

**EBEVEYNLİĞE HAZIRLANMA VE DOĞUM
ÖNCESİ BAKIM**



DOĞUM ÖNCESİ BAKIM

**Öğrn.Hemşire: Şaziye Kaya
Numara:190301089**

SAĞLIKLI HAYAT ANNE KARNINDA BAŞLAR



Doğum öncesi bakım, anne ve fetüsün tüm gebelik boyunca düzenli aralıklarla, gerekli muayene ve önerilerde bulunarak, eğitilmiş bir sağlık çalışanı tarafından izlenmesidir. Prenatal ya da antenatal bakım hizmeti olarak da adlandırılmaktadır.

GEBELİK BELİRTİLERİ

ADET
GECİKMESİ

BAŞ
DÖNMESİ

BULANTI
KUSMA



GÖĞÜS
AĞRISI VE
HASSASİYET

HALSİZLİK

SIK İDRARA
ÇIKMA

DÖB KAPSAMI :

- *Gebelik öncesi bakım*
- *Gebelik tanısı*
- *İlk prenatal muayene*
- *Kontrol muayenesi*
- *Bilgilendirme-danışmanlık*



DOĞUM ÖNCESİ BAKIM TAKVİMİ

- *Gebenin en az bir bakıma eşi veya bir aile bireyiyle gelmesi teşvik edilmeli*
- *Tüm gebeler en az 4 kez izlenmeli*
 - 1.izlem "4.aydan öncesi(14 haftadan önce)"
 - 2.izlem "6.ayda(18-24 hafta arası)"
 - 3.izlem "8.ayda(30-32 hafta arası)"
 - 4.izlem "9.ayda(36-38 hafta arası)"
- *Ciddi anemisi olanlar 2 haftada bir*
- *Diğer riskli gebelikler(diyabet,preeklampsi vb.) haftada bir*
- *TDT bir hafta geçerse gebe sağlık kuruluşuna başvurmalı*



İZLEM PLANI

- *Öykü alma*
 1. *Kişisel*
 2. *Tıbbi*
 3. *Obstetrik*
 4. *Mevcut gebelik*
- *Fizik Muayene*
- *Laboratuvar*
- *Bağışıklama ve İlaç Dergisi*
- *Bilgilendirme ve Danışmanlık*
 1. *Gebeliğe bağlı yakınmalar*
 2. *Genel*
- *İzlem Fişinin Kontrolü*

SAĞLIKLI NESİLLER İÇİN SAĞLIKLI GEBELİK

- Az tuz tüketiniz.
- Aşırı kilodan kaçınınız.
- Her gebe muayenenizde tansiyonunuzu ölçtürünüz.
- Gebelikte, bilinen böbrek hastalığınız varsa mutlaka doktorunuza bildiriniz.
- Gebelik ve emzirme döneminde demir ilacı kullanmayı ihmal etmeyiniz.
- Gebeliğinizde sağlık personelinin danışmanlık alınız.(ağız ve diş sağlığı, beslenme, hijyen, ilaç kullanımı, cinsel yaşam, emzirme, gebeliği önleyici yöntemler vb...)
- Düzenli gebelik egzersizleri yapınız.
- Sigara, alkol vb. zararlı maddelerden kaçınınız.
- Gerekliğinde gebelik depresyonu ile baş edebilmek için uzmanlardan yardım alabilirsiniz.



FETAL GELİŞİM DÖNEMLERİ



- Embriyonik dönem: 5-10. Hafta
 - Organ gelişimi
- Fetal dönem: 11. Hafta-Term
 - Farklılaşma, gelişme ve maturasyon
- Birinci üçay (trimestir): 2-14. Hafta
- İkinci üçay: 15-28. Hafta
- Üçüncü üçay: 29-41. Hafta

GEBELİKTE TEHLİKE BELİRTİLERİ

VAGİNAL
KANAMA

VAGİNADA
FIŞKIRIR
TARZDA
AMNİOTİK SIVI
GELMESİ

BAŞ DÖNMESİ,
BULANIK VE
LEKELİ GÖRME

SÜREKLİ
KUSMA

FETAL
HAREKETLER
YOKLUĞU

ABDOMİNAL
AĞRI

OLİGÜRİ
VEYA
DÜZÜRİ
GÖRÜLMESİ

MASKÜLEN,
İRRİTABİLİTE
KONVÜLSİY
ONLAR



**BİLİNÇLİ ANNELER
SAĞLIKLI NESİLLER
MUTLU AİLELER**

