

### **Özet**

Tıbbi bilimlerin amacı, hastalıkları iyileştirme esasına dayandığından dolayı gebelik ve doğumda yapılan bütün tıbbi müdahaleler, bu hastalığı iyileştirme esasına dayanır. Oysa ki geleneksel ebelik felsefesine göre gebelik ve doğum, bir patoloji değil kadın hayatın fizyolojik bir sürecidir. Holistik ebelik yaklaşımımız, gebelik ve doğumun fizyolojik bir yaşam süreci olmasından öte, bu süreçlerin kutsallığını ön plana çıkarmayı amaçlamaktadır. Holistik yaklaşım sağlayan bir ebe, sezgileri vasıtasıyla gebenin ihtiyaçlarının farkına varabilir. Sezgileri güçlendirmenin en iyi yolu, gebe ile ebe arasında gelişen sevgi anlayışıdır. Ancak bu sayede kadın merkezli ve bireysel ebelik yaklaşımı mümkün olabilir. Bizim anlayışımıza göre en iyi ebe, işini severek yapan ebedir.

**Anahtar kelimeler:** Holistik ebelik, Holistik yaklaşım, Gebelik, Doğum.

### **Abstract**

Since the aim of medical sciences is based on the principle of curing diseases, all medical interventions during pregnancy and birth are based on the principle of curing this disease. However, according to the traditional midwifery philosophy, pregnancy and childbirth are not a pathology but a physiological process of women's life. Our holistic midwifery approach aims to bring the sacredness of these processes to the fore, beyond pregnancy and birth being a physiological life process. A midwife who provides a holistic approach can become aware of the needs of the pregnant woman through her intuition. The best way to strengthen intuition is the understanding of love that develops between pregnant women and midwives. Only in this way is a woman-centered and individual midwifery approach possible. According to our understanding, the best midwife is the one who loves his job.

**Keywords:** Holistic midwifery, Holistic approach, Pregnancy, Delivery.

<sup>1</sup> Ankara Medipol Üniversitesi, Dr. Öğr. Üyesi filiz.okumus@ankara.medipol.edu.tr

Doğum, bir kadının hayatı için benzersiz yaşam olaylarından biridir. Kadınların bu en önemli yaşam olaylarında onlara rehberlik eden ve destek olan bir meslek olarak ebelik, tarihler boyu her dönemde önemini korumuştur. Geleneksel ebelik felsefesine göre doğum, fizyolojik bir olay olarak kabul edilmesine rağmen zamanla tıbbın içinde ele alınmıştır. Bunun sonucu olarak tıp alanında tarihler boyu meydana gelen değişim ve gelişmelerden doğum da etkilenmiştir. Günümüzde ebelerin doğuma yaklaşımı daha çok tıbbi bakım modeline dayanmakta ve kadının doğumdaki fizyolojik ihtiyacı genellikle göz ardı edilmektedir. Mevcut tıp anlayışında gebelik ve doğum, patolojik bir olay olarak görülmekte ve tüm yaklaşımlar bu patolojiyi iyileştirme esasına dayanmaktadır. Holistik ebelik yaklaşımı, gebelik ve doğumda tüm bunların ötesine geçmeyi amaçlamaktadır.

Holistik kelimesi "whole" kökünden gelir ve literatürde "bütünsel" anlamında kullanılmaktadır. Holistik yaklaşım, insanın sadece fiziksel bir varlık olarak değil aynı zamanda sosyal ve psikolojik yönlerinin de ele alınması gerektiğini savunur. Bizim "okumuş ebe metodu" olarak vurguladığımız holistik ebelik yaklaşımında doğumun daha çok manevi yönüne vurgu yapılmaktadır. Bu bağlamda "okumuş ebe metodu"nda insanın aynı zamanda ruhsal bir varlık olduğunu da kabul etmekteyiz. Ebelikte holistik yaklaşımımızın amacı; özellikle gebelik ve doğumun son yıllarda unutulmaya yüz tutmuş olan spiritüel ve kutsal yönü konusunda farkındalık kazandırmak ve bu açıdan kadınlara destek olmaktır.

Bir ebe için yapacağı uygulama hakkında karar vermesi açısından beyin, becerisini ortaya koyabilmesi açısından ise eller önem taşımaktadır. Holistik ebelik "okumuş ebe metodu" bir ebenin karar vermesi ve becerisini ortaya koyabilmesinde sezgilerin önemli bir yer tuttuğunu öne sürmektedir. Yani holistik yaklaşıma sahip bir ebenin elleri ve beyni yanında onlara rehberlik eden ve yön veren faktör; o ebenin sezgileridir. Çünkü doğum süreci, belirli bazı özellikler açısından tahmin edilebilir bir süreç olsa da bazen bireysel bazda önceden tahmin edilemeyen durumlar ortaya çıkabilir. Holistik ebelik yaklaşımı "okumuş ebe metodu"nda doğum esnasında sağlık çalışanı değil, kadın başroldedir, yani kadın merkezli bakımı destekler ve bir ebenin sezgilerini kullanarak kadının doğumdaki ihtiyaçlarının farkında olması gerektiğini ortaya koyar. Bu açıdan ebelerin sezgilerini güçlendirecekleri çalışmalara yer vermesi açısından holistik ebelik "okumuş ebe metodu" gebelik ve doğumu kolaylaştırmak için bazı zihinsel ve bedensel metodlar kullanır. Bunlar günümüzde integratif tıp uygulamaları olarak karşımıza çıkmaktadır.

Literatürde integratif tıp uygulamaları, hastaların tıbbi tedavisine entegre edilmesi nedeniyle integratif tıp kelimesi kullanılmaktadır. Ancak holistik ebelik "okumuş ebe metodu" doğumda tıbbi uygulamaların her zaman gerekli olmayacağını dile getirmekte ve gebelik ve doğumu kolaylaştırmak için kullandığı zihinsel ve bedensel yaklaşımlara holistik sağlık yaklaşımları adını vermektedir. Gebelik ve doğumda holistik sağlık yaklaşımları, rutin olarak kullanılmamalıdır. Ebe, sezgileri vasıtasıyla kadının o andaki ihtiyacını tespit etmeli ve bireye özgü uygun yaklaşımı belirlemelidir. Okumuş ebe metodu, uygun yaklaşımı belirlemek açısından doğu tıbbının çakra ve meridyen sistemin-

den ve tasavvuftaki elementlerden faydalanır.

Okumuş ebe'nin holistik ebelik yaklaşımı, doğum yapan kadınların asıl ihtiyaçlarını belirlemek için çakra ve meridyen sistemi ile elementleri kullanır. Doğu tıbbi anlayışına göre insan bedeninde 7 ana çakra ve 12 temel meridyen bulunmaktadır. Bu çakra ve meridyenlerden akan yaşam enerjisinin insanın gerek kendi içinde gerek çevresinde doğa ve evren ile bir bütün halinde olmasını sağlar. Ancak bu sistemde meydana gelen bir dengesizlik ya da tıkanma, ilgili elementlerde de dengesizliklere ve gebelik ve doğumda bazı aksaklıkların ortaya çıkmasına neden olabilir. Holistik yaklaşım anlayışına sahip bir ebe, sezgileri vasıtasıyla doğum yapan kadının bedenindeki bu türden dengesizlikleri önceden belirlemekte ve gerekli zihinsel ve bedensel metodlar kullanarak sistemin aksamandan devam etmesi için gerekli becerileri ortaya koyabilmektedir. Holistik ebelik yaklaşımı "okumuş ebe metodu"nda sezgileri kullanmanın temelinde "sevgi" yatar. Ebe, yaptığı işe ve gebesine duyduğu sevgi sayesinde kadının gebelik ve doğumdaki ihtiyaçlarının farkında olur. Holistik ebelik "okumuş ebe" metodu, doğunun bilgeliği ile yoğurulmuş, batının bilimi ile harmanlanmış yeni ve çağdaş bir ebelik anlayışıdır. Bu açıdan ebeler için iyi bir yol gösterici, kadınlar için ise nazik bir destekleyici ve kolaylaştırıcıdır.

**Kaynaklar**

Boztilki M & Ardic E. Maneviyat ve Sağlık. JAREN Hemşirelik Akademik Araştırma Dergisi. 2017;3: 39–45.

Kostak AM, Celikkalp U & Demir M. Hemşire ve ebelerin maneviyat ve manevi bakıma ilişkin düşünceleri. Maltepe Üniversitesi Hemşirelik Bilim ve Sanatı Dergisi, 2010; 218–225

Mermer G, Demirelöz AM, Ozturk CH. Midwifery Students' Perceptions of Spirituality and Spiritual Care: An Example from Western Turkey, Journal of Religion and Health. 2019;58:666–676.

Zümrüt Akgün Şahin & Funda Kardaş Özdemir. Spirituality and spiritual care: a descriptive survey of nursing practices in Turkey, Contemporary Nurse. 2016

Okumuş F. (2015) Gebelik ve doğum ile ilgili integratif sağlık yaklaşımları: Hipnozla doğum, doğum ortamları: iyi klinik uygulama örnekleri. Integr Tıp Derg. 3(2):60-63.