

Türkiye’de Ebelerin Yapmış Oldukları Kanıta Dayalı Uygulamalar: Sistemik Derleme

Evidence-based Practices Performed by Midwives in Turkey: Systematic Review

Esmâ YAŞAR¹, Sümeyye Rabia AYDIN², Nuran GENÇTÜRK³

ÖZ

Amacımız Türkiye’de prenatal, doğum ve postnatal dönemde ebelerin yaptıkları kanıta dayalı uygulamaları sistemik bir şekilde inceleyerek ebelerin kanıta dayalı uygulamalar konusundaki araştırma sonuçlarını ortaya koymaktır. Sistemik derlemenin evrenini “Google Akademik” veri tabanında “ebelikte kanıta dayalı uygulamalar” anahtar kelimeleriyle taranmış ve 2000–2015 tarihlerinde yayınlanmış toplam 579 makale oluşturmuştur. Bu makalelerden; araştırma kriterlerine uyan ve Türkiye’de, prenatal, doğum ve postnatal dönemde ebelerin yaptıkları üç kanıta dayalı araştırma, derlemenin örneklemini oluşturmuştur. Gökduman ve arkadaşı (2010), annelerin doğumdan sonra ilk altı ayda anne sütünü arttırmaya yönelik bitkisel çay kullanma konusunda dörtte birinin eğitim aldığı ve bitkisel çay kullananların %57’si kullandıkları çayın süt miktarını artırdığını belirtmiştir. Gökduman ve arkadaşı (2013), 0-6 aylık bebeği olan annelerin, anne sütünü arttırmaya yönelik geleneksel uygulamaları yapanların %52,1’inin eğitim aldığı ve %47,9’unun geleneksel uygulamaları yaptığını bildirmiştir. Bilgin ve arkadaşı (2016), postpartum dönemde uterus masajı uygulananların postpartum ağrı şiddetini daha az algıladığını belirtmiştir. Gebe, yenidoğan ve anne için çok hassas olan bu dönemlerde bakım verici rolünde olan ebelerin kanıta dayalı yaptıkları araştırmalar sayı olarak yetersiz bulunmasına rağmen, incelenen araştırmalarda kanıta dayalı uygulamaların yenidoğan ve anne bakımına olumlu etkisinin olduğu saptanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Kanıta Dayalı Uygulamalar, Prenatal, Doğum, Postnatal

ABSTRACT

Our purpose is to systematically investigate the evidence-based practices performed by midwives in Turkey, and to establish the results of the studies on such evidence-based practices. Systematic review included 579 articles published between 2000 and 2015 that were screened in the “Google Academic” data base with the key word of “evidence-based practices in midwifery”. Of these articles, three evidence-based studies that are consistent with research criteria and conducted by the nurses and midwives in Turkey constituted the sampling of the review. Gökduman et. al. (2010) reported that a quarter of the mother received education on use of herbaltea to increase mother milk production during the first six months of delivery, and 57% of the subjects who used herbaltea stated that their milk supplywas increased. Gökduman et. al. (2013) found that of all mothers who performed traditional practices for increasing mother milk, 52.1% of the mothers who had a 0 to 6 month-old-infant received proper training, and 47.9% practiced traditional modalities. Bilgin et. al. (2016) reported that the sewhoreceived uterine massage during postpartum period perceived less postpartum pain. Evidence-based studies conducted by midwives, who play a role as caregivers for pregnant, mother and newborn during these crucial periods, are scarce in number, however reviewed studies revealed that the evidence-based practices bear a positive effect on newborn and mother care.

Keywords: Evidence-Based Practices, Prenatal, Birth, Postnatal.

* 3. Uluslararası & 7. Ulusal Ebelik Öğrencileri Kongresi, 26-29 Nisan 2016, Adana (Sözel Bildiri)

¹İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Ebelik Bölümü Öğrencisi, esmyasar@gmail.com, ORCID: 0000-0001-6880-4601

²İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Ebelik Bölümü Öğrencisi, rabia_aydin@outlook.com, ORCID: 0000-0002-0335-6454

³Doç.Dr.Cerrahi Hastalıkları, İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa Sağlık Bilimleri Fakültesi Ebelik Bölümü Öğretim Üyesi, gennur@yahoo.com, ORCID: 0000-0001-9906-4888

İletişim / Corresponding Author:

Nuran GENÇTÜRK

Geliş Tarihi / Received: 11.06.2018

e-posta/e-mail:

gennur@yahoo.com

Kabul Tarihi/Accepted: 30.04.2019

GİRİŞ

Sağlık bakım sisteminde artan maliyet, hasta bakımında ortaya çıkan hatalar ve bakım uygulamalarında harcanan zaman gün geçtikçe artmaktadır. Bu artışa paralel olarak kanıta dayalı uygulamalar önem kazanmış ve sağlık bakım sisteminin verimliliğini arttırmak, sağlık alanına harcanan maliyeti düşürmek için gün geçtikçe daha çok kullanılması zorunlu olmaya başlamıştır.

Kanıt temelli araştırmalar, belli bir alanda bir ya da birden fazla faktör temel alınarak yapılan araştırmalardır. Bu araştırmalar sayesinde ulaşılan sonuç ise özellikle sağlık bakım sisteminde, yapılacak tedavilerin belirlenmesi, gerekli bakımın verilmesi açısından çok önemlidir.^{1,2}

Ebelik mesleği geleneksel ve bilimsel olguları içerisinde barındırdığı için kanıta dayalı uygulamalara en çok ihtiyacı olan mesleki disiplinlerden biridir. Ebelerin birincil görevi olan prenatal, doğum ve postnatal dönemde gebe, anne, yenidoğana yönelik vereceği bakım; bebek ve anne açısından oldukça önemlidir. Fizyolojik bir durum olan doğum eyleminde kanıt temelli ve kadının doğasına ters düşmeyen uygulamalara çokça gereksinim duyulduğu bir gerçektir. Bu hassas dönemlerde verilen bakımlar kanıt temelli olduğunda ebelik bakımının etkinliği artmakta, sağlık sistemi bakımından maddi yük azaltmakta, bakım alanı açısından ise daha güvenli olmaktadır.

Kanıt temelli yaklaşımlar ile fizyolojik bir süreç olan doğumda yapılan epizyotomi, suni sancı, vakum gibi müdahaleler azalacağı için doğum sonunda anne ve bebeğin daha az zarar görmesi sağlanmış olacaktır. TNSA 2013 verilerinde sezaryen doğum oranı ülkemizde %48 olarak açıklanmıştır. Doğum eyleminde kullanılacak kanıt temelli yaklaşımlar ve doğum öncesi verilen eğitimlerle kadının normal doğum yapacağı konusunda kendine güveni artar; etkin solunum ve gevşeme egzersizlerini uygulayarak doğum kasılmalarıyla başeder ve bunun sonucunda da ülkemizde gün geçtikçe artan sezaryen oranlarında bir

düşme sağlanabileceği açısından önemlidir. Aktif doğum yaklaşımının fizyolojik bir durum olduğu, doğum sürecinde birincil olarak annenin rol aldığı, doğumu kolaylaştıracak ve müdahalesiz doğumların sayısını arttıracak uygulamalar yaygınlaştırılmalıdır. Bu uygulamaları yaygınlaştırmanın en kolay yolu ise uygulamaların kanıt temelli olması ve faydalarının herkes tarafından kabul edilmesidir. “Gebelikte egzersiz yapmanın doğumu kolaylaştırması” gibi kanıt temelli uygulamalar birçok kişi tarafından kabul edilmiş girişimlerdendir.³ Literatürde kanıt temelli uygulamalar ile desteklenen “evde doğum” veya “suda doğum” yöntemleri hem bireyin kendi tercihlerini yapabilmesi hem de daha rahat bir ortamda doğum eylemini gerçekleştirmesi açısından önemli olduğu belirtilmektedir. Yine aynı literatürde gebenin kendisini rahat hissettiği bir ortamda doğum eylemini gerçekleştirmesinin, doğumu kolaylaştırdığı vurgulanmaktadır.⁴

Doğum öncesi dönem, ebeğin mesleki yükümlülükleri açısından son derece önemli bir dönemdir. Bu dönemde yapılan eğitimler hem doğumun şeklini belirlemede hem de gebeyi ve eşini anne-baba olmaya hazırlamakta büyük rol oynamaktadır. Doğum öncesi verilen etkin eğitimler bebek bakımı konusunda ailelerin birçok sorusunu yanıtlamaktadır. Geçmişten beri en çok kullanılan yöntemlerden biri olan Lamaze Felsefesine dayalı doğuma hazırlık eğitimi doğum algısına ve doğum sürecine bakışta büyük ölçüde fayda sağlamaktadır. Bu eğitimin temel amacı gebeyi bedensel ve duygusal açıdan bilinçli bir şekilde doğuma hazırlamaktır. Kanıta dayalı araştırmalar bu eğitimlerin büyük ölçüde başarılı olduğunu göstermektedir.⁵ Postpartum erken dönem ise yine yenidoğanın ve annenin ebe tarafından yapılacak takip ve destek bakımlara oldukça ihtiyacının olduğu dönemlerden biridir. Bu dönemde gebeye verilecek bakımların kanıt temelli olması hem bakım vereni hem de bakım alanı rahatlatması ve geri dönüşlerin olumlu olması açısından çok önemlidir. Bu dönemde uygulanan erken ambulasyon,

perine bakımı, postpartum kanama takibi, genital bölgeyi enfeksiyondan koruma yöntemleri gibi basit ve zamanında düzenli olarak yapılması gereken uygulamalardır. Bu uygulamaların kanıt temelli olması uygulamanın güvenilirliği açısından önemlidir. Özellikle kadın ölümlerinin en önemli nedenlerinden biri olan kanamalar, postpartum erken dönemde büyük öneme sahiptir. Kanıt temelli uygulamalar ile bu

bakımların önemi açıkça ortaya konmuştur.⁶

Bu araştırmamızın amacı ise Türkiye’de prenatal, doğum ve postnatal dönemde ebelerin yaptıkları kanıta dayalı uygulamaları sistematik bir şekilde inceleyerek ebelerin kanıta dayalı uygulamalar konusundaki araştırma sonuçlarını ortaya koymaktır.

YÖNTEM

Türkiye’de prenatal, doğum ve postnatal dönemde ebelerin yaptıkları kanıta dayalı uygulamaları belirlemek amacıyla yapılmış sistematik bir derlemedir. Sistematik derleme Moher ve arkadaşları (2009) tarafından geliştirilen Prisma akış şeması doğrultusunda yapılmıştır.⁷ Literatür taraması “Google Akademik” veri tabanında “ebelikte kanıta dayalı uygulamalar” anahtar kelimeleriyle 9 Şubat - 27 Şubat 2016 tarihleri arasında gerçekleştirildi.

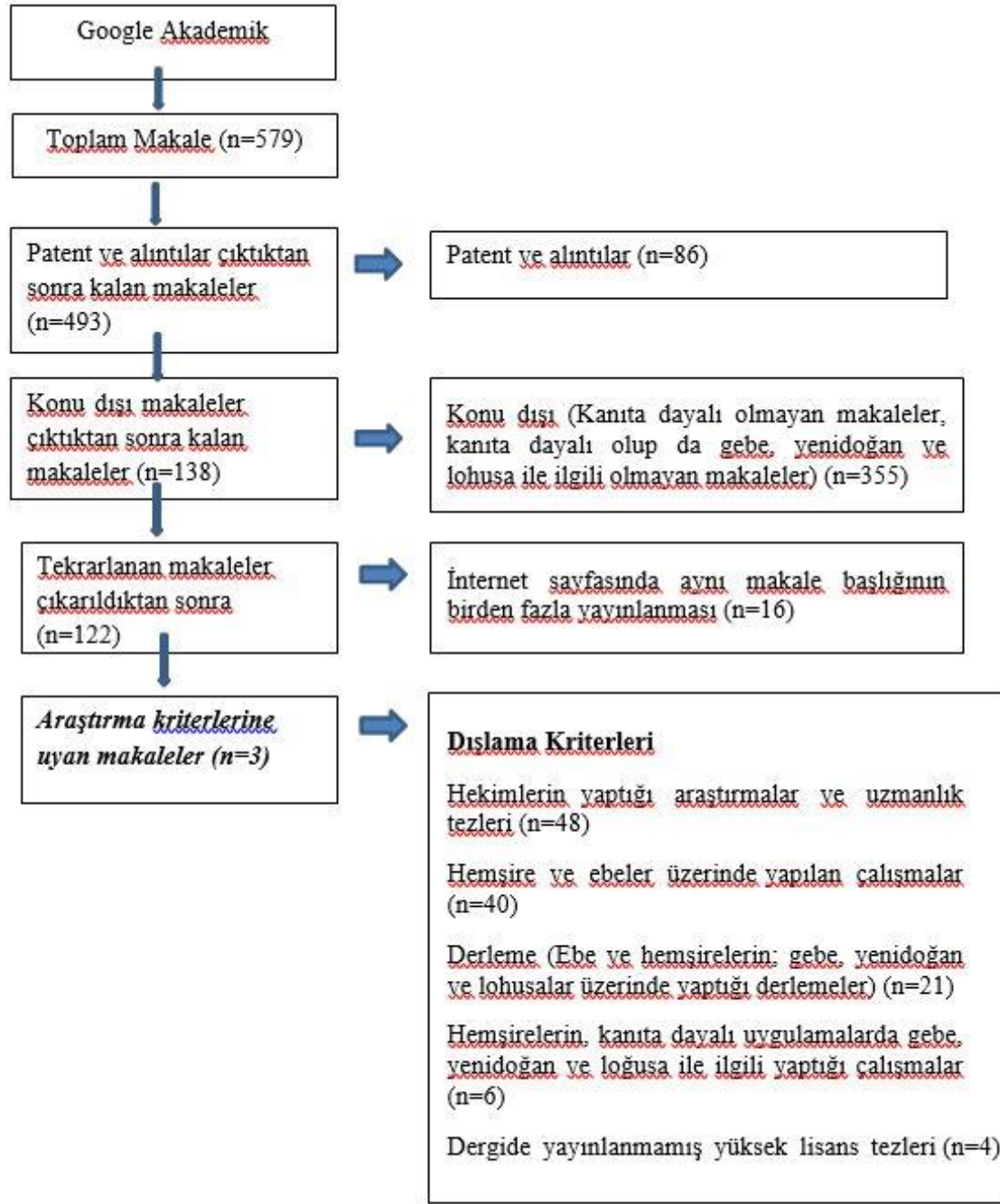
Sistematik derlemenin evrenini “Google Akademik” veri tabanında “ebelikte kanıta dayalı uygulamalar” anahtar kelimeleriyle taranmış ve 2000 - 2015 tarihlerinde yayınlanmış 579 makaleye oluşturdu. 579 makaleden patentler ve alıntılar, konu dışı ve tekrarlanan makaleler çıkartıldıktan sonra araştırma ve dışlama kriterlerine uyan Türkiye’de, prenatal, doğum ve postnatal dönemde ebelerin yaptıkları üç kanıta dayalı araştırma sistematik derlemenin örneklemini oluşturdu (Şekil 1).

Araştırmanın Kriterleri

- Araştırmaların Türkiye’de yapılmış olması,
- Ebelerin yaptığı araştırmalar olması,
- Gebe, yeni doğan ve loğusa üzerinde yapılmış olması
- Tam metni yayınlanmış araştırmalar olmasıdır.

Dışlama Kriterleri

- Derlemeler,
- Dergide yayınlanmamış yüksek lisans tezleri,
- Hemşireler ve ebelerin üzerinde yapılan araştırmalar,
- Hemşirelerin yaptığı araştırmalar,
- Hekimlerin yaptığı araştırmalar,
- İlaç kullanılarak yapılan araştırmalar,
- Yurt dışında yapılan ebelikte kanıta dayalı araştırmalar olmasıdır



Şekil 1. Araştırmanın PRISMA Akış Şeması

BULGULAR VE TARTIŞMA

Literatür taraması sonucu araştırmaya dahil edilen üç araştırmanın 2010-2016 yılları arasında yayınlandığı ve araştırma kapsamına alınan iki araştırmanın tanımlayıcı (Gökdoğan, Akdolun Balkaya, 2010; Gökdoğan, Akdolun Balkaya, 2013), bir araştırmanın randomize kontrollü (Bilgin, Kömürcü 2016) olduğu saptandı. Gökdoğan ve Akdolun Balkaya'nın (2010) "annelerin

doğumdan sonra ilk altı ayda anne sütünü arttırmaya yönelik bitkisel çay kullanma durumları ve bunları etkileyen faktörleri belirlemek" amacıyla yaptığı tanımlayıcı araştırmada örnekleme yaş ortalaması $26,85 \pm 4,87$ olan 216 anne oluşturmuş ve bu araştırmanın sonucunda annelerin eğitim düzeyi arttıkça bitkisel çay kullanımının da belirgin olarak arttığı saptanmıştır.

Gökduman ve Akdolun Balkaya'nın (2013) "0-6 aylık bebeği olan annelerin emzirme durumlarını, anne sütünü artırmaya yönelik geleneksel uygulamalarını ve etkileyen faktörleri belirlemek" amacıyla yaptığı tanımlayıcı araştırmada örnekleme yaş ortalaması $26,85 \pm 4,87$ olan 216 anne oluşturmuş ve bu araştırmanın sonucunda annelerin anne sütünü artırmak için daha çok geleneksel uygulamaları yaptıklarını ve modern uygulamalar konusunda eğitime gereksinimleri olduğu belirlenmiştir. Bilgin

ve Kömürcü'nün (2016) "uterus masajının kadınların postpartum ağrı şiddetini algılamasındaki etkisini belirlemek" amacıyla yaptığı randomize kontrollü çalışmada örnekleme, yaş ortalaması $24,74 \pm 4,31$ olan 150 kadın oluşturmuş ve sonuç olarak postpartum dönemde uterus masajının özellikle "transabdominal fundus masajı"nın ağrıyı azaltmada etkili olduğu, analjeziklerin kullanım oranını azalttığı gösterilmiştir (Tablo 1).

Tablo 1. Türkiye’de Ebelerin; Gebeler, Yeni Doğan ve Lohusalar Üzerinde Yapılmış Oldukları Kanıtı Dayalı Araştırmalar

Araştırma Bilgileri	Örneklem Bilgileri	Araştırma Bulguları	Sonuçlar
<p>Mine Gökduman, Nevin Akdolun Balkaya, 2010.⁸</p> <p>Araştırmanın Amacı</p> <p>Annelerin doğumdan sonra ilk altı ayda anne sütünü arttırmaya yönelik bitkisel çay kullanma durumları ve bunları etkileyen faktörleri belirlemek</p> <p>Araştırmanın Yapıldığı Yıl/İl ve Yöntemi</p> <p>2008/Kütahya Tanımlayıcı araştırma</p>	<p>N = 216</p> <ul style="list-style-type: none">• Annelerin yaş ortalaması $26,85 \pm 4,87$• %53,2 İlkokul mezunu• %89,4 Ev Hanımı• %45,8 Gelir düzeyi yetersiz• %81,5 En uzun şehirde yaşamış• %70,4 Çekirdek aile• %60 Birden fazla çocuğa sahip	<ul style="list-style-type: none">• %65 İlk altı ay sadece anne sütü verenler• %72,7 anne sütünün yeterli olduğunu düşünüyor• %22,2 Emzirme ve anne sütünü artırıcı önlemler/ uygulamalar hakkında eğitim almış• Emzirme ve anne sütünü artıran uygulamalar/önlemler hakkında eğitim alan annelerin %37,5'i, eğitim almayan annelerin ise %28'i anne sütünü artırmak için bitkisel çay kullanmış• Bitkisel çay kullananların<ul style="list-style-type: none">- %30,9 ≥ 25 yaş- %39,1 \geq Ortaokul- %56,5 Çalışan anne- %35,9 Gelir durumu iyi• Bitkisel çay kullanımı en çok<ul style="list-style-type: none">- 3. Ay %35,6- 4. Ay %30,2- 5. Ay %32,4 <p>Anne sütünü artırmak için bitki çayı kullananların en çok % 76,9 oranında rezene çayı içmiş</p> <ul style="list-style-type: none">• Bitkisel çay kullanan annelerin %57'si kullandıkları çayın süt miktarını arttırdığını belirtmiş	<ul style="list-style-type: none">• Çalışmada emzirme ve anne sütünü artırıcı uygulamalar/önlemler hakkında eğitim alan annelerin %37,5'i sütlerini artırmak için bitkisel çay kullanırken, eğitim almayan annelerin %28'i bitkisel çay kullanmıştır.• Anne sütünü artırmaya yönelik bitkisel çay kullanımını, annelerin eğitim düzeyi ve çalışma durumu önemli derecede etkilediği saptanmış. Annelerin eğitim düzeyi arttıkça bitkisel çay kullanımı da belirgin olarak artmaktadır.

Tablo 1. Türkiye’de Ebelerin; Gebeler, Yeni Doğan ve Lohusalar Üzerinde Yapılmış Oldukları Kanıta Dayalı

Araştırmalar (Devamı)

Araştırma Bilgileri	Örnek	Araştırma Bulguları	Sonuçlar
<p>Mine Gökduman, Nevin Akdolun Balkaya 2013.⁹</p> <p>Araştırmanın Amacı</p> <p>0-6 aylık bebeği olan annelerin emzirme durumlarını, anne sütünü artırmaya yönelik geleneksel uygulamalarını ve etkileyen faktörleri belirlemek</p> <p>Araştırmanın Yapıldığı Yıl/İl ve Yöntemi</p> <p>2008/Kütahya Tanımlayıcı araştırma</p>	<p>N=216</p> <ul style="list-style-type: none">• Annelerin yaş ortalaması 26,85±4,87• %53,2 ilkokul mezunu• %89,4 ev hanımı• %45,8 düşük geliri	<ul style="list-style-type: none">• %77,8 emzirme ve anne sütünü artırıcı uygulamalar/önlemler hakkında herhangi bir eğitim almamış• %72,7 sütlerinin yeterli olduğunu düşünmekte• %65 bebeklerini ilk altı ay sadece anne sütüyle beslemiş• %80,1'i sütlerinin yeterli gelmediği düşüncesiyle anne sütünü artırmaya çalışmışlar• <i>Anne sütünü arttırmaya yönelik</i><ul style="list-style-type: none">- Geleneksel uygulamaları yapan %52,1 eğitim almış- Modern uygulamaları yapan %8,3'ü eğitim almış- Geleneksel+modern uygulama yapan %37,5'u eğitim almış• Bu amaçla<ul style="list-style-type: none">- %9,2 modern- %47,9 geleneksel- %42,7geleneksel+modern uygulamaları yapmış• Anneler<ul style="list-style-type: none">- %62 su- %24,1 süt- %20,8 tatlı- %18,1 incir- %17,6 soğan- %16,2 meyve-meyve suyu- %14,8 rezene çayı	<ul style="list-style-type: none">• Annelerin yaşı, çalışma ve gelir durumu, yaşayan çocuk sayısı, bebeklerini besleme şekli, sütlerinin yeterliliğine ilişkin düşünceleri ile emzirme ve anne sütünü artırıcı uygulamalar/önlemler hakkında eğitim alma durumu anne sütünü artırmaya yönelik uygulamalarda etkili bulunmuş.• Annelerin anne sütünü artırmak için daha çok geleneksel uygulamaları yaptıklarını ve modern uygulamalar konusunda eğitime gereksinimleri olduğu saptanmış.

Tablo 1. Türkiye’de Ebelerin; Gebeler, Yeni Doğan ve Lohusalar Üzerinde Yapılmış Oldukları Kanıtı Dayalı Araştırmalar (Devamı)

Araştırma Bilgileri	Örneklem Bilgileri	Araştırma Bulguları	Sonuçlar
<p>Zümrüt Bilgin, Nuran Kömürcü 2016.¹⁰</p> <p>Araştırmanın Amacı</p> <p>Uterus masajlarının kadınların postpartum ağrı şiddetini algılamasındaki etkisini belirlemek</p> <p>Araştırmanın Yapıldığı Yıl/İl ve Yöntemi</p> <p>2015/İstanbul Randomize kontrollü araştırma</p>	<p>N=150</p> <ul style="list-style-type: none">• Transabdominal Dairesel Fundus Masajı Grubu=TDFMG) = 50• Transabdominal Bimanuel Fundus Masajı Grubu=TBFMG) = 50• Kontrol Grubu = KG) =50• Yaş ortalaması 24,74±4,31 Anneler 37-41. Gebelik haftasında• %48,7 Ortaokul/lise mezunu• %14,7 Çalışan• %10,7Gebeliğinde sigara kullanan• %65,3 40-41. Gebelik haftası	<ul style="list-style-type: none">• Kadınlar gebeliğinde ortalama 14,05±5,53 kg aldı• Kadınların postpartum dönemde gözlemlenen <p><i>-Fiziksel Durum</i></p> <p>TDFMG %51,1 Çok iyi TBFMG %66 Halsiz/yorgun KG %64 Halsiz yorgun</p> <p><i>-Duyusal Durum</i></p> <p>TDFMG %62 Mutlu TBFMG %64 Mutlu KG %76 Mutlu</p> <p><i>-Anne-Bebek Etkileşimi</i></p> <p>TDFMG %96 iyi TBFMG%96 iyi KG %96 iyi</p> <p><i>-Annenin Destek Gereksinimi</i></p> <p>TDFMG %54 Yok TBFMG %56 Fizyolojik gereksinim KG %66 Yok</p> <p><i>-Perine Ağrısı</i></p> <p>TDFMG %82 Var TBFMG %92 Var KG %62 Var</p>	<ul style="list-style-type: none">• Postpartum dönemde uterus masajı uygulanan grupların (TDFMG ve TBFMG) kontrol grubuna göre postpartum ağrı şiddetini daha az algıladığı/hissettiği ve uterus masajdan çok az kadının rahatsız olduğu belirlenmiş.• Bu sonuçlara dayanarak postpartum dönemde uterus masajının özellikle “transabdominal fundus masajı”nın ağrıyı azaltmada etkili olduğu, analjeziklerin kullanım oranını azaltacağı, hemşirelik ve ebelik girişimi olarak kullanılabileceği söylenebilir.

Ebelerin birincil görevi olan prenatal, doğum ve postnatal dönemde gebe, anne, yenidoğana vereceği bakımın kanıtı dayandırılması, bakımın güvenilirliği ve etkinlik düzeyinin artırılması açısından çok önemlidir. Bu bölümde ebelerin kanıt temelli araştırmaları az olduğu için tartışmada hemşirelerin yaptığı kanıt temelli araştırmalardan yararlandı.

Tanrıverdi ve arkadaşlarının (2014) anne sütünü arttıran faktörlere ait görüş ve yaklaşımları belirlemeyi amaçladığı

araştırmada; annelerin %95,7’si yiyecek- içecekler ile sütlerinin artacağını düşündüklerini bildirmiştir. Annelerin %95’i suyun, %81,3’u ayranın, %79,3’u inek sütünün, anne sütü arttırmada etkin olduğunu belirtmiştir.¹¹ Erkaya ve arkadaşlarının (2015) araştırmasında sütlerini arttırmak için bir uygulama yapan annelerin %93,0 su, %87,7 sebze-yeşillik, %69,1 çorba, %48,1 komposto, %39,2 meyve, %34,7 rezene ayı gibi yiyecek- içeceklerin anne sütünü arttırdığına inandığı

saptanmıştır.¹² Temizsoy ve arkadaşlarının (2010) araştırmasında ise prematüre bebek sahibi annelerde kullanılan galaktogog ve uyku düzenleyici bitki çaylarının da süt miktarının artmasına etkili olduğu saptanmıştır. Anne sütünün artmasında en önemli faktörlerin yeterli sıvı almak ve yeterince dinlenmek olduğu saptanmıştır.¹³ Literatürde de süt üretimi için annenin dengeli beslenmesinin dışında süt üretimi için süt ve süt ürünleri başta olmak üzere kalsiyum içeren gıdaların tüketilmesinin önemi vurgulanmıştır.¹⁴ Gökduman ve arkadaşının (2010) bir araştırmasında 65 annenin anne sütünü arttırmak için bitkisel çaylar kullandıkları bu çaylar arasında % 76,9 (n=50) oranında Rezene çayını tercih ettikleri görülmektedir. Aynı zamanda bitkisel çay kullanan 65 annenin %57 (n=37)'si kullandıkları bitkisel çayların sütlerini arttırdığını belirtmişlerdir.⁸ Gökduman ve arkadaşının (2013) yaptığı başka bir araştırmada ise annelerin %80,1'inin sütlerinin yetersiz olduğunu düşündüğü ve sütlerini arttırmak için %62'sinin su tüketimini arttırdığı vurgulanmaktadır.⁹ Yapılan araştırmalar sistematik derlemenin kriterlerine uygun olan iki araştırmayı destekler niteliktedir. Araştırmalar sonucunda anne sütünü arttırmak için su tüketimini arttırmanın çok tercih edilen ve yüksek oranda anne sütünü arttıran bir yöntem olduğu görülmektedir. Yine aynı araştırmaların sonuçlarında süt miktarını arttıran en önemli faktörlerin yeterli sıvı almak ve yeterince dinlenmek olduğu saptanmıştır.

Taşçı ve arkadaşının (2007) “doğum ağrısına yönelik farmakolojik olmayan yaklaşımları incelemek” amacıyla yaptığı araştırmanın sonucunda doğum ağrısının; masaj, buz masajı vb yöntemleri ile azaldığı saptanmıştır.¹⁵ Literatürde doğum eylemi sırasında bel, bacak, omuz gibi bölgelere uygulanan masajın ağrı ve acıyı azalttığı,

doğumda rahatlama ve pozitif düşünmeyi sağladığı, depresif ruh durumunu gidermesi açısından tavsiye edilmektedir.¹⁶ Bilgin ve arkadaşının (2016) yaptığı çalışmada da postpartum dönemde uterus masajı uygulanan grupların kontrol grubuna göre postpartum ağrı şiddetini daha az algıladığı/hissettiği belirtilmiştir. Bu sonuçlara dayanarak postpartum dönemde uterus masajının özellikle “trans abdominal fundus masajı”nın ağrıyı azaltmada etkili olduğu ve analjeziklerin kullanım oranını azaltacağı için ebeler için girişimi olarak kullanılabilir.¹⁰ Taşçı ve arkadaşının bulguları da bu çalışmayı destekler niteliktedir.¹⁵

Yapılan araştırmalarda; anne sütünü arttırmak için kullanılan bitki çaylarının anne sütünü arttırdığı postpartum dönemde uterus masajının özellikle “transabdominal fundus masajı”nın ağrıyı azaltmada etkili olduğu saptanmıştır. Kanıta dayalı uygulama araştırmaları ebeler tarafından az sayıda yapılmış olmakla birlikte hemşire, hekimler tarafından da yapılmış ve araştırma sonuçları arasında benzerlikler vardır. Tartışmalarda ebelerin yaptıkları kanıta dayalı uygulama araştırmaları daha çok kadın doğum hemşireleri tarafından yapılan araştırmalarla tartışılmıştır. Bu durumda göstermektedir ki, ebeler kendi alanlarında kanıta dayalı uygulama ve araştırmaları arttırdıklarında doğru sonuçlara ulaşacak ve kendi sorunlarına kendileri çözüm bulabilecektir. Bu sorunların ortadan kalkması için hem klinik alanda çalışan hem de akademik alanda olan ebelerin kanıt temelli uygulamalara önem vermesi, bu alanlarda araştırmalar yapması ve yapılan araştırmaların kliniğe taşınmasında da klinikte bulunan ebeler ile akademik alanda olan ebelerin birlikte çalışması gerekmektedir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Amacı Türkiye’de prenatal, doğum ve postnatal dönemde ebelerin yaptıkları kanıta dayalı uygulamaları sistematik bir şekilde inceleyerek ebelerin kanıta dayalı uygulamalar konusundaki araştırma sonuçlarını ortaya koymak olan bu sistematik derlemenin çalışma kriterlerine uyan üç araştırmanın sonuçları incelendiğinde, ebelerin yaptıkları çalışmalarda olumlu sonuçlara ulaştığı fakat

kanıt temelli uygulamalar ile ilgili yeterli çalışma yapmadıkları görülmektedir. Bu alanda yapılan çalışmaların artırılması gerekmektedir. Ebelerin yaptıkları kanıta dayalı uygulamaların artırılması için ise gerek klinik alanda çalışan, gerekse ebelik bölümünde yüksek lisans\doktora yapan ebelerin bu konularda daha fazla araştırma yapması ve yapılan araştırmaların uygulamaya aktarılması önerilmektedir.

KAYNAKLAR

1. Çopur, E.Ö. (2015). Hemşirelikte kanıta dayalı uygulamalara genel bakış. Sağlık ve Hemşirelik Yönetimi Dergisi, 1 (2), 51-55.
2. Yurtsever, S., Altıok, M. (2006). Kanıta dayalı uygulamalar ve hemşirelik. FÜ Sağlık Bil. Dergisi, 20 (2), 159-166.
3. Serçekuş, P., İsbir, G.G. (2012). Aktif doğum yaklaşımının kanıta dayalı uygulamalar ile incelenmesi. TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni, 11 (1), 91-102.
4. Bayram Onat, G. (2009). Kanıta dayalı uygulamalar doğrultusunda alternatif bir doğum yöntemi: Evde doğum. Maltepe Üniversitesi Hemşirelik Bilim ve Sanatı Dergisi, 2 (3), 99-104.
5. Coşar, F., Demirci, N. (2012). Lamaze felsefesine dayalı doğuma hazırlık eğitiminin doğum algısı ve doğuma uyum sürecine etkisi. SDÜ Sağlık Enstitüsü Dergisi, 3 (1), 18-30.
6. Er Güneri, S. (2015). Postpartum erken dönem kanıta dayalı uygulamalar. Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi, 4 (3), 482-496.
7. Moher, D., Liberati, A., Tetzlaff, J., Altman, D., The Prima Group (2009). Preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses: the PRISMA Statement. Open Medicine, 3 (2), 123- 130.
8. Gökduman, M., Akdolun Balkaya, N. (2010). Anne sütünü artırmaya yönelik bitkisel çay kullanımı ve etkileyen faktörler. Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Elektronik Dergisi, 3 (4), 187-194.
http://acikerisim.deu.edu.tr/xmlui/bitstream/handle/12345/4570/187-194_pdf.pdf?sequence=1&isAllowed=y, 28.03.2016.
9. Gökduman, M., Akdolun Balkaya, N. (2013). 0-6 Aylık bebeği olan annelerin anne sütünü artırmaya yönelik geleneksel uygulamalar. Adnan Menderes Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi, 14(1), 31-41.
10. Bilgin, Z., Kömürçü, N. (2016). Uterus masajlarının kadınların postpartum ağrı şiddetini algılamasındaki etkisi. Zeynep Kamil Tıp Bülteni, 47(2), 39-44.
11. Tanrıverdi, S., Köroğlu, Ö., Kültürsay, N., Egemen, A. (2014). Annelerin anne sütünü arttıran faktörlere ilişkin görüş ve yaklaşımları. The Journal of Pediatric Research, 1 (2), 84-86.
12. Erkaya, R., Gürsoy, A.A., Güler, H. (2015). Annelerin anne sütünü artırmaya yönelik aldıkları besinler. Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi, 4 (3), 373-387.
13. Temizsoy, E., Karakoç Tarı, A., Gürsoy, T., Ovalı, F. (2010). Prematüre bebek annelerinde galaktogog ve uyku düzenleyici etkili bitki çaylarının anne sütünü arttırmaya etkisi. Yeni Tıp Dergisi, 27 (1): 29-32.
14. Peker Güler, P. (2009). Polikliniğimize başvuran 6ay- 12ay arası çocukların annelerinin; anne sütü ile beslenme ve emzirme konusunda bilgi düzeyinin ve uygulamalarının değerlendirilmesi. TC Sağlık Bakanlığı Bakırköy Dr. Sadi Konuk Eğitim ve Araştırma Hastanesi Aile Hekimliği Koordinatörü ve Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Uzmanlık Tezi. İstanbul.
15. Taşçı, E., Sevil, Ü. (2007). Doğum ağrısına yönelik farmakolojik olmayan yaklaşımlar. Genel Tıp Dergisi, 17 (3), 181- 186.
16. Mamuk, R., Davas, N.İ. (2010). Doğum ağrısının kontrolünde kullanılan nonfarmakolojik gevşeme ve tensel uyarılma yöntemleri. Şişli Etfal Hastanesi Tıp Bülteni, 44 (3), 137-144.