

HEMŞİRELİK LİTERATÜRÜNDEN ÖZETLER

**Ağrısız Doğum İçin Su Banyoları**

**Milner, I.: Nursing Times, January 6. vol. 84 No 1, 1988 p : 39-40**

**ÖZET : Ayşe IŞIK**

**En az tıbbi girişim ile doğum yapmak isteyen kadınların, dik suya daldırılması yoluyla ağrıdan kurtulmaları sağlanabilir.**

**Eylül 1983'de Huntingdonshire'deki Hinchingsbrooke hastanesi ve onun doğum birimi açılmıştır. Bu üniteye doğum mütehassısı ve ebe danışman olarak bulunmaktadır.**

**Tedavi olması gereken obstetrik veya tıbbi problemlili kadınların %20'si ve sağlıklı kadınların %80'i arasında "doğal doğum" a yardımcı olabilmek için bir saptama yapılmıştır. Birimin açılışından sonraki ilk üçbuçuk yıl içinde hem multipar hemde primiparlar için, bu yöntem (ağrısız doğum için su banyoları) çok başarılı olarak kullanılmıştır.**

**Şubat 1987'de, boyutları 4-7 ft (1.2192 m. ile 2.1336 m.) olan uzun beklernell havuz kullanılmaya başlanmıştır. Havuz 12 ile 18 inci (30.48 cm. ile 47.72 cm.) derinliğe kadar doldurulmuştur. Banyo boyunca olan avantaj ise kadınların kendilerini rahat hissettikleri herhangi bir pozisyonda daha fazla hareket etme özgürlüğüne sahip olmalarıdır. Gerek suyun içinde gerekse suyun dışında doğum ağrılan esnasında hareketin özgürlüğüne büyük önem veriliyordu. Eğer kadınlar kararlı ve girişken olmaya teşvik edilirlerse, onlara gizlilik ve yardım sağlanırsa, ağrı esnasında kendileri için doğru olan pozisyonları içgüdüsel olarak kabul edeceklerdir. Kadın banyo kenarını kullanmaksızın sık sık elleri ve dizleri ile çömelerek ya da diz çökerek banyonun ortasında en iyi pozisyonu almayı keşfedecektir. Bu pozisyonda ilik su sakrum üzerine ritmik olarak dökülebilir. Bu durum, kadınlar tarafından fazlaca beğenilmiş olan hafif, yatıştıncı bir masa] şeklindedir.**

Kasılmalar esnasında rahatsızlık duyan, endişeli ve gergin olan bir kadını yatıştırmak ve gevşetmekte derin bir banyo kullanılmıştır. İlik suda yatma, doğum ağrıları esnasında kadınlar için rahatlık ve gevşemenin etkili bir şeklidir.

Havuzda buldukları süre içinde birçok kadın gevşer ve cervix"led beklenilmesi gerekenden daha hızlı açılır. Uterus üzerine ilik suyun yumuşatıcı ve gevşetici etkisi öyle önemlidir ki, kadınlar doğum ağrıları uygun bir şekilde yerleşmeden önce havuz içine girerlerse uterus kasılmaları durabilir. Bu nedenle, travayda kadınların erken dönemde İlik suya sokulmamasına dikkat edilmesi gerekir. Böylece, genel bir kural olarak: kadınların havuz içine girmelerine izin vermeden önce, kasılmaların düzenli ve ritmik olması, cervix'in 4 cm. veya daha fazla açılmış olması, doğum ağrılarının süresinin artmış olması tercih edilir. Bununla beraber, cervical açılma henüz 2 veya 3 cm. deyen çok sıkıntı ve endişe hisseden bazı kadınlar da vardır. Bunların bebekleri sıklıkla oksipito-posterior pozisyonudadır. Dört ekstrernite üzerinde havuza girme ya da sol veya sağ yan pozisyonunda uzanmalarını onları diğer pozisyonlardan daha çok ferahlık ve rahatlık getirecektir.

Kadın havuzda gevşerken, rahatsız edilmemelidir. Bu nedenle, rutin incelemeleri o suya girmeden önce yapmak iyi bir fikirdir. Ateşi, nabızı, kan basıncı kaydedilmelidir. Keton ve proteini test etmek için idrarı da boşaltılmalıdır. Bebeğin kalp hızının kardiyotokografik kayımdan da yapılmasına çalışılmalıdır.

Banyo İlik, sessiz olmalı; ayrıca kadın, eşi ve ebesi için özel olmalıdır. Suyun ısısı sıcak değil. İlik olmalıdır. Kadın ya doğal güneş ışığı ya da Işık son' ışık ile banyo yapabilir.

Kadın, doğumun ikinci evresi başlayınca kadar, havuzda kalmalıdır. İkinci devre başlayınca yeterli zaman bulunursa kadına havuz dışında doğum için hazırlanmış olan odada yardım edilmelidir. Eğer doğum odasına gidecek kadar zaman yoksa, banyo da bebek doğurunu için uygun bir yer olabilir.

## Hastanede Gürültü

Hilton, A.: The Hospital Racket; How Noisy Is Your Unit ? American Journal of Nursing, 87, 1, January 1987. p : 59-61.

### ÖZET : Ayfer KARADAKOVAN

Gürültü, hastanede yatan hasta için can sıkıcı, sinirlendirici ve günlük yaşamı bozucu bir etki yaratmaktadır. Hasta kişinin gürültüye dayanma eşiği sağlıklı kişiden daha düşüktür. Sağlıklı bir birey için gevşetici etkisi olan müzik sesi hasta için rahatsız edici olabilir.

Gürültü diğer çevresel faktörlerle birlikte kronik güçsüzlüğün artmasına neden olur. Yaklaşık 50 dB (A) gürültü ağrı algılarını artırır. eç değişik hastanenin altı biriminde yapılan çalışma sonucunda yoğun bakım ünitelerinde 32.5-57 db (A) sürekli bir gürültü olduğu, yoğun bakım üniteleri dışında ise 34.3-62.5 dB (A) gürültü olduğu saptanmıştır: Çalışanların, ziyaretçilerin ve hastaların konuşma sesleri normal konuşma sesi olan 56-60 dB (A)'dan daha yüksek olarak bulunmuştur.

Hastanede kullanılan değişik aletlerin ses düzeyleri ise şöyledir  
Oksijen ve göğüs tübünden çıkan hava kabarcıkları ve ventilatör  
49-70 db (A),

Kardiyak monitör alarmı : 44-78 db (A)

Tuvalet sifonu : 44-76 dB (A)

Plastik ambalaj açılması 55-72 dB (A)

Kağıt yırtma veya buruşturma : 41-81 dB (A)

Dahili telefonun sesi : 60-70 dB (A)

Vital semptomların alınması 62-74 dB (A)

İdrar torbasının boşaltılması 58-77 dB (A)

Yatak ve yatak takımlarının değişimi : 56-66 dB (A)

Basit bir önlem olarak hasta odalarının kapıları= kapalı tutulması, alarmların daha kısa süreli çalmaları/ıl sağlayacak şekilde ayarlanması, telefonlara hemen yanıt verilmesi ve daha düşük bir ses çıkaracak şekilde zillerinin ayarlanması, gürültü çıkaran aletlerin olduğu yerde hastadan uzak tutulması hastaya rahat ve dinlendirici bir ortam sağlamada son derece önemlidir.

## Çift Eldivenli Korunma

**Matta, H., et al Does Wearing Two Pains of Glaves Protect Operating Theatre Staff From Skin Contarnination ?  
BMJ, 297 : 6648, 1988. 597-598.**

### ÖZET : Leyla KADtR.

Bir araştırmaya göre, iki çift cerrahi eldiven giymek, giyen kişinin derisinin hastanın doku ve sıvılarıyla kontaminasyonu riskine karşı korunmasını arttırır.

Çift eldiven giymiş cerrahların ve steril hemşirelerin 144 ameliyat sırasında kullandıkları 1456 eldiven, daha sonra delinme yönünden incelendi. İç ve dış eldivenler delinme yönünden karşılaştırıldığında; iç eldivenlerin 15 'I (% 2'si). 728 dış eldivenlerin ise 77'si (orb 11<sup>1</sup>) delinmişti. Delinmelerin çoğu (% 65'1) sol eldivende, özellikle işaret parmağında oluştu. Cerrahlann, diğerlerinden daha fazla riskte oldukları flnesirie rağmen, eldiveni giyen kişinin mertebesi önemli bir konu gibi görünmemektedir. Hasarlı eldiven giyenlerin yarısı eldivende delik oluştuğunun farkında değillerdir.

Cerrahi personele bağlı bilinen yüksek risk vakaları dışında, cerrahide çift eldivenin kabul edilmesinde, artmış güvenliğe karşın, duyarlılığın ' e el becerisinin azalması ve bazı vakalarda rahatsızlık gibi alternatifler incelenmelidir.