PLANLI GEBELİĞİ OLAN KADINLARIN PREKONSEPSİYONEL DÖNEMDEKİ YAŞAM TARZI DEĞİŞİKLİKLERİNİN GEBELİK SONUÇLARINA ETKİSİNİN İNCELENMESİ

Amaç:Araştırma, planlı gebeliği olan kadınların prekonsepsiyonel dönemdeki (PD) yaşam tarzı değişikliklerinin gebelik sonuçlarına etkisinin retrospektif olarak incelenmesi amacıyla tanımlayıcı ve ilişki arayıcı olarak yapılmıştır.

Yöntem: Araştırmanın örneklemi güç analizi belirlenmiş, 480 kadın çalışmaya dâhil edilmiştir. Veriler araştırmacı tarafından geliştirilen "Kişisel Tanımlayıcı Bilgi Formuyla" toplanmıştır. Verilerin toplanması, çalışmanın yapıldığı hastanenin Doğum Sonu Bakım Ünitesindeki postpartum 1.-5. günler arasındaki kadınlarla yüz yüze görüşülerek lohusa odalarında gerçekleştirilmiştir.

Bulgular: Kadınların yaş ortalaması 28.91±5.74, %41.7'si üniversite mezunu, %62.7'si çalışmaktadır. Primiparların oranı %51.3, vajinal doğum oranı 61.2'dir. Prekonsepsiyonel dönemde sağlıklı gebelik için herhangi bir girişimde bulunanlar %27.5, gebeliğe hazırlıkla ilgili bilgi alanlar %54.6, sağlık personelinden bilgi alanlar %44.2 oranında belirlenmiştir. Gebeliğe hazırlık için PD'de sigarayı bırakanlar %7.3, sigarayı azaltanlar %5.2, gebeliklerinde sigara içmeye devam edenler %3.1 oranındadır. PD'de reçetesiz ilaç kullanma %28.8, folik asit kullanımı %49.8, multivitamin kullanımı %34.6 olarak saptanmıştır. Prekonsepsiyonel dönemde multivitamin kullananlarda kullanmayanlara göre bebeğin doğum haftası, doğum memnuniyeti istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermezken, bebeğin kilosu ve boyu anlamlı farklılık göstermiştir ($p<0.05$). Prekonsepsiyonel dönemde folik asit kullananlarda kullanmayanlara göre bebeğin doğum haftası, boy ve kilo ortalaması, Apgar skoru anlamlı farklılık göstermezken, doğum memnuniyeti ve doğum şekli farklılık göstermiştir ($p<0.05$). Kadınların sigara kullanma durumlarına göre Apgar skoru, doğum şekli ($p<0.001$), bebeğin boyu ile doğum memnuniyeti ($p<0.05$) arasında anlamlı farklılık bulunmuştur.

Sonuç: Kadınların yarısına yakını PD'de sağlıklı bir gebelik geçirmek için sağlık profesyonellerinden bilgi almıştı. Gebeliğe hazırlık için sağlıklı yaşam tarzı değişikliği yapan kadınların oranı düşüktü. Yaşam tarzı değişikliklerinden doğum sonuçlarını en fazla etkileyen faktör sigara kullanımıydı. Sınırlı etkisi olanlar multivitamin ve folik asit alınması ve aşı uygulamasıydı.