anında meydana gelen perineal travma ve epizyotominin olması ile ilgili

Korku;  
-Bebeğe zarar vereceği ve doğumu başlatacağı düşüncesine bağlı

Cinsel İsteksizlik;  
-Gebeliğin birinci trimesterindeki ambivalan duygular, bulantı-kusma, üçüncü trimesterinde karnın büyümesi ile ilgili  
-Doğum sonu emzirme ve bebeğin sürekli uyanması ile ilgili

Bilgi eksikliği;  
-Gebelikte ve doğum sonu cinsel yaşam hakkında bilgi eksikliğinin olması

## KAYNAKLAR

- Anzaku, A. S., Ngozi, O. F., Dabu, B. A., & Edet, E. B. (2015). Frequency, Perceptions and Complications Of Sexual Activity During Pregnancy Among a Group Of Nigerian Women.
- Beydağ, K. D. (2007). Doğum Sonu Dönemde Anneliğe Uyum Ve Hemşirenin Rolü. Tsk Koruyucu Hekimlik Bülteni, 6(6), 479-484.
- Gałażka, I., Drosdzol-Cop, A., Naworska, B., Czajkowska, M., & Skrzypulec-Plinta, V. (2015). Changes In The Sexual Function During Pregnancy. The Journal Of Sexual Medicine, 12(2), 445-454. <https://doi.org/10.1111/jsm.12747>

- Karaçam, Z. (2008). Epizyotominin Doğum Sonrası Dönemde Cinsel Fonksiyona Etkisi. *Hemşirelikte Araştırma Geliştirme Dergisi*, 10(1), 38-46.
- Karakoyunlu, F., & Öncel, S. (2009). Cinsel Fonksiyon Bozukluklarında Kadına Ait Hemşirelik Bakım Süreci Örneği. *Anadolu Hemşirelik Ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 12(3), 82-92.
- Koç, E., & Oskay, Ü. (2015). Postpartum Dönemde Cinsellik Ve Danışmanlık. *Kashed*, 2(1), 15-26.
- Koyun, A. (2012). Gebelikte Cinsel Fonksiyonların Değerlendirilmesi. *Acıbadem Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, (3), 170-175.
- Liu, H. L., Hsu, P., & Chen, K. H. (2013). Sexual Activity During Pregnancy İn Taiwan: A Qualitative Study. *Sexual Medicine*, 1(2), 54-61. <https://doi.org/10.1002/sm2.13>
- Lurie, S., Aizenberg, M., Sulema, V., Boaz, M., Kovo, M., Golan, A., & Sadan, O. (2013). Sexual Function After Childbirth By The Mode Of Delivery: A Prospective Study. *Archives Of Gynecology And Obstetrics*, 288(4), 785-792.
- Mcbride, H. L., Olson, S., Kwee, J., Klein, C., & Smith, K. (2017). Women's Postpartum Sexual Health Program: A Collaborative And Integrated Approach To Restoring Sexual Health İn The Postpartum Period. *Journal Of Sex & Marital Therapy*, 43(2), 147-158. <https://doi.org/10.1080/0092623X.2016.1141818>
- Mcdaniel, M. L. (2007). Sexuality İn Pregnancy. *The Female Patient*, 32(8), 35-40.
- Nakić Radoš, S., Soljačić Vraneš, H., & Šunjić, M. (2015). Sexuality During Pregnancy: What İs İmportant For Sexual Satisfaction İn Expectant Fathers?. *Journal Of Sex & Marital Therapy*, 41(3), 282-293. <https://doi.org/10.1080/0092623X.2014.889054>
- ÖC, G. (2007). Gebelik Döneminde Cinsellik Nasıl Etkileniyor. *Androloji Bülteni*, 28, 80-85.
- Paterson, A. K. L. L. Q., & Gorzalka, B. B. (2003). Breastfeeding And Postpartum Maternal Sexual Functioning: A Review. *The Canadian Journal Of Human Sexuality*, 12, 3-4.
- Petok, W. D. (2016). Female Sexual Dysfunction: Impact Of The Life Cycle (Pregnancy, Children, And Aging). In *Management Of Sexual Dysfunction İn Men And Women* (Pp. 343-348). Springer, New York, Ny.
- Polomeno, V. (2000). Sex And Pregnancy: A Perinatal Educator's Guide. *The Journal Of Perinatal Education*, 9(4), 15-27. <https://doi.org/10.1624/105812400X87879>
- Rathore, A. M., & Rani, R. (2014). Sexual Behavior. A Practical Guide To First Trimester Of Pregnancy, 225
- Rowland, M., Foxcroft, L., Hopman, W. M., & Patel, R. (2005). Breastfeeding And Sexuality İmmediately Post Partum. *Canadian Family Physician*, 51(10), 1366-1367.
- Sadi, Z. B., & Hilmiye, A. K. S. U. Gebelikte Eşlerin Cinsel Yaşamı ve Etkileyen Etmenlerin İncelenmesi. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 19(2).
- Sayasneh, A., & Pandeva, I. (2010). Postpartum Sexual Dysfunction: A Literature Review Of Risk Factors And Role Of Mode Of Delivery. *Bjmp*, 3(2), 316.
- Sisti, G., Flavia, S., & Massimiliano, F. (2013). Inherent Dangers İn Orogenital Sex During Pregnancy. *Journal Of Basic And Clinical Reproductive Sciences*, 2(1), 3-5. DOI: 10.4103/2278-960X.112570
- Sossah, L. (2014). Sexual Behavior During Pregnancy: A Descriptive Correlational Study Among Pregnant Women. *European Journal Of Research İn Medical Sciences Vol*, 2(1), 16-27.
- Taşkın, L. (2020). Doğum Ve Kadın Sağlığı Hemşireliği, 16 Baskı. Akademisyen Tıp Kitabevi, Ankara, 461-494.
- World Health Organization. (2010). *Developing Sexual Health Programmes: A Framework For Action* (No. Who/Rhr/Hrp/10.22). World Health Organization.
- Zakšek, T. Š. (2015). Sexual Activity During Pregnancy İn Childbirth And After Childbirth. *Sexology İn Midwifery*, 87.