

DOGUM

Dogum sirasinda kimler yaninizda olacak?

Simdiden bir yakininizdan (anneniz,esiniz, kayinvalideniz, kiz kardesiniz ya da en yakin arkadasiniz) dogum sirasinda yaninizda olmasini istemis olabilirsiniz. Istemediyse de gec kalmadiniz. Su an ekstra destege ihtiyaciniz var ve yaninizda guvendiginiz insanlar olmasi iyi olacaktır. Siz musait olmazsaniz sizin ihtiyaciniz olan seyleri getirebilirler, fotograf ya da video cekebilirler. Yine de herkesden once merkezde siz varsiniz. Yapmak istediginiz seyleri siz kendiniz yapin ve baskasinin sizin yerine yapmasina musaade vermeyin. Dogumdaki hatiralariniz nadir ve ozeldir, bu nedenle de onemlidir. Biz bu bilgileri oncelikle anne icin versek de annenin yanindaki kisi de ayni derecede onemlidir. O da ne isteyip neyi istemedigini belirtmeli, rahatsiz oldugu bir sey varsa soylemelidir.

Ozel istekler

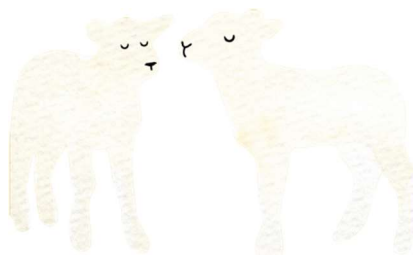
Bir dogum plani yapmis ve hangi pozisyonda dogum yapacaginizi belirtmis olabilirsiniz. Bu plana sadik kalabilirsiniz, fakat eger rahat etmediginiz bir durum olursa dogum sirasinda da istediginiz degisikligi yapmakta ozgursunuz. Genellikle cok fazla tibbi cihaza bagli degilsiniz, bu nedenle de bir cok olasiliginiz var. Kendi muziginizi, istediginiz bir fotografi ya da daha iyi aydinlatma icin kendi lambanizi bile getirebilirsiniz. Ne zaman isterseniz dus alabilirsiniz, hatta bazi hastanelerde banyoda bile dogum yapmaniz mumkun.

Agri kesiciler

Dogum sirasinda her zaman agri kesici isteyebilirsiniz. Bunu onceden hemsireye soyleyebilirsiniz. Ya epidural ya da morfin ignesi verilecektir. Bunlar sizi biraz uyku haline sokabilir ve bu nedenle de bebek dogdugunda tam olarak bilincli olmayabilirsiniz. Epidural biz anesteziist tarafından yapilmaktadir ve once cagrilmasi gerekir. Aksamlari ve geceleri her hastanede bir anesteziist olmayabilir. Bazi hastanelerde anesteziist dogum odasina gelirken, digerlerinde epidural ameliyat odasina yakin bir odada takilabilir. Epiduralin etkisini gostermesi zaman alir, bunu aklinizda bulundurun. Dogum sirasinda rahim agzinin acilmasi neredeyse tamamlandiginda epidural kullanmayi durdururlar. Dolayisiyla agri kesici almak istiyorsaniz gec kalmadan belirtin.

Bir taraftan, bebeginiz hayatta olmadigi icin aciya tahammul etmesi daha zordur. Diger taraftan, kaybin acisiyla birlikte fiziksel aciye da yasamak da iyi olabilir.

Agri kesici kullanmanin artilari ve eksilerini onceden konusmak faydali olacaktır.



Sağlık hizmeti uzmanlarından ne bekliyorsunuz?

Sağlık hizmeti uzmanlarından ne beklediğinizi belirtin. Ebenin doğuma katılmasını ister misiniz? Hemşirenin odada çok mu yoksa az mı olmasını istiyorsun? Bir doula mı tercih edersiniz ve onun işi nedir? Her şey her zaman mümkün olmayacaktır, ancak dileklerinizi tartışsanız, bunu göz önünde bulundurabilirler. Nelerden korktuğunuzu belirtmeniz de önemlidir. Bazen korkuların iyi bir bilgi veya basit bir yöntemle giderilmesi kolaydır. Aktif olarak sağlık uzmanlarından her yeni adımı açıklamalarını ve bu adımla ilgili soruları sormalarını aktif olarak isteyin. Bir anda tüm sorular size fazla gelecektir. Kararlarınızı adım adım vermeye çalışırsanız olaylar net kalacaktır ve geçtiğiniz ana uygun hissedeceklersiniz. Her zaman kendi bedeninizin kontrolünde olduğunuzun farkında olun. Çoğu zaman, canlı bir çocuğun doğduğu zamanki kadar düzenli olarak genişleme kontrol edilmez. Acilmanın ne kadar olduğunu bilmek istiyorsanız bunu sorabilirsiniz. Çocuğunuz doğum sırasında hala hayattaysa ancak yakında ölecekse, ne zaman olduğunu sorabilirsiniz. Düzenli olarak kalbini dinlemek istediğinizi sorun.

Fotoğraf ve Videolar

Artık cenazeden sonra bebeğinizi yanınızda taşıyamayacağınız için, onun anılarını kaydetmek için olan kısa zamanı değerlendirmek faydalı olacaktır. Her ne kadar zor olsa da cenazeye kadar olan zamanda mümkün olduğunca çok kayıt yapmak ve fotoğraf çekmek güzel anılar biriktirmeniz açısından önemli ve güzel olacaktır. Bu anıları biriktirmeye doğum sırasında başlayabilirsiniz. Bu anılar çok kişisel olduğu için fotoğraf ya da video çekmek istemeyebilirsiniz. İleride hiç bakmayacak olsanız bile olması iyi olur, keske dememek için... Ayrıca her zaman bir doğum fotoğrafçısından doğumda hazır bulunmasını isteyebilirsiniz. Genellikle doğum anne tarafından şaşkınlıkla geçer. Fiziksel çaba yorucudur ve duygular yoğun yaşanır. Doğumdan birkaç gün veya hafta sonra bunların hiç hamile kalmadığınızı ve bebeğiniz olmadığı fikrine sahip olabilirsiniz. Size gerçekten "olan" şeye huzur içinde ve sessizce bakabilmeniz için, doğumun filme alınması yardımcı olabilir. Çoğu insan genellikle fotoğraf ve filmin paylaşmak için olduğunu düşünür, ancak onların "kanıtı" olması sizin için çok yararlı olabilir. Yani bu görüntüleri sadece kendinize saklıyorsunuz. Elinizde hiçbir şeyin yoksa, geriye donuk bakabileceğiniz bir anınızda olmayacak.



Bebeğinizi doğumdan sonra grn ve karnınıza / göğsünüze alın

Bebeğiniz doğduğunda elbette onunla tanışmak istersiniz:

- Doğumdan hemen sonra göğsünüze yatırmalarını isteyebilirsiniz.
- Bunun için bir sre bekleyebilir ve yanınızda ki sağlık uzman kişilerden önce bunu işlemlerin yapılmasını isteyebilirsiniz.

Bunu dikkatlice dşnmeniz önemlidir nk bu an maalesef asla geri gelmeyecek. oğu anne sıcakkanlı bebeklerini hemen yanlarında bulundurmaktan hoşlanır. Bebeğiniz kısa sre sonra soğuyacak ve artık doğumdan hemen sonra olduğu kadar ısınmayacaktır.

Als je baby veel te vroeg geboren wordt zal de kleur van je baby in de meeste gevallen veel donkerder zijn dan van een voldragen baby. Doordat de huid nog zo dun is, kijkt je er eigenlijk nog doorheen en zie je soms alle adertjes lopen. De watermethode is een heel mooie manier om ervoor te zorgen dat je baby weer lichter gaat kleuren.

Bebeğiniz ok erken doğarsa, rengi oğu durumda tam gelismis vadesini tamamlamis bir bebeğin renginden çok daha koyu olacaktır. Cilt hala çok ince olduğu için aslında iini görebilir ve bazen tüm damarların aktığını görebilirsiniz. Su yöntemi, bebeğinizin yeniden daha açık renk almaya başlamasını sağlamanın çok güzel bir yoludur.

Daha fazla bilgiyi bu adreste bulunabilir: www.watermethode.nl

Hamileliğin daha ilerisindeyseniz ve bebeğiniz anne karnında öldüyse, bebeğinizin cildi biraz hasar görebilir. Ölümden sonra, karnında amniyotik sıvıya karşı koruma sağlayan sebum üretilmez. Genellikle bir süre (birkaç gün) ılık amniyotik sıvının içinde kaldığı için cildi kırılmaya başlayabilir (tıpkı bulaşıkları yıkadığımızda veya banyoda uzun süre oturduğumuzda olduğu gibi) veya hatta kendini bırakır. Bu yüzden cildinin tamamen sağlam olmadığını görürseniz paniğe kapılmayın. Buna maserasyon denir ve bunun bir parçasıdır. Yani lm nedeniyle hiçbir ilgisi yoktur.

Göbek kordonunun kesilmesi

Göbek kordonunun kesilmesi özel bir andır. Bebeğinizin anne ile olan bağını kesilmesidir. Bu anın böyle geçmesine izin vermeyin. Göbek bağını kimin keseceğini ve fotoğrafını çekeceğini düşünün. Ayrıca bir parça göbek kordonunu saklayabilir ve kurumaya bırakabilirsiniz.

Bebeğinizi yıkamak ve giydirmek

Prematüre bir bebeğin veya rahimde ölen bir bebeğin cildi çok kırılgan olduğundan, bebeğinizi hemen giydirmemek veya yıkamamak daha iyidir. ılık su, koruyucu tabakayı yıkar ve giysiler cildine yapışabilir, böylece onları daha sonra ıkaramazsınız.

Bu nedenle ilk olarak bebeğinizi selüloz bir matın arkasına sarmanızı tavsiye ederiz. Bu plastik taraf bebeğinizi koruyacaktır. Cenazeye kadar geçen günlerde durumu gozlemleyip ve bebeğinizi giydirebilir veya sarabilirsiniz.

Su yöntemini seçtiyseniz cenaze günü güzel bir banyo anı yaratabilirsiniz. Daha sonra soğuk suyu banyo yağı ile daha sıcak suyla değiştirebilirsiniz. Bebeğinizi bebek yağı ile ovup bir beze sarabilir veya giydirebilirsiniz.

Doğum sonrası ziyaret

Doğumdan sonra doğum odasında kimin sizi ziyaret edebileceğini düşünmenizde fayda var. Bebeğinize göstermek elbette güzel ama bazen böyle duygusal bir olaydan sonra çok fazla olabilir. Belki yakında eve gidebilir ve ziyaretçilerinizi orada kendi sessiz ortamınızda görmeyi tercih edebilirsiniz.

Plasentayı görme/saklama

Plasenta ve amniyotik kese bebeğinizin evi ve yemek odasıydı. Bebeğinizin nerede büyüdüğünü ve geliştiğini görmek güzel. Çocuğunuz artık hayatta olmadığı için buna bazen çok az dikkat edilir veya hiç dikkat edilmez. Plasentanın cerrahi olarak çıkarılması gerekiyorsa, genellikle sonradan görmezsiniz. Dilerseniz bunu belirtebilirsiniz. Plasenta neredeyse her zaman ileri inceleme için gönderilir. İsterseniz göbek kordonundan bir parça alıp saklayabilirsiniz (kurumasını bekleyin). Doktorların, ebelerin ya da bakıcıların bilmesi gereken başka şeyler varsa, bunları kendinize yazın ve önceden tartışın.



Ölüm sebebinin araştırılması mı?

Bazen bebeğinizin ölümünün nedeni, örneğin bir enfeksiyon teşhisi konduğu veya plasenta gevşediği için hemen anlaşılır. Dışarıdan görülebilen şeyler bunlar. Nedeni hemen bilinmezse, bebeğinizi daha fazla muayene ettirebilirsiniz.

Farklı araştırma yolları vardır:

Gorunum Arastirmasi

Doktor bebeğinizi her zaman dışarıdan muayene edecektir. Dışarıda bir doğum kusuruna işaret edebilecek herhangi bir şey görüp görmediğini görecektir. Buna yanıt olarak daha fazla araştırma tartışılmaktadır.

Babygram

Bu, bebeğinizi açmak zorunda kalmadan bebeğin içeriden görülebildiği bir MRI taramasıdır. Bebeğinizin vücudundaki çok fazla sıvı tutulması nedeniyle bunun artık mümkün olmadığı durumlar vardır. Nem daha sonra net olmayan bir görüntü verir.

Otopsi

Bu, patoloğun bebeğinizi açacağı ve tüm organları inceleyeceği ve daha ileri inceleme için doku parçalarını alacağı anlamına gelir. Otopsi sırasında beyni görmek için bebeğinizin kafatası da acilip otopsi yapılabilir.

Bebeğinizin beyni geri dönmeyecek ve bütünüyle incelemeye bırakılacaktır. Otopsiyi seçerseniz, otomatik olarak beyin otopsisini seçmezsiniz. Bunun için ayrı izin vermelisiniz. Otopsi yapılmadan önce doktorlar **her zaman** ebeveyn onayına ihtiyaç duyar. Beyni incelemek ve kafadaki dokuyu çıkarmak için ayrı izin gereklidir. Beyinde tespit edilecekleri şeyler arasında kanama ve oksijen eksikliği bulunur.

Otopsiyi seçerseniz, bebeğiniz morga sevk edilecektir. Bu genellikle bebeğinizin öldüğü hastanede olur, ancak bazen bebeğiniz başka bir hastaneye nakledilir. Patolog bebeğinizin göğsünü açacaktır. Bunlar, bebeğinizi tüm özen ve dikkatle muayene edecek çok tecrübeli kişilerdir.

Muayene birkaç saat sürecektir ve ardından bebeğiniz size geri dönecektir. Doktorlar bebeğinizin göğsünün ve muhtemelen kafatasının açılacağını ve yaraların düzgün bir şekilde bantlanıp bandajlanacağını açıklayacaktır. Bununla birlikte, giysilerle kaplı olsa bile her zaman hissedilebilir bir iz kalır, bu yüzden paniğe kapılmayın.

Dokunmanın bir süre kültürlenmesi gerektiğinden, sonuçların gelmesi genellikle birkaç hafta sürer. Doktorlar hastanede yapılacak bir toplantıda sonuçları size söyleyecektir.

Bu genellikle duygusal zor ve yüklü bir konuşmadır. Elinizden geldiğince kendinizi hazırlayın. Sohbeta tüm bu sorularla başlayabilmek için her zaman tüm sorularınızı yazın. Hiçbir soru çığınca değil.

Doktor size araştırma sonuçlarının ayrıntılı bir açıklamasını verecektir. Bazı durumlarda hiçbir şeyin bulunamayacağını ve ölüm nedeninin her zaman belirsiz kalacağını unutmayın.

Büyük olasılıkla, otopsi raporunu da alacaksınız. Bu çok tıbbi ve genellikle teknik terimleri içeren anlaşılması zor bir belgedir.