



GAZİOSMANPAŞA İLÇESİ ÜREME SAĞLIĞI PROJESİ

GEBELİK ve DOĞUM FİZYOLOJİSİ



Doğum öncesi, doğum ve doğum sonrası bakımın önemi

Cinsel birleşmeyi takiben 300 milyon kadar erkek üreme hücresi meni sıvısı ile beraber vajinaya boşalır burdan rahim ağzı, rahim, ve tüplere doğru kendi harekelleri ile ilerler. 1-2 saat içerisinde tüplere ulaşan erkek üreme hücresi kadın üreme hücresi ile birleşerek fertilitasyon olarak adlandıranın döllenme olayını gerçekleştirir ve 7 günlük bir süre zarfında rahime gelerek buraya yerlesir. Fetus buradaki gelişimini doğum'a kadar sürdürür. Normal gebelik süresi 40 haftadır buda 280 gün veya 9 ay 10 günlük bir süredir. Gebelik süresi son görülen adetin ilk gününden itibaren başlar.

Gebelikte hissedilen belirtiler ve bulgular:

- ✓ Beklenen adetin başlamaması
- ✓ Bulantı ve nadiren kusma
- ✓ Yorgunluk, uykuya eğilm, baş dönmesi
- ✓ Sık idrara çıkma
- ✓ Memelerde dolgunluk, hassasiyet, meme ucunda koyulaşma, meme başında kanıçalanma hissi
- ✓ Deride renk değişiklikleri,kann bölgесine ortalaya çıkan çallaklar
- ✓ Karmın alt kısmında dolgunluk, şişkinlik ve bazen hassasiyet
- ✓ Çocuğun hareketlerinin algılanması

Bu belirtiler gebelik oluşumu ile salgılanmaya başlayan gebelik hormonlarının ve salgılanma miktar arfan kadınlık hormonlarının (östrojen ve progesteronun) etkisi ile meydana gelir

Doğum

Rahim kasılmalarının başlamasına bağlı olarak rahim ağzının incelerek açılması ile gebelik ürünlerinin vajina yoluyla alınmasıdır. Normal doğum 3 dönemden oluşur.

1.Dönem:

Doğum eyleminin başlamasından rahim ağzının tam olarak açılmasına kadar geçen süredir. Bu dönemde rahim ağzının açılması, incelmesi ve bebek başının inmesi izlenir.

2.Dönem:

Rahim ağzının tam olarak açılmasından (10 cm), bebeğin doğumunun gerçekleşmesine kadar geçen süredir.

3.Dönem:

Bebeğin doğumundan eşin (plesenta) alınmasına kadar geçen süredir.

Bu dönemde anne için risk teşkil eden temel konular şunlardır:

- ✓ Doğum sonrası kanama
- ✓ Eşin (plesenta) artıklarının kalması
- ✓ Rahmin ters dönmesi

Doğumu takip eden ilk iki saat kritik önem taşır. Bu süreye "doğum eyleminin **"dördüncü dönem"**" denmektedir. Doğum sonrası kanama en çok bu süreçle gelişmekte olup sağlık kuruluşuna ulaşımının güç olduğu yerlerde anne ölümlerine neden olabilmektedir. Doğum sonrası kanama Türkiye'de anne ölümlerinin en sık görülen nedenlerinden biridir.

Bebeğin başının pelvise yerleşmesi ilk gebeliklerde, doğumdan 2 hafta önce gerçekleşir. Birden fazla doğum yapmış kadınlarla ise doğum eylemi başlangıcına kadar yerleşme gerçekleşmez. Bebeğin başının inmesi ile birlikle gebeliğin son döneminde kamın üst kısmında artmış basıncı bağlı olarak ortaya çıkan mide yanması, nefes darlığı gibi belirtiler azalırken, all kann ağruları ve idrara gilme sıklığında arılış ortaya çıkar. Gebeliğin son 4-8 haftasında düzensiz, ağınsız rahim kasılmaları başlar ve giderek sıklığı artar. Doğumun başlamasından 4-8 hafta önce rahim ağızı yumuşamaya ve açılmaya başlar. Bu değişiklikler birden fazla doğum yapmış kadınlarla daha belirgin iken, ilk doğumlarını yapan kadınlarında rahim ağızı sert ve kapalıdır. Rahim ağızının incelmesi ile birlikte rahim ağızı kanalını tıkanan mukus tıkaç artır. Bu kanla karışık olan mukusun atılması doğumun başlangıcına işaret eder ve halk arasında nişan gelmesi olarak adlandırılır. Gerçek doğum eyleminden kasılmalar düzenli aralıklarla gelir, kasılmaların şiddeti ve sıklığı giderek artar, rahim ağızının açılması ile başlar.

Her kadının güvenli bir gebelik ve doğum hakkı vardır. Dünyada her yıl 500 000 den daha fazla sayıda anne gebelik ve doğum sırasındaki sağlık sorunları nedeniyle hayalini kaybetmektedir. Gebelik sağlık sorunlarına bağlı anne ölümlerinin büyük kısmı önlenebilir ölümlerdir.

Doğum öncesi bakımın gebeliğin erken döneminde başlıtlararak düzenli olarak sürdürülmesi:

- ✓ Annenin sajılıklı bir gebelik geçirmesini,
- ✓ Sajılıklı bebeklerin doğmasını,
- ✓ Annedede gebelikten önce var olan hastalıkları saptayarak gebelikte ortaya çıkabilecek hastalıkları erken tanı ve tedavisini,
- ✓ Riskli gebelikleri saptanmasını,
- ✓ Anne kamindaki bebeğin gelişiminin izlenmesini,
- ✓ Anneyi tetanoza karşı bağıskık kırmayı,
- ✓ Doğumun nerede nasıl ve kim tarafından yapılacağına karar verilmesini,
- ✓ Annenin beslenme, gebelik hijyenî, doğum, doğum sonu bakım bebek bakımı, doğum sonrası kullanabileceği alıcı planlaması yöntemleri hakkında bilgilendirmesini sağlar.

Bilinçli bir anne adayı olarak ilk sağlık kontrolünüzü gebe olduğunuzu öğrenir öğrenmez hemen yapının, sonraki sağlık kontrollerinizi aksalmadan

- ✓ 32. haftaya kadar ayda bir
- ✓ 32-36 haftalar arası 15 gündे bir
- ✓ 36. haftadan doğuma kadar doktorunuzun uygun göreceği sıkılıkla devam ederek gebelik boyunca kendinizi ve bebeğinizi sağlıklı bir doğum ve geleceğe hazırlayın.



KENDİNİZ VE AİLENİZ İÇİN BİZE DANIŞIN



ÜCRETSİZ
0800 231 20 16



**Üreme Sağlığı
Danışmanlık Merkezi**

Marmara Mts. 56. Cad. Ceph. 2 & Mez. no:
84/3. 3. 14. 10. 20. Dikmenler/İSTANBUL
Tel: 0312 497 04 25 - Fax: 0312 497 03 21

E-mail: merremerkezi@merremerkezi.net

www.uremesaglik.com.tr



Gaziosmanpaşa İlçesi Üreme Sağlığı Projesi, Avrupa Birliği tarafından finanse edilen T.C. Sağlık Bakanlığı Türkiye Üreme Sağlığı Programı kapsamında, Uluslararası Mavi Hilal İnsani Yardım ve Kalkınma Vakfı liderliğinde uygulanmaktadır.

Bu yayın Avrupa Birliği'nin mali katkısı ile hazırlanmıştır. Bu yayının içeriği sadece Uluslararası Mavi Hilal İnsani Yardım ve Kalkınma Vakfı sorumluluğu altında olup, hiçbir şekilde T.C. Sağlık Bakanlığı ile Avrupa Birliği'nin görüşlerini yansıtmaz.

www.tusp.saglik.gov.tr



Bu proje Ülkenizde Mavi Hilal İsmi
Tostan ve Kalkınma Vakfı Liderliğinde
yürütülmektedir.

Sıte: Marmara Mts. Cad. No:1/13 - Bursa - 12240
Tel: 0216 494 68 81 - Faks: 0 216 361 37 45
www.merremerkezi.net



Bu proje T.C. Sağlık Bakanlığı, Türkiye
Üreme Sağlığı Programı koordinatörü, T.C.
Sağlık Bakanlığı ofis-İşleri yürütmektedir.

T.C. Sağlık Bakanlığı

T.C. Sağlık Bakanlığı, Anı Çocuk Sağlığı ve Aile Planlaması
Genel Müdürlüğü, Şube: ANKARA
Tel: 0 312 421 48 31
Faks: 0 312 421 48 72
www.saglik.gov.tr



Bu proje Avrupa Birliği kurumlarından
finanse edilmektedir.

Avrupa Komisyonu Türkiye Delegasyonu

Ülker Marmara Cad. No:58 Dikmenler/İSTANBUL
Tel: 0 312 429 87 00 - Faks: 0312 449 91 76
www.ec.europa.eu/turkey/delegation/index_en.htm

Avrupa Komisyonu Türkiye Delegasyonu, 2004 yılından beri
Ülker Marmara Cad. No:58 Dikmenler/İSTANBUL
Tel: 0 312 429 87 00 - Faks: 0312 449 91 76
www.ec.europa.eu/turkey/delegation/index_en.htm



Bu proje Ülkenizde Mavi Hilal İsmi
Tostan ve Kalkınma Vakfı Liderliğinde
yürütülmektedir.

Marmara Mts. Cad. No:1/13 - Bursa - 12240
Ostim Mah. 1. Blok No: 78 İşyerleri - İSTANBUL
Tel: +0312 541 41 00 (0312 541 41 00)
Faks: +0312 541 41 00
www.gozkuresi.com.tr



Bu proje Anadolu Eİ Mavi Hilal Yıldızlar
ve Ülkeler İşbirliği yürütmektedir.

Anadolu Kalkınma İhale No: 78 İşyerleri - İSTANBUL
Tel: +0312 442 41 40 (0312 442 41 40)
Faks: +0312 442 41 40
www.anadoluyildizler.com.tr



Bu proje Ülkenizde Mavi Hilal İsmi
Tostan ve Kalkınma Vakfı Liderliğinde
yürütülmektedir.

Marmara Mts. Alipaşa Cad. 5. Bina: 6. Kat: 13
Kor. 5/44 Ostim Mah. 1. Blok No: 78
Tel: +0312 544 13 44
Faks: +0312 578 51 31

Avrupa Birliği 25 üye ülkenin oluşturduğu. Bu 25 farklı devlet geleceğinin biraraya gelmemesi kararlığına sahiptir. Bu ülkeler 40 yıl aranın bir süre içinde parçalarında biraraya birlik, istikrar, beraberleme ve dayanışma töreni yaratmışlardır. Avrupa Birliği, tarafsızlıklar çerçevesinde, uluslararası meşru kriterlere ve topluk bütünlüğüne saygıful kalmak kaydıyla uzlaşma sağlanmak suretiyle anlaşılmaktır. İlk bölümünde bir model teşkil etmektedir. Birincisi beraber Aİ'se sadece kendine odaklanır değildir. Aİ'nin hedefi kendi sınırlarının ötesindeki ülkelere ve insanları elde etkilerini ve değerlerini paylaştırmaktır.