

Doğum Şekline Göre Annelerin Postpartum Ağrı, Yorgunluk Düzeyleri ve Emzirme Öz-Yeterlilikleri

Gülşen IŞIK * Nuray EGELİOĞLU CETİŞLİ ** Vesile Aycan BAŞKAYA ***

Öz

Giriş: Annenin postpartum dönemde yaşadığı ağrı ve yorgunluk düzeyleri ile emzirme öz-yeterliliklerinin doğum şekline göre etkilenme durumunu belirlemek oldukça önemlidir. **Amaç:** Bu araştırmanın amacı doğum şekline göre annelerin postpartum 24. saat ve dördüncü haftadaki ağrı, yorgunluk düzeyleri ve emzirme öz-yeterliliklerini belirlemektir. **Yöntem:** Tanımlayıcı türdeki araştırma, Ocak-Eylül 2016 tarihleri arasında bir üniversite hastanesinin kadın doğum kliniğinde yatan postpartum dönemdeki 153 anne ile yürütülmüştür. Veriler postpartum 24. saatte yüz yüze görüşme yöntemi ile hastanede, dördüncü haftada ise telefon yolu ile Birey Tanıtım Formu, Sayısal Ağrı Skalası ve Emzirme Öz-Yeterlilik Ölçeği-Kısa Şekli kullanılarak toplanmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde tanımlayıcı istatistikler, kıkare, Mann-Whitney U testi ve korelasyon analizi kullanılmıştır. **Bulgular:** Çalışmada vajinal doğum yapan annelerin sezaryen ile doğum yapan annelere göre postpartum 24. saat ve dördüncü haftadaki ağrı puanları daha düşük, 24. saatteki emzirme öz-yeterlilikleri daha yüksektir. Vajinal doğum yapan annelerin sadece postpartum dördüncü haftada ağrı ve emzirme öz-yeterlilikleri arasında ilişki varken, sezaryen ile doğum yapan annelerde ilişki yoktur. Doğum şekline göre annelerin yorgunluk ve emzirme öz-yeterlilikleri arasında da ilişki yoktur. **Sonuç:** Hemşireler, postpartum dönemde, annelerde ortaya çıkan yorgunluk, ağrı ve emzirme davranışlarının/başarısının doğum şekline göre farklılık gösterebileceğini bilmeli ve bu durumun annenin yaşam kalitesine, bebek bakımına ve emzirme sürecine olumsuz etki etmemesi için en kısa sürede önlemler almalıdır. **Anahtar Kelimeler:** Doğum Şekli, Ağrı, Yorgunluk, Emzirme Öz-yeterliliği.

Abstract

Postpartum Pain, Fatigue Levels and Breastfeeding Self-Efficacy According to Type of Birth

Background: It is very important to determine the level of pain and fatigue experienced by the mother during the postpartum period and the effect of breastfeeding self-efficacy on the type of birth. **Objectives:** The aim of this study was to determine maternal pain, fatigue levels and breastfeeding self-efficacy at postpartum 24th hour and 4th week according to type of birth. **Methods:** The descriptive study was conducted with 153 mothers in the postpartum period in a gynecology clinic of a university hospital between January-September 2016. The data were collected by using face-to-face interview method in the 24th hour of postpartum at hospital and by phone in the 4th week of postpartum period by using the Individual Identification Form, The Numeric Pain Rating Scale and Breastfeeding Self-Efficacy Scale-Short Form. Descriptive statistics, chi square, Mann-Whitney U test and correlation analysis were used in the analysis of data. **Results:** It was found in the study that mothers that had vaginal birth had lower pain scores in the 24th hour and 4th week of postpartum period compared to mothers that had cesarean birth and their breastfeeding self-efficacy was higher. A relation was found only between self-efficacy breastfeeding and pain in the 4th week of postpartum period of mothers that had vaginal birth. However, no relation was found for mothers that had cesarean birth. Also there was no relation between maternal fatigue and breastfeeding self-efficacy regarding the birth type. **Conclusion:** Nurses should know that the fatigue, pain and breastfeeding behaviors / successes that occur in the postpartum period may vary according to the birth pattern. They should take immediate precautions to ensure that those conditions do not adversely affect the mother's quality of life, baby care and breastfeeding.

Key Words: Type of Birth, Pain, Fatigue, Breastfeeding Self- efficacy

Geliş tarihi: 13.07.2017 **Kabul tarihi: 21.05.2018**

Sezaryen doğum sıklığı vajinal doğuma göre son yıllarda tüm dünyada olduğu gibi ülkemizde de artmaktadır. Dünya Sağlık Örgütü (World Health Organization, WHO) tarafından önerilen sezaryen oranı %15 olmasına rağmen (WHO, 2015), ülkemizde Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması (TNSA) 2013 yılı verilerine göre bu oran %48'dir (TNSA, 2013). Yapılan çalışmalarda sezaryen ile doğum yapan annelerin, doğum sırasında ve sonrasında komplikasyonlar açısından vajinal doğum yapan annelere göre daha fazla risk altında oldukları belirtilmektedir (WHO, 2015). Doğum sırasında kanama, kan transfüzyonu gereksinimi, uteroservikal laserasyonlar, mesane yaralanmaları en sık görülen komplikasyonlar iken, doğum sonrası dönemde enfeksiyon, ağrı, uykusuzluk ve yorgunluk yaygın olarak ortaya çıkan sorunlardır (Bağcı ve Altıntuğ, 2016; Kılıç ve ark., 2015; Woolhouse, Perlen, Gartland ve Brown, 2012; Yıldız ve Küçükşahin, 2011). Postpartum dönemde annede meydana gelen bu sorunlar zamanında tespit edilmez ve etkin bir şekilde müdahale edilmez ise kronikleşip hem annelerin yaşam kalitelerini hem de emzirmeyi etkileyerek yenidoğanın sağlığını olumsuz etkileyebilmektedir (Bağcı ve Altıntuğ, 2016; Kılıç ve ark., 2015; Lai, Hung, Stocker, Chan ve Liu, 2015).

Doğum şekli, postpartum ağrı, yorgunluk ve emzirme üzerine etki gösterebilen önemli bir değişkendir. Türkiye'nin doğusunda Kılıç ve arkadaşları (2015), Kore'de Kim ve Lee (2017), Avusturalya'da Woolhouse ve arkadaşları (2012) tarafından yapılan çalışmalarda sezaryen ile doğum yapan kadınların vajinal doğum yapan kadınlara göre daha fazla yorgunluk yaşadığı bulunmuştur. Declercq, Cunningham, Johnson ve Sakala (2008)'nin çalışmasında sezaryen ile doğum yapanların ağrısı daha şiddetli ve uzun süre deneyimledikleri, Pereira, De Souza ve Beleza (2017)'nin çalışmasında sezaryen ile doğum yapan annelerin hareket esnasında ağrıyı daha şiddetli yaşadıkları bildirilmiştir. Yapılan çalışmalarda postpartum ağrı ve yorgunluğun, annelerde endişeyi arttırarak, emzirmenin sürdürülmesinde zorlanmaya ve emzirmenin erken kesilmesine neden

Bu çalışma, 7-8 Ekim 2016 tarihleri arasında İzmir'de düzenlenen I. Uluslararası II. Ulusal Kadın Hastalıkları ve Ana Çocuk Sağlığı Kongresi'nde poster bildiri olarak sunulmuştur. *Arş. Gör., İzmir Kâtip Çelebi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölümü, Kadın Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı, Merkezi Ofisler I.Blok, 35620, Çiğli, İZMİR., E-mail: glsen20@gmail.com **Yrd. Doç. Dr., İzmir Kâtip Çelebi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölümü, Kadın Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı *** Hemşire, İzmir Kâtip Çelebi Üniversitesi Atatürk Eğitim ve Araştırma Hastanesi Kadın Doğum Kliniği

olduğu belirtilmektedir (Brown, Dodds, Legge, Bryanton ve Semenec, 2014; Callahan, Sejourne ve Denis, 2006; Wang, Lau, Chow ve Chan, 2014; Woods ve ark., 2012). Sezeryan ile doğum yapan kadınların yaşadığı ağrının emzirme yeteneklerini olumsuz etkilediği ve emzirmenin olumsuz etkilenmesinin emzirmeye ilişkin öz-yeterlilik algısını da negatif yönde etkileyeceği düşünülmektedir (Dennis, 1999; Karlström, Engström, Norbergh, Sjöling ve Hildingsson 2007). Vajinal yolla doğum yapan annelerin emzirme başarısı ve emzirme öz-yeterliliğinin daha yüksek olduğu belirtilmiştir (Kılıcı ve Çoban, 2016). Dennis (2006) erken postpartum dönemde emzirme öz yeterliliğini belirleyen faktörleri değerlendirmiş, doğum şeklinin emzirme özyeterliliğini belirleyici bir faktör olduğunu ifade etmiştir.

Doğum sonrası dönem, anne, bebek ve aile sağlığının sürdürülebilmesi, yaşam kalitelerinin artırılabilmesi için önem verilmesi gereken bir dönemdir. Doğum sonu dönemde kadınlar önemli fiziksel, sosyal ve emosyonel değişiklikler yaşamakta, bu dönemde kadınlar kendilerinin ve bebeklerinin bakımında birçok sorunla karşı karşıya kalmaktadırlar (Bağcı ve Altıntuğ, 2016; Pereira ve ark., 2017; Yıldız ve Küçükşahin, 2011). Hemşireler postpartum dönemde annelerde ortaya çıkan sorunların doğum şekline göre farklılık gösterebileceğini bilmelidirler. En sık ortaya çıkan sorunlar olan ağrı ve yorgunluğu hızlı bir şekilde çözümlendiğinde, annelerin emzirme başarısı ve öz-yeterliliği artacak, anne-bebek bağlanması sağlıklı bir şekilde gerçekleşecek, hem annenin yaşam kalitesi hem de yenidoğanın sağlığı olumlu etkilenecektir. Bu nedenle postpartum dönemde hemşireler, doğum şekline göre annelerde ortaya çıkacak sorunların farklılığına bağlı olarak bakımın planlanması gerektiğinin farkında olmalıdırlar.

Annelerin doğum sonu dönemde deneyimledikleri ağrı ve yorgunluk düzeyleri ile emzirme özyeterliliğinin doğum şekline göre değişkenlik gösterdiği düşünülmektedir. Literatürde doğum şekline göre annelerin ağrı, yorgunluk veya emzirme özyeterliliklerini ayrı ayrı değerlendiren çalışmalar bulunmasına rağmen bu üç değişkenin birlikte değerlendirildiği çalışmaya rastlanmamıştır. Bu çalışmanın literatüre bu yönde katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Amaç

Bu araştırma, doğum şekline göre annelerin postpartum 24. saat ve dördüncü haftadaki ağrı, yorgunluk düzeyleri ve emzirme öz-yeterliliklerini belirlemek amacıyla yürütülmüştür.

Araştırma Soruları

- Doğum şekline göre annelerin postpartum ağrı düzeyleri arasında fark var mıdır?
- Doğum şekline göre annelerin postpartum yorgunluk düzeyleri arasında fark var mıdır?
- Doğum şekline göre annelerin emzirme öz-yeterlilikleri arasında fark var mıdır?
- Doğum şekline göre postpartum ağrı, yorgunluk ve emzirme öz-yeterliliği arasında ilişki var mıdır?

Yöntem

Araştırmanın Tipi

Tanımlayıcı tipte bir araştırmadır.

Araştırmanın Yapıldığı Yer

Bu çalışma, Ocak 2016-Eylül 2016 tarihleri arasında İzmir’de bir devlet üniversitesinin kadın doğum kliniğinde yürütülmüştür.

Araştırmanın Evreni/Örnekleme

Araştırmanın evrenini, İzmir’de bir üniversite hastanesinin kadın-doğum kliniğinde yatan postpartum dönemdeki kadınlar oluşturmaktadır. Araştırmada örneklem seçimine gidilmemiş dahil edilme kriterlerine uyan tüm kadınlar çalışmaya dahil edilmiştir (N=257). Dahil edilme kriterlerini: (a) araştırmanın yapıldığı hastanenin kadın-doğum kliniğinde Ocak-Eylül 2016 tarihleri arasında yatan, (b) 18 yaş ve üzerinde olan, (c) tek ve termde doğum yapan, (d) doğum sonrası bebeği ile birlikte olan, (e) doğum sonrası komplikasyon gelişmemiş olan, (f) bebeğini en az bir kez emzirmiş olan ve çalışmaya katılmayı kabul eden kadınlar oluşturmuştur. Araştırma verilerinin toplandığı tarihler arasında hastanede araştırma kriterlerine uyan 257 doğum gerçekleşmiş (105’i vajinal, 152’si sezaryen ile) ve bu doğumlardan 104’ü çalışmaya katılmayı kabul etmediği (42’si vajinal, 62’si sezaryen ile) için postpartum 24. saatte 63’ü sezaryen, 90’ı vajinal doğum olmak üzere toplam 153 anne ile görüşülmüştür. Dördüncü haftada ise telefonla veri toplama sırasında sekiz kişiye ulaşılamamış ve toplam 145 anne ile araştırma tamamlanmıştır.

Araştırmanın bağımlı değişkenleri postpartum ağrı, yorgunluk ve emzirme öz-yeterliliğidir. Bağımsız değişkenler ise doğum şeklidir (vajinal ve sezaryen doğum).

Veri Toplama Araçları

Birey Tanıtım Formu: Postpartum kadınların sosyo-demografik özellikleri, doğuma ilişkin bilgileri ve yorgunluk düzeyinin yer aldığı, literatür doğrultusunda araştırmacılar tarafından oluşturulan 24 soru yer almaktadır (Bağcı ve Altıntuğ, 2016; Woolhouse ve ark., 2012; Yıldız ve Küçükşahin, 2011). Formda sosyodemografik özellikler ile ilgili yaş, eğitim durumu ve sosyal destek varlığına ilişkin sorular; doğum ve emzirme ile ilgili de gebelik sayısı, gebeliğin planlı olma durumu, epizyotomi varlığı, anestezi tipi, emzirmeye başlama zamanı ve emzirmeye ilişkin bilgi alma durumuna ilişkin sorular yer almaktadır. Yorgunluk düzeyini ölçmek amacıyla anneye “0 ile 10 arasında puanladığımızda yorgunluğunuzu nasıl değerlendirirsiniz?” sorusu sorulmuş ve bu puan aralığında kendisi için uygun olan puanlamayı yapması istenmiştir.

Sayısal Ağrı Skalası: Ağrının tanılanmasında en sık kullanılan skala olan sayısal skalanın, kullanımı oldukça basittir. Bu ölçeğin 0-10 puan arasında sayısal değerleri vardır ve bireye skala gösterilerek ağrıyı en iyi anlatan rakamı seçmesi istenir. Başlangıç noktası “0” ya da “Ağrı yok” ifadesi ile başlayan ve bitiş noktası “10” ya da “Dayanılmaz ağrı” ifadesi ile sonlanan yatay bir çizgiden oluşmaktadır.

Postpartum Emzirme Öz-Yeterlilik Ölçeği- Kısa Şekli: Emzirme Öz-Yeterlilik Ölçeği ilk olarak Dennis ve Faux (1999) tarafından 33 maddelik bir ölçek olarak geliştirilmiştir. Bu ölçek, annelerin emzirmeye ilişkin kendilerini ne kadar yeterli hissettiklerini değerlendirmektedir. Yapılan iç tutarlık analizine göre madde fazlalığı olduğu saptanmış ve analizler sonucunda madde-toplam korelasyonu .60'ın altında olan maddeler çıkarılarak 14 maddelik yeni Emzirme Öz-Yeterlilik Ölçeği'nin kısa şekli oluşturulmuştur. Bu ölçeğe ait kısa formun cronbach alfa değeri .94 bulunmuştur. Ölçek, 5'li likert tipte olup, hiç emin değilim (1 puan) ve her zaman eminim (5 puan) şeklinde değerlendirilmektedir. Ölçekten minimum alınabilecek puan 14, maksimum puan 70'tir. Ölçeğin kesme noktası yoktur ve puanın artması emzirme öz yeterliliğinin yüksek olması anlamına gelmektedir. Dennis bu ölçeğin postpartum dönemde uygulanmasının uygun olduğunu belirtmiştir (Dennis ve Faux, 1999; Dennis, 2003). Ölçeğin Türkçe uyarlaması Aluş-Tokat, Okumuş ve Dennis (2010) tarafından yapılmış, Cronbach alfa değeri .86 bulunup, güvenilir bir ölçek olduğu saptanmıştır. Bu çalışmada da ölçeğin Cronbach alfa değeri .87 olarak bulunmuştur.

Verilerin Toplanması

Veriler Ocak-Eylül 2016 tarihleri arasında postpartum 24. saatte yüz yüze görüşme yöntemi ile hastanede, dördüncü haftada ise telefon yolu ile toplanmıştır.

Verilerin Değerlendirilmesi

Araştırmadan elde edilen verilerin analizi bilgisayar ortamında yapılmıştır. Çalışmaya katılan bireylerin sosyodemografik özellikleri sayı ve yüzde dağılımları olarak verilmiştir. Nicel verilerin normal dağılıma uygunluğu test edilmiş, Kolmogorov Smirnov değeri $p < 0.05$ olarak bulunduğu için analizlerde Mann-Whitney U testi kullanılmıştır. Annelerin doğum şekline göre postpartum ağrı, yorgunluk ve Emzirme Öz-yeterlilik Ölçeği puan ortalamaları arasındaki ilişkiyi incelemek için de spearman korelasyon analizi kullanılmıştır. İstatistiksel değerlendirmede $p < .05$ değeri anlamlı olarak kabul edilmiştir.

Araştırmanın Etik Yönü

Veriler araştırmanın yürütüldüğü üniversitenin Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu'ndan ve araştırmanın yapılacağı kurumdaki izinler alındıktan sonra toplanmıştır (Karar no:260, Tarih: 30.12.2015). Ayrıca araştırmaya katılan kadınlardan da sözlü ve yazılı onamları alınmıştır ve araştırmaya katılmamaları durumunda tedavi ve bakımlarının etkilenmeyeceği vurgulanmıştır.

Bulgular

Annelerin Tanımlayıcı Özellikleri

Kadınların doğum şekline göre tanımlayıcı özellikleri Tablo 1'de verilmiştir. Vajinal doğum yapan kadınların yaş ortalamaları 28.09 ± 4.82 olup, %65.1'i ilköğretim ve altı mezunu, %77.8'inin sosyal desteği vardır ve %84.1'i multipar, %65.1'inin gebeliği planlı, %82.5'inin epizyotomisi var, %88.9'u doğum sonrası ilk bir saat içerisinde emzirmeye başlamış, %52.4'ü emzirmeye ilişkin bilgi almıştır. Sezaryen ile doğum yapan kadınların yaş ortalaması ise 28.84 ± 5.29 , %50'si ilköğretim ve altı mezunu, %85.6'sının sosyal desteği vardır ve %78.9'u multipar, %61.1'inin gebeliği planlı, %85.6'sına doğumda spinal anestezi uygulanmış, %94.4'ü doğum sonrası birinci saatten sonra emzirmeye başlamış, %62.2'si emzirmeye ilişkin bilgi almıştır. Çalışmaya katılan kadınların doğum şekline göre emzirmeye başlama zamanları arasında fark vardır ($\chi^2 = 107.34$, $p = .00$) (Tablo 1).

Annelerin Doğum Şekline Göre Postpartum Ağrı Düzeyleri

Vajinal doğum yapan annelerde ağrı puan ortalaması postpartum 24. saatte 4.49 ± 2.44 , dördüncü haftada 0.55 ± 1.44 'dir. Sezaryen ile doğum yapan annelerde postpartum 24. saatteki ağrı puan ortalaması 6.21 ± 2.21 , dördüncü haftada 1.42 ± 2.24 'dir. Çalışmada doğum şekline göre kadınların postpartum 24. saatte (MU = 1666.50, $p = .00$) ve dördüncü haftadaki (MU = 2032.50, $p = .01$) ağrı puan ortalamaları arasındaki fark anlamlıdır (Tablo 2). Postpartum 24. saatte vajinal doğum yapan ve ağrısı olduğunu ifade eden anneler ağrının yerini epizyotomi (%58.2), sezaryen ile doğum yapanlar insizyona bağlı abdominal bölge (%77.8) olarak belirtmiştir. Postpartum dördüncü haftada ise ağrının yeri olarak vajinal doğum yapanlardan ağrısı olan anneler abdomeni (%40), sezaryen ile doğum yapanlar insizyona bağlı abdominal bölgeyi (%76.6) bildirmişlerdir.

Tablo 1. Annelerin Doğum Şekline Göre Tanıtıcı Özellikleri (n=153)

SOSYODEMOGRAFİK VERİLER		Vajinal Doğum (n = 63)		Sezaryen Doğum (n = 90)	
		Ortalama ± SD		Ortalama ± SD	
Yaş Ortalaması (yıl) (min-max)		28.09 ± 4.82 (18-37)		28.84 ± 5.29 (18-41)	
<i>t/p</i>		<i>t</i> = -0.893		<i>p</i> = 0.373	
		n	%	n	%
Eğitim Durumu	İlköğretim ve altı	41	65.1	45	50.0
	Ortaöğretim mezunu	15	23.8	30	33.3
	Yükseköğretim mezunu	7	11.1	15	16.7
<i>x²/p</i>		<i>x²</i> = 3.437		<i>p</i> = 0.179	
Sosyal Destek Varlığı	Evet	49	77.8	77	85.6
	Hayır	14	22.2	13	14.4
	<i>x²/p</i>	<i>x²</i> = 1.543		<i>p</i> = 0.214	
Gebelik Sayısı	Primipar	10	15.9	19	21.1
	Multipar	53	84.1	71	78.9
	<i>x²/p</i>	<i>x²</i> = 1.646		<i>p</i> = 0.199	
Gebeliğin Planlı Olması	Evet	41	65.1	55	61.1
	Hayır	22	34.9	35	38.9
	<i>x²/p</i>	<i>x²</i> = 0.250		<i>p</i> = 0.617	
Anestezi Tipi	Genel Anestezi	-	-	13	14.4
	Spinal Anestezi	-	-	77	85.6
Epizyotomi varlığı	Var	52	82.5	-	-
	Yok	11	17.5	-	-
Emzirmeye Başlama Zamanı	İlk 60 dk.	56	88.9	5	5.6
	61. dk ve üzeri	7	11.1	85	94.4
	<i>x²/p</i>	<i>x²</i> = 107.348		<i>p</i> = 0.000	
24. saatte ağrının yeri*	Epizyotomi bölgesi	32	58.2	-	-
	Abdominal bölge***	13	23.6	70	77.8
	Diğer	10	18.2	18	22.2
Postpartum dördüncü haftada ağrının yeri**	Epizyotomi bölgesi	3	30.0	-	-
	Abdominal bölge***	4	40.0	23	76.6
	Diğer	3	30.0	7	23.4

*Vajinal doğum yapan 55, sezaryen ile doğum yapan 88 kadın ağrı bildirmiştir.

** Vajinal doğum yapan 10, sezaryen ile doğum yapan 30 kadın ağrı bildirmiştir.

***Sezaryen ile doğum yapanlarda abdominal bölgedeki ağrının nedeni insizyon kaynaklıdır.

Annelerin Doğum Şekline Göre Postpartum Yorgunluk Düzeyleri

Vajinal doğum yapan annelerde yorgunluk puan ortalaması postpartum 24. saatte 4.22 ± 2.47 , dördüncü haftada 4.84 ± 2.77 'dir. Sezaryen ile doğum yapan annelerde postpartum 24. saat yorgunluk puan ortalaması 4.80 ± 2.54 , dördüncü haftada ise 4.45 ± 2.52 'dir. Annelerin doğum şekline göre postpartum 24. saat (MU = 2436.00, $p = .13$) ve dördüncü haftadaki (MU = 2302.50, $p = .28$) yorgunluk puan ortalamaları arasında fark yoktur (Tablo 2).

Annelerin Doğum Şekline Göre Emzirme Öz-Yeterlilikleri

Vajinal doğum yapan annelerde Emzirme Öz-yeterlilik Ölçeği puan ortalaması postpartum 24. saatte 55.76 ± 8.05 , dördüncü haftada 59.51 ± 8.10 'dur. Sezaryen ile doğum yapan annelerin ise Emzirme Öz-yeterlilik Ölçeği puan ortalaması 24. saatte 52.02 ± 7.46 ve dördüncü haftada 57.2 ± 7.08 'dir. Vajinal doğum yapan annelerin Emzirme Öz-yeterlilik Ölçeği puan ortalaması sezaryen ile doğum yapanlara göre postpartum 24. saatte daha yüksek ve aralarındaki fark anlamlı iken (MU = 1967.50, $p = .00$), dördüncü haftada puan ortalamaları arasında fark yoktur (MU = 2215.50, $p = .21$) (Tablo 2).

Tablo 2. Annelerin Doğum Şekline Göre Postpartum 24. saat ve Dördüncü Hafta Ağrı, Yorgunluk ve Emzirme Öz-yeterlilik Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması

Değişkenler	Vajinal Doğum Ortalama ± SD	Sezaryen Doğum Ortalama ± SD	U/p	
Ağrı Puan Ortalaması	24. saat (n=153)	4.49 ± 2.44	6.21 ± 2.21	$U = 1666.500$ $p = 0.000$
	Dördüncü Hafta (n=145)	0.55 ± 1.44	1.42 ± 2.24	$U = 2032.500$ $p = 0.012$
Yorgunluk Puan Ortalaması	24. saat (n=153)	4.22 ± 2.47	4.80 ± 2.54	$U = 2436.000$ $p = 0.135$
	Dördüncü Hafta (n=145)	4.84 ± 2.77	4.45 ± 2.52	$U = 2302.500$ $p = 0.287$
Emzirme Öz-yeterliliği Puan Ortalaması	24. saat (n=153)	55.76 ± 8.05	52.02 ± 7.46	$U = 1967.500$ $p = 0.001$
	Dördüncü Hafta (n=145)	59.51 ± 8.10	57.27 ± 7.08	$U = 2215.500$ $p = 0.214$

Annelerin Doğum Şekline Göre Postpartum Ağrı, Yorgunluk ve Emzirme Öz-yeterliliği İlişkisi

Çalışmada hem vajinal hem de sezaryen ile doğum yapan annelerin postpartum 24. saat ağrı puan ortalamaları ile yorgunluk puan ortalamaları arasında pozitif yönde zayıf ilişki ($r = .25$, $p = .04$; $r = .27$, $p = .00$) vardır. Ayrıca vajinal doğum yapan annelerin postpartum dördüncü haftadaki ağrı puan ortalamaları ile Emzirme Öz-Yeterlilik Ölçeği puan ortalamaları ($r = .28$, $p = .02$) arasında pozitif yönde zayıf ilişki, sezaryen ile doğum yapan annelerin ise postpartum dördüncü haftadaki ağrı puan ortalamaları ile yorgunluk puan ortalamaları arasında pozitif yönde orta düzeyde ilişki ($r = .46$, $p = .00$) vardır (Tablo 3).

Tartışma

Doğum şekline göre annelerin postpartum 24. saat ve dördüncü haftadaki ağrı, yorgunluk düzeyleri ve emzirme öz-yeterliliklerini belirlemek amacıyla yürütülen çalışmada, annelerin doğum sonu dönemde yaşadığı ağrı, yorgunluk ve emzirme öz yeterliliklerinin doğum şekline göre farklılık gösterdiği belirlenmiştir. Çalışmada sezaryen ile doğum yapan annelerin postpartum dönemde ağrı düzeyleri vajinal doğum yapanlara göre daha yüksektir. Benzer şekilde, literatürdeki çalışmalarda da sezaryen ile doğum yapan annelerin ağrısı daha şiddetli ve uzun süre deneyimledikleri bildirilmiştir (Declercq ve ark., 2008; Hardy, Fairbanks, Lauria, Mackenzie ve Mccarthy, 2013; Imarengiaye, Akhidenno ve Omoifo, 2014; Pereira, ve ark., 2017). Cooklin, Amir, Jarman, Cullinane ve Donath (2015)'nin yaptığı çalışmada da postpartum dönemdeki anneler ($n = 229$) birinci, ikinci, üçüncü, dördüncü ve sekizinci haftalarda maternal fiziksel sağlık semptomları açısından değerlendirilmiş, sezaryen ile doğum yapanların beşte birinde sekizinci haftada ağrı devam ederken vajinal doğum yapan kadınların hemen hemen üçte birinde ağrının iki hafta içinde geçtiği, beşte birinde ise üçüncü haftada ağrı yaşanmadığı belirtilmiştir. Major bir cerrahi operasyon olan sezaryen doğumda ise kadınların daha fazla ve daha uzun süreli ağrı yaşaması beklenen bir durumdur. Fakat postpartum dönemde ağrının uzun süre devam etmesi annenin yaşam kalitesini, bebek bakımını, emzirme sürecini ve annelik rolünün oluşumunu olumsuz etkileyebilir. Çalışmada sezaryen ile doğum yapan anneler ağrının yerini genellikle insizyona bağlı abdominal bölge olarak belirtmiştir. Benzer olarak, Chin, Vincent ve Wilkie (2014) tarafından sezaryen doğum sonrası postpartum ağrının değerlendirildiği çalışmada da ağrının lokalizasyonu sıklıkla abdomen olarak bildirilmiştir. Vajinal doğum yapan annelerde ise ağrının yeri genellikle bu çalışmada da olduğu gibi epizyotomi bölgesi ve yaşanan involüsyon sürecine bağlı olarak abdominal bölgedir. Francisco, de Oliveira, da Silva, Bick ve Riesco (2011) tarafından yapılan çalışmada vajinal doğum yapan kadınların %60.7'sinin epizyotomisinin olduğu ve erken postpartum dönemde %18.5'inin perineal ağrı yaşadığı belirtilmiştir. Epizyotomi postpartum erken dönemde perineal ağrı için bağımsız prediktif faktörlerden biridir. Vajinal doğum yapan annelerde emzirme ile artan oksitosin hormonunun uterus kaslarında kontraksiyona neden olması ve involüsyonu arttırması annede abdominal ağrı hissedilmesine neden olmaktadır. Postpartum dördüncü haftada vajinal doğum yapan annelerde abdominal bölgedeki ağrının devam eden involüsyon süreci ile ilişkili olduğu düşünülmektedir. Çalışmada vajinal doğum yapan annelerde postpartum dördüncü haftada abdominal bölgede hissedilen ağrının emzirme öz-yeterliliği ile ilişkisinin olması da bu bilgiyi desteklemektedir.

Çalışmada vajinal doğum yapan annelerin postpartum 24. saatte ağrı düzeyleri arttıkça yorgunluk düzeyleri artmaktadır. Sezaryen ile doğum yapan annelerde ise hem postpartum 24. saat hem de dördüncü haftada ağrı düzeyleri arttıkça yorgunluk düzeyleri artmaktadır. Araştırma sonucuyla benzer olarak, Hsieh, Chen, Han, Lin ve Chiu tarafından yapılan çalışmada da perineal ağrının postpartum yorgunluk ile ilişkili olduğu belirtilmiştir. Taylor ve Johnson tarafından (2013) yapılan çalışmada da benzer olarak doğum sonu birinci haftadaki postpartum yorgunluğun son 24 saat içerisinde yaşanan ağrı ile anlamlı ve pozitif olarak ilişkili olduğu belirtilmiştir. Her iki gruptaki annelerde erken dönemde belirlenen ağrı ve yorgunluk ilişkisinin doğum süreci ile ilişkili olduğu düşünülmektedir. Sezaryen ile doğum yapan annelerin dördüncü haftada

Tablo 3. Annelerin Doğum Şekline Göre Emzirme Öz-yeterliliği, Yorgunluk ve Ağrı İlişkisi

		Postpartum 24. Saat (n=153)				Postpartum Dördüncü Hafta (n=145)			
		Ağrı Puan Ortalaması		Emzirme Öz-Yeterliliği Puan Ortalaması		Ağrı Puan Ortalaması		Emzirme Öz-Yeterliliği Puan Ortalaması	
Doğum Şekli		Vajinal	Sezary	Vajinal	Sezary	Vajin	Sezary	Vajinal	Sezary
		Doğum	en Doğum	Doğum	en Doğum	al Doğum	en Doğum	Doğum	en Doğum
Postpartum 24.saat	Yorgunluk Puan Ortalaması	<i>r</i>	.25	.27	.05	.14			
		<i>p</i>	.04	.00	.64	.16			
	Emzirme Öz-Yeterliliği Puan Ortalaması	<i>r</i>	.02	.04					
		<i>p</i>	.84	.66					
Postpartum Dördüncü Hafta	Yorgunluk Puan Ortalaması	<i>r</i>				-.11	.46	-.11	.00
		<i>p</i>				.37	.00	.39	.94
	Emzirme Öz-Yeterliliği Puan Ortalaması	<i>r</i>				.28	.00		
		<i>p</i>				.02	.96		

hissettikleri ağrının vajinal doğum yapan annelerden daha yüksek olması ve devam etmesi ağrı ve yorgunluk ilişkisini açıklamaktadır.

Çalışmada, annelerin doğum şekline göre postpartum 24. saat ve dördüncü haftadaki yorgunluk puan ortalamaları incelenmiş ve aralarında fark bulunmamıştır. Benzer olarak, Yeşilçınar, Yavan, Karasahin ve Yenen (2017)'in yaptığı çalışmada da 86 vajinal, 95 sezaryen olmak üzere 181 kadın değerlendirilmiş, postpartum ilk günler ve 30-40. günlerde doğum şekline göre annelerin yorgunluk puanları arasında fark bulunmamıştır. Cheng, Chou, Wang, Tsai ve Liou (2015) tarafından yapılan çalışmada postpartum birinci ayda doğum şekline göre yorgunluk puanları arasında anlamlı fark olmadığı belirtilmiştir. Araştırma sonucundan farklı olarak, doğum şekline göre annelerin postpartum farklı zamanlarda yorgunluk düzeylerinin karşılaştırıldığı literatürdeki diğer çalışmalarda, sezaryen ile doğum yapan kadınların vajinal doğum yapan kadınlara göre daha fazla postpartum yorgunluk yaşadığı bulunmuştur (Jansen ve ark., 2007; Lai, ve ark., 2015; Woolhouse ve ark., 2012). Ayrıca literatürde postpartum yorgunluk, annelik işlevleri, emzirme ve postpartum depresyon ile ilişkilendirilmekte ve annelik rolünün kazanılmasına engel olarak gösterilmektedir (Aksu ve ark., 2017; Doering Runquist, Morin ve Stetzer, 2009; Giallo, Gartland, Woolhouse ve Brown 2016; Lai, ve ark., 2015). Bu çalışmada annelerin doğum şekline göre postpartum yorgunluk puanlarının farklı çıkmamasının, sosyal destek oranlarının yüksek ve planlı gebeliğe sahip olan kadın oranının yüksek olmasından kaynaklandığı düşünülmektedir.

Doğum şekli emzirme öz-yeterliliğini belirleyen faktörlerden biridir (Dennis, 2006). Sezaryen ile doğum yapan kadınların vajinal doğum yapan kadınlara göre emzirme öz-yeterlilik puanları daha düşüktür (Dennis, 2003). Çalışmada, vajinal doğum yapan annelerin postpartum hem 24. saatteki hem de dördüncü haftadaki emzirme öz yeterlilik ölçeği puan ortalamaları sezaryen doğum yapanlara göre daha yüksek fakat sadece 24. saatteki fark istatistiksel olarak anlamlıdır. Sullivan (2014)'in yaptığı çalışmada doğum şekline göre emzirme öz yeterlilik puanı arasında ilk 24-48 saat içerisinde fark bulunurken, doğum sonu 10. gün ve sekizinci haftada fark bulunmamıştır. Araştırma sonucuyla paralel olarak, Kılıcı ve Çoban (2016) tarafından yapılan çalışmada da erken postpartum dönemde emzirme başarısı yüksek olan annelerin vajinal yolla doğum yaptığı belirtilmiştir. Ayrıca emzirme başarısı yüksek olan annelerin emzirme öz-yeterliliklerinin de yüksek olduğu ifade edilmiştir. Ancak çalışma sonuçlarından farklı olarak Aluş-Tokat, Serçekuş, Yenal ve Okumuş (2015) tarafından yapılan çalışmada sezaryen ile doğum yapanların ilk 24 saat içerisindeki emzirme öz-yeterliliklerinin daha düşük olduğu ancak aralarındaki farkın anlamlı olmadığı belirtilmiştir. İnce, Aktaş, Aktepe ve Aydın (2017) tarafından yapılan çalışmada da doğum şekline göre annelerin emzirme öz yeterliliğinde fark olmadığı belirtilmiştir. Literatürden elde edilen sonuçlarla benzer şekilde çalışmamızda da erken dönemde postpartum geç dönemde doğum şeklinin emzirme öz yeterliliği üzerine etkisinin olmadığı görülmektedir. Emzirmenin erken başlatılması, emzirmenin devam ettirilmesinde ve öz-yeterliliğin sürdürülmesinde önemlidir. Türk toplumunda da emzirmenin annelik rolü ile eşdeğer tutulması, ailelerin yoğun desteği ve emzirmeye ilişkin bilginin doğum öncesi ve doğum sonrası dönemde yoğun şekilde verilmesinin sonuçları etkilediği düşünülmektedir.

Sonuçların Uygulamada Kullanımı

Doğum şekline göre annelerin postpartum 24. saatteki ve dördüncü haftadaki ağrı, yorgunluk düzeyleri ve emzirme öz-yeterliliklerinin karşılaştırıldığı bu çalışmada vajinal doğum yapan annelerin sezaryen doğum yapan annelere göre postpartum dönemde yaşadıkları ağrının daha az olduğu ve postpartum 24. saatte emzirme öz-yeterliliklerinin daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Araştırma sonuçlarına göre; hemşireler postpartum dönemde, annelerde sıklıkla ortaya çıkan yorgunluk ve ağrının annenin yaşam kalitesine, bebek bakımına ve emzirme davranışlarına/başarısına olumsuz etki etmemesi için en kısa sürede önlemler almalıdır. Emzirme öz yeterliliğinin artırılması için, hemşirelerin özellikle sezaryen doğum yapan annelere doğum sonrası dönemde emzirme için daha fazla destek olması gerekmektedir. Hastanede ve aile sağlığı merkezlerinde verilen emzirme eğitimlerinde annelere doğum sonrası dönemde involüsyon sürecinden dolayı emzirme sırasında ağrı yaşanabileceği, bu nedenle emzirmeyi bırakmamaları gerektiği anlatılmalıdır. Bu amaçla erken dönemde emzirme öz-yeterliliğini artırmaya yönelik girişimler sonraki dönemlerde emzirme öz yeterliliğinin artmasına ve emzirme sonuçlarının olumlu olmasına katkı sağlayabilir. Ayrıca konuya yönelik daha uzun süreli ve sık izlem aralıkları olan çalışmaların yapılması önerilebilir.

Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırma, sadece İzmir ilindeki bir üniversite hastanesinde yürütülmesi genellenebilirliği açısından sınırlılık olarak kabul edilebilir.

Kaynaklar

- Aksu, S., Varol, F. G., & Hotun Şahin, N. (2017). Long-term postpartum health problems in Turkish women: prevalence and associations with self-rated health. *Contemporary Nurse*, 53(2), 167-181.
- Aluş-Tokat, M., Okumuş, H., & Dennis, C-L. (2010). Translation and psychometric assessment of the Breast-feeding Self-Efficacy Scale-Short Form among pregnant and postnatal women in Turkey. *Midwifery*, 26(1), 101-108.
- Aluş-Tokat, M., Serçekuş, P., Yenal, K., Okumuş, H. (2015). Early postpartum breast-feeding outcomes and breast-feeding self-efficacy in turkish mothers undergoing vaginal birth or cesarean birth with different types of anesthesia. *International Journal of Nursing Knowledge*, 26(2), 73-79.
- Bağcı, S., & Altuntuğ, K. (2016). Problems experienced by mothers in postpartum period and their associations with quality of life. *Journal of Human Sciences*, 13(2), 3266-3279.
- Brown, C. R., Dodds, L., Legge, A., Bryanton, J., & Semenic, S. (2014). Factors influencing the reasons why mothers stop breastfeeding. *Canadian Journal of Public Health*, 105(3), e179-85.

- Callahan S., Sejourne, N., & Denis, A. (2006). Fatigue and breastfeeding: An inevitable partnership. *Journal of Human Lactation*, 22(2), 182-187.
- Cheng, C. Y., Chou, Y. H., Wang, P., Tsai, J. M., & Liou, S. R. (2015). Survey of trend and factors in perinatal maternal fatigue. *Nursing and Health sciences*, 17(1), 64-70.
- Chin, E. G., Vincent, C., & Wilkie, D. (2014). A comprehensive description of postpartum pain after cesarean delivery. *Journal of Obstetric, Gynecologic and Neonatal Nursing*, 43(6), 729-741.
- Cooklin, A. R., Amir, L. H., Jarman, J., Cullinane, M., & Donath, S. M. (2015). Maternal physical health symptoms in the first 8 weeks postpartum among Primiparous Australian women. *Birth*, 42(3), 254-260.
- Declercq, E., Cunningham, D. K., Johnson, C., & Sakala, C. (2008). Mothers' reports of postpartum pain associated with vaginal and cesarean deliveries: Results of a national survey. *Birth*, 35(1), 16-24.
- Dennis, C.L., & Faux, S. (1999). Development and psychometric testing of breastfeeding self-efficacy scale. *Research in Nursing and Health*, 22, 399-409.
- Dennis, C.L. (2003). Breastfeeding self efficacy scale: Psychometric assessment of the short form. *Journal of Obstetric, Gynecologic and Neonatal Nursing*, 32(6), 734-744.
- Dennis, C. L. E. (2006). Identifying predictors of breastfeeding self-efficacy in the immediate postpartum period. *Research in Nursing and Health*, 29(4), 256-268.
- Doering Runquist, J.J., Morin, K., & Stetzer, F.C. (2009). Severe fatigue and depressive symptoms in lower-income urban postpartum women. *Western Journal of Nursing Research*, 31(5), 599-612.
- Francisco, A. A., de Oliveira, S. M. J. V., da Silva, F. M. B., Bick, D., & Riesco, M. L. G. (2011). Women's experiences of perineal pain during the immediate postnatal period: A cross-sectional study in Brazil. *Midwifery*, 27(6), e254-e259.
- Giallo, R., Gartland, D., Woolhouse, H., & Brown, S. (2016). "I didn't know it was possible to feel that tired": exploring the complex bidirectional associations between maternal depressive symptoms and fatigue in a prospective pregnancy cohort study. *Archives of Women's Mental Health*, 19(1), 25-34.
- Hardy Fairbanks, A. J., Lauria, M. R., Mackenzie, T., & Mccarthy, M. (2013). Intensity and unpleasantness of pain following vaginal and cesarean delivery: A prospective evaluation. *Birth*, 40(2), 125-133.
- Hsieh, C. H., Chen, C. L., Han, T. J., Lin, P. J., & Chiu, H. C. (2017). Factors influencing postpartum fatigue in vaginal-birth women: Testing a path model. *Journal of Nursing Research*.
- Imarengiaye, C. O., Akhideno, I., & Omoifo, E. C. (2014). Characteristics of postpartum pain associated with vaginal and caesarean births. *West African Journal of Medicine*, 33(1), 3-6.
- İnce, T., Aktaş, G., Aktepe, N., Aydın, N. (2017). Annelerin emzirme özyeterlilikleri ve emzirme başarılarını etkileyen özelliklerin değerlendirilmesi. *İzmir Doktor Behçet Uz Çocuk Hastanesi Dergisi* 2017; 7(3):183-190.
- Jansen, A. G., Duvekot, J. J., Hop, W. C., Essink-Bot, M. L., Beckers, E. A., Karsdorp, V. H., et al. (2007). New insights into fatigue and health-related quality of life after delivery. *Acta Obstetrica et Gynecologica Scandinavica*, 86(5), 579-584.
- Karlström, A., Engström-Olofsson, R., Norbergh, K. G., Sjöling, M., & Hildingsson, I. (2007). Postoperative pain after cesarean birth affects breastfeeding and infant care. *Journal of Obstetric, Gynecologic and Neonatal Nursing*, 36(5), 430-440.
- Kılıç, H., & Çoban, A. (2016). The correlation between breastfeeding success in the early postpartum period and the perception of self-efficacy in breastfeeding and breast problems in the late postpartum. *Breastfeeding Medicine*, 11(4), 188-195.
- Kılıç, M., Ozorhan, E. Y., Apay, S. E., Çapık, A., Agapinar, S., Özkan, H. (2015). Comparison of fatigue levels of postpartum women according to the birth method. *International Journal of Caring Sciences*, 8(1), 124-130.
- Kim, J. I., Lee, K. J. (2017). Bladder symptoms, fatigue and physical activity in postpartum women. *Asian Nursing Research*, 11(1), 50-55.
- Lai, Y. L., Hung, C. H., Stocker, J., Chan, T. F., & Liu, Y. (2015). Postpartum fatigue, baby care activities, and maternal-infant attachment of vaginal and cesarean births following rooming-in. *Applied Nursing Research*, 28(2), 116-120.
- Pereira, T. R., De Souza, F. G., & Beleza, A. C. (2017). Implications of pain in functional activities in immediate postpartum period according to the mode of delivery and parity: an observational study. *Brazilian Journal of Physical Therapy*, 21(1), 37-43.
- Sullivan, C. J. (2014). Does the type of delivery and hospital practices impact breastfeeding self efficacy and outcomes at 10 days and 8 weeks postpartum? (Doctoral dissertation, George Mason University).
- Taylor, J., & Johnson, M. (2013). The role of anxiety and other factors in predicting postnatal fatigue: from birth to 6 months. *Midwifery*, 29(5), 526-534.
- Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması 2013, Hacettepe Üniversitesi Nüfus Etütleri Enstitüsü. Erişim: 27.01.2018. www.hips.hacettepe.edu.tr/tnsa2013/rapor/TNSA_2013_ana_rapor.pdf.
- Wang, W., Lau, Y., Chow, A., & Chan, K. S. (2014). Breast-feeding intention, initiation and duration among Hong Kong Chinese women: A prospective longitudinal study. *Midwifery*, 30(6), 678-687.
- WHO Statement on caesarean section rates (2015). Erişim: 27.01.2018. http://www.who.int/reproductivehealth/publications/maternal_perinatal_health/cs-statement/en/
- Woods, A. B., Crist, B., Kowalewski, S., Carroll, J., Warren, J., & Robertson, J. (2012). A cross-sectional analysis of the effect of patient-controlled epidural analgesia versus patient controlled analgesia on postcesarean pain and breastfeeding. *Journal of Obstetric, Gynecologic and Neonatal Nursing*, 41(3), 339-346.

- Woolhouse, H., Perlen, S., Gartland, D., & Brown, S. J. (2012). Physical health and recovery in the first 18 months postpartum: does cesarean section reduce long-term morbidity?. *Birth*, 39(3), 221-229.
- Yeşilçınar, I., Yavan, T., Karaşahin, K. E., & Yenen, M. C. (2017). The identification of the relationship between the perceived social support, fatigue levels and maternal attachment during the postpartum period. *The Journal of Maternal-Fetal and Neonatal Medicine*, 30(10), 1213-1220.
- Yıldız, H., & Küçükşahin, N. (2011). Kırsal bölgede annelerin doğum sonu yaşadıkları sorunlar ve bakım gereksinimleri. *Turkish Journal of Family Practice*, 15(4), 159-166.