ANGLE DOĞUM AĞRISI ÖLÇEĞİNİN TÜRKÇEYE UYARLANMASI VE NONFARMAKOLOJİK YÖNTEM KULLANILARAK ETKİNLİĞİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ

Doğum yapmak bir kadının hayatında en önemli deneyimlerden birisidir. Aynı zamanda doğum eylemi, bugün bilinen ve tanımlanan en şiddetli ağrı kaynaklarındandır. Sürekli ve kontrol altına alınamayan doğum ağrısı anneyi mekanik olarak aşırı şekilde yorabilir, anksiyete ve strese neden olup, hiperventilasyon ile oksijen ihtiyacını arttırabilir. Doğumdaki ağrıyı gidermede kullanılan yöntemlerin amacı, anneye ve bebeğe herhangi bir olumsuz etkide bulunmadan doğrudan doğum ağrısını kontrol altına almak veya baş edilmesine yardımcı olmaktır.

Doğum ağrısı ani başlayıp çabuk ilerleyen ve duygusal faktörlerden etkilenen bir durum olduğundan, değerlendirmesinin de bir takım güçlükleri vardır. Doğum ağrısının ölçekler aracılığı ile ölçülebilir hale getirilmesinin faydaları; uygun tedavinin planlanması, sürdürülen tedavinin etkinliğinin anlaşılmasına yardımcı olması ve ağrı sürecinde anne ile işbirliği yapılmasına olanak sağlaması olarak gösterilmektedir.

Son yıllarda algılanan doğum ağrısının azaltılmasında farmakolojik yöntemlerin olumsuz yan etkileri nedeni ile nonfarmakolojik yöntemlerin daha sık kullanılması önerilmektedir. Ülkemizde son yıllarda doğum ağrısının özellikle ilaçsız yöntemlerle hafifletilmesine yönelik çok sayıda çalışma bulunmaktadır ve bu çalışmalarda ölçüm aracı olarak doğuma özgü olmayan, daha çok tek boyutlu ağrı ölçeklerinin kullanıldığı görülmektedir. Bu tez çalışması, iki aşamadan oluşmaktadır. İlk aşamasında doğum ağrısını ölçmeye özgü ilk geliştirilen ölçüm aracı olarak Oxford Üniversitesi'nde geliştirilen "Angle Doğum Ağrısı Ölçeği (ADAÖ)"nin Türkçe uyarlamasının yapılması, ikinci aşamasında ise ADAÖ Türkçe formunun algılanan doğum ağrısını azaltmaya yönelik nonfarmakolojik bir yöntem olan alt sırt bölgesi masajı ile etkinliğinin değerlendirilmesi hedeflenmiştir. Çalışmada doğum ve gebeliğe ilişkin bilimsel veri toplama formları ve ADAÖ ile birlikte genel bir ağrı ölçeği olan görsel kıyaslama ölçeği kullanılmıştır.

Araştırmanın ilk aşamasında yapılan istatistiksel analizler sonucu, ADAÖ'nün Türkçe uyarlamasının orijinal yapısı ile benzer olduğu görülmüştür. Yine ADAÖ Türkçe formunun, algılanan doğum ağrısını değerlendirmede Türk toplumu için geçerli ve güvenilir bir ölçüm aracı olduğu belirlenmiştir. İkinci aşamada ise gebelere alt sırt masajı uygulamasının algılanan doğum ağrısı düzeyini azaltmada etkili bulunmuştur. İkinci aşamada ayrıca ADAÖ'nün uygulanan alt sırt masajının etkisi ile oluşan ağrı değişimini ölçmede yeterli bir ölçüm aracı olduğu görülmüştür. Yaptığımız bu çalışma doğrultusunda ADAÖ'nün doğrum ağrısını değerlendirmede aktif kullanılması ve algılanan doğum ağrısını azaltmada diğer ilaçsız yöntemler ile kullanımının test edilmesi önerilmektedir.