

Gebelikte Doğru Bilinen Yanlışlar

Doç. Dr. Suat Zengin

Doğru Bilinen Yanlışlar Yanlış Bilinen Doğrular



Halk

- Anne adayı 2 canlı olduğu için 2 kişilik yemek yemelidir.
- Hamile kadın aşerdiği gıdayı tüketmezse bebeğin bir uzvu eksik olur

Halk

- Kollarınızı havaya kaldırıp, esnetmek kordonun bebeğin boynuna dolanıp, düşmesine neden olur
- Bağırsak ve koç yumurtası yiyen kadının doğacak çocuğunun pipisi ve hayaları büyük olur...

Cinsiyet Kavgaları

- Tandıra konulan hamur sertleşirse doğacak çocuk erkek, sertleşmezse kız olur...
 - Bir sacın üstüne dökülen şapın şekli sivri olursa çocuk erkek, yuvarlak olursa kız olur...
 - Pişmiş yumurta ikiye kesildiğinde ortası çukur olursa doğacak çocuk kız, ortası dolgun olursa doğacak çocuk erkek olur...
 - Ekşi yiyen kadın kız çocuk, tatlı yiyen kadın ise, erkek çocuk doğurur...
 - Bir tasta suyu kepçeyle içen kadının çocuğu kız olur derler...
-

“Hamilelik 9 ay sürer”

- Son adet tarihine 7 gün eklenir ve aydan 3 çıkarılır.

21 Kasım + 7 = 28 Kasım

11. ay (Kasım) – 3 = 8. ay (Ağustos)

2014 + 1 yıl=2015

28.8.2015

- Doğum tarihinin tutma olasılığı %70 civarındadır.
- Ayrıca %10 ihtimalle bazı anne adaylarının çeşitli nedenlerle erken doğum yapar.

“Gebelikte cinsel ilişki bebeğe zarar verir”

- İlişkinin bebeğe de herhangi bir zararı bulunmamaktadır.
- Sadece anne adayının düşük ve erken doğum riski varsa cinsel hayat kısıtlanır.

‘‘Gebelikte sa boyatmak ve makyaj yapmak bebeğe zarar verir’’

- Gebelikte genel olarak kimyasallardan uzak durulmalı.
- Gebeliğin 3. ayından sonra sa boyatmanın sakıncalı olmadığı ortaya koyulmuştur.
- Makyaj maddelerinde ise minimal dozda kullanıldığı müddetçe bir sakınca görülmemektedir.

“Hamileyken spor yapılmaz”

- Bu dönemde ağır ve zorlu sporlar yapılmamalıdır.
- Gebelikte hareketsizlik, hem anne adayının hem de bebeğin hayatı için risklidir.
- Düzenli yürüyüş, yüzme ve hafif egzersizler önerilmektedir.

“Hamileyken uçağa binmek düşüğe neden olabilir”

- Gebelikte seyahat sakıncalı değildir.
- Ancak kısa mesafeler, en fazla 2 saat sürecek arabalı yolculuklar ve mümkünse uçak yolculuğu tercih edilmelidir.
- Uzun süreli uçak yolculuklarında aralıklı hareket yapılmalıdır.

“Dedektörlerden geçmek zararlıdır”

- İçinden geçilen dedektörler metal tespiti için olup, X ışını içermez ve bebeğe zarar vermez.

‘‘Gebelikte jinekolojik muayene zararlıdır!’’

- Hiçbir yakınma olmasa bile gebeye, kadın-doğum doktoruna ilk başvurduğu zaman genel bir jinekolojik muayene yapılmasında fayda vardır.
- Jinekolojik muayene düşük riskini artırmaz.

‘’Gebelikte ilk aylarda görülen leke tarzı kanamalar olağan sayılabilir!’’

- İlk 3 ayda görülen kanamalar düşük tehlikesi belirteci olabileceği için mutlaka Kadın-Doğum Uzmanına başvurarak ultrasonografi ile bebeğin gelişimi ile ilgili bilgi almak gerekmektedir.

‘‘Tüm gebelik boyunca gebelerin vitamin hapları alması gereklidir!’’

- Gebelikte bazı özel durumlar hariç düzenli vitamin kullanımına gerek yoktur.
- Düzenli beslenmek, gebelik dönemi boyunca ihtiyaç duyulan vitaminlerin tümü için yeterlidir.
- Şiddetli bulantı ve kusmalarda ve ileri derecede beslenme yetersizliği gösteren gebelerde ise düzenli beslenme tavsiyelerine ek olarak vitamin tedavisi gerekebilir.

‘‘Gebelikte tuz kısıtlaması gereklidir!’’

- Gebelikte vücutta sıvı tutulması gebeliğin normal seyrinin bir parçasıdır.
- 20. haftadan sonra ortaya çıkan ve yüksek tansiyon ve ödemle kendini belli eden Preeklampside ani kilo alımı ve sıvı tutulması tuz alımıyla ilgili değildir.
- Gebelerin yemeklerine normal sınırlarda tuz katmalarında bir sakınca yoktur.

Proteinüri

- Proteinüri
- Preeklampsia sadece HİPERTANSİYF bir durum değil, multisistemik bir sendrom
- Proteinüri, bu sendromik durumu test etmenin geleneksel bir yöntemi idi – Ancak bazı olgularda proteinüri olmaksızın eklampsia ya da şiddetli preeklampsia görülebiliyor. – Proteinüri miktarı ile maternal veya fetal sonuçlar arasında güçlü bir korelasyon saptanamıyor.
- Preeklampsia olarak sınıflandırmak için proteinüri şart değil; tüm sistemik belirti ve bulgular kullanılmalı

Hipertansiyon (140–159/90–109 mmHg 4 saat
arayla veya >160/110 birkaç dakika arayla)

+

Sistemik Tutulum (bir bulgu yeterli)

Proteinuri

spot idrar protein/kreatinin >0.3

Trombositopeni

Platelet <100000 /dl

Karaciğer fonksiyon bozukluğu

Renal yetmezlik

kreatinin >1.1 mg/dL

Pulmoner ödem

Serebral veya görsel semptomlar

USG

- DSÖ; hamilelik boyunca:
- 11-14. gebelik haftasında bebeğin Down Sendromu açısından değerlendirilmesi (ikili kombine test, ense kalınlığı testi),
- 22. haftada bebeğin anatomisinin değerlendirilmesi (ayrıntılı-detaylı ultrason),
- 30. haftada gelişme geriliğine bakılması ve
- 36. haftada genel değerlendirme olmak üzere hamilelik boyunca 4 ultrason takibi öneriyor.
- Fazla sayıda ultrason takibi nedeniyle bebekte bazı risk artışlarının (ses dalgalarının bebek üzerine etkisi) oluşabileceğine dair veriler artıyor.

USG

- Avustralyalı araştırmacılar 3.000 kadını inceledi ve 18-38 haftalık gebeliğin sık ultrason taramasının düşük doğum ağırlığına,
- *Doppler* ultrasonografi yapılmış olan bebeklerin, tarama almayan bebeklerden daha düşük bir doğum ağırlığına sahip olduklarını.

USG

- Vajinal ultrasona maruz bırakıldığında iki kat daha sık konuşma problemi
- Sık USG gecikmiş konuşmaya neden olabileceğini
- İsveç'te yapılan çalışma solaklıkta %32 artış

X-RAY

- 2-8 . Hafta organogenezis
- 10-17. Hafta SSS terotogenez riski

X-Ray

- Radyasyona bağlı fetal risk <5 rad dozlar için ihmal edilebilir.
- Bu doz gebelik boyunca toplam birikmiş dozdur.
- Karın ve pelvis bölgesinin kurşun yelekle örtülmesi
- Görüntüleme dilim sayısını azaltmak

X-Ray

- Servikal <1 rad
- Göğüs (iki yandan) 0.05 rad
- AP pelvis <1 rad
- Kalça 0.2 rad
- Baş BT <1 rad
- Göğüs BT <1 rad
- Torako-lomber BT 3.5 rad

MR

- Raporlanmış bir yan etki yok
- Ancak kullanılan kontrast maddelerin hayvan deneylerinde morbidite-mortalite nedeni olsada, insan üzerine yeterli çalışma yok

Tanısal Periton Lavajı-Laparotomi

- TPL<USG
- Supraumbilikal yaklaşım
- Laparotomi endikasyonu normal insanlarla aynı
- Fetüsü riske atar diye cerrahiden kaçınmamak gerekir

Gebelikte İlaçlar !!?

- FDA (Food and Drug Administration) gebelik için ilaç kullanımını 5 kategoriye ayırmıştır.
- Ancak, bu kategorilerin bir defalık kullanımın güvenilirliğini belirlemek için sınırlı değeri vardır.

A Kontrollü çalışmalarla ilacın fetüs için bir risk oluşturduğu gösterilememiştir.

B Hayvan çalışmalarında ilacın fetüs için bir risk oluşturduğu gösterilememiştir ve gebelerde kontrollü çalışmalar yapılmamıştır.
Hayvan çalışmalarında bir yan etki ortaya çıkmıştır ama gebede fetüs için bir risk olduğu gösterilememiştir.

C Hayvan çalışmalarında fetüs üzerinde bir yan etki olduğu gösterilmiştir ve gebelerde kontrollü çalışmalar yapılmamıştır ama olası yararlar, olası risklere rağmen, ilacın gebe kadınlarda kullanılmasını haklı kılabilir.

D Araştırma veya pazarlama deneyimlerinden ya da insanlardaki çalışmalardan elde edilen yan etki verilerine göre ilacın insan fetüsü için risk oluşturduğu yönünde kanıtlar vardır ama olası yararlar, olası risklere rağmen, ilacın gebe kadınlarda kullanılmasını haklı kılabilir.

X Hayvan ya da insanlardaki çalışmalar fetal anormallikler göstermiştir ve/veya araştırma ya da pazarlama deneyimlerinden elde edilen yan etki verilerine göre ilacın insan fetüsü için risk oluşturduğu yönünde kanıtlar vardır ve söz konusu riskler, ilacın gebe kadınlarda kullanılmasının olası yararlarından açıkça daha fazladır.

Ne Zaman Sedo-Analjezi ?

- Gebelerin % 6-7'si gebelik esnasında travma geçirir.
- Bu yaralanmaların %50'sinde ağrılı girişimsel işlem gerekir.

Ketamin

- Kas tonusunu artırır. Uterin kontraksiyon !!!? Erken gebelik ve 2 mg/kg < dozlarda.
- Maternal kan basıncı ve hızını % 20-30 artırır, HT gebede !!
- Gebelik kategorisi B

Propofol

- Hayvan çalışmalarında teratojenik etkisi yok.
- Gebelik sırasında maruz kalmanın major veya minör malformasyonlara yol açtığına dair bir kanıt yok.
- Gebelik kategorisi B

Benzodiazepinler

- Dokuz çalışmayı (1051013 gebe birey) içine alan bir meta analizde,
- Terotojenik riskte fazla bir artış yok (Odss ratio: 1.07)
- En fazla komplikasyon; oral creft (yarık damak-dudak).
- Gebelik kategorisi Midazolam için C

Opioide

- Herhangi bir opioide gebelik sırasında maruz kalmanın major veya minör malformasyonlara yol açtığına dair bir kanıt yok.
- Gebelik kategorisi C

Barbituratlar

- Uzun süreli ve yüksek dozlarda kullanımda (Epilepsi hastaları) konjenital malformasyon riski ? Kesin kanıt yok.
- Metoheksidal-B, Tiopental-C, Pentobarbital-D

Sonuç

- Bilmiyorsak bir bilene sormak
- Kaynakları masada hazır tutmak



Erdil Yaşaroğlu © www.komikaze.net