

Suda Doğum Sanatı



Sadece 2020 yılında İngiltere'de 26.000'den fazla anne adayı seçimini suda doğumdan yana yaptı. Sonuç: Mükemmel...



alplermedikal
next *generation*



Anne olmak
size çok yakışacak:))



www
suda-dogum
com



Hastanede veya Doğum Merkezinde Suda Doğum Yaparken Bilmeniz Gerekenler...

Suda doğumu son sıralarda sık duyar olduk. Hatta belki konu hakkında birkaç küçük bilgiye de sahip olabiliriz. Sadece 2020 yılında İngiltere’de 26.000’den fazla kadınla yapılan bir araştırmada, suda doğum yapanların daha az komplikasyon bildirdiği görüldü. Doğumlarda kullanım oranları ve sayıları takip eden yıllarda çok daha fazla artmış ve anne adayları suda doğum deneyimini daha risksiz bulmuşlardır. Suda doğumla ilgili çok az bilgiye sahip olan birçok anne adayı gerekli bilgileri ulaştıktan sonra seçimini suda doğumdan yana kullanmaktadır.

Su, doğası gereği yatıştırıcı ve sakinleştirici bir sıvıdır. Bu bizim genlerimizde vardır. Suyun içinde daha rahat ederiz. Suyun içinde dışarıda hissettiğinizden daha az acı ve sancı hissederiz. Anne adayları bu sebepten tercihlerini yaptıklarında en sağlıklı ve kolay doğum sürecini tercih ediyor.

- Suda doğum tam olarak nedir?
- Başlıca faydaları nelerdir?
- Endişeleriniz nelerdir?

Suda Doğum Havuzunun özellikleri

Dış Boyutlar: 193 x 165 cm

İç Derinlik: 69 cm

Oturma yeri: Evet

Hijyenik kılıf dahil: Evet



Suda Doğumun Temelleri (özetle)

Suda doğum; anne adayının su içerisinde doğum pozisyonlarını rahatlıkla uygulamasını kolaylaştıran ve yıllardan beri kullanılan bir yöntemdir. Anne adayı küvet ya da şişme havuzun içinde doktor/ebe gözetiminde pozisyon alarak doğum proseslerini başlatırlar. İstedikleri anda şişme havuzdan çıkıp doğuma jinekolojik doğum masasında devam edebilirler. Hamile kişi asla yalnız değildir. Eşi, bir aile üyesi ya da arkadaşı yanlarında bulunabilir. Bunda hiçbir sakınca yoktur.

Amaç anne adayını sakin ve huzurlu tutmaktır. Bir ebe veya doktor odada kalır ve anne adayına yardım eder. Bebek çıkar çıkmaz ebe onu suyun üstüne çıkarmaya yardım eder.

Evde veya istediğiniz herhangi bir ortamda da suda doğum yapabilirsiniz. Bu tamamen sizin tercihinize kalmış bir seçimdir. Kendi küvetinizde veya yüzme havuzunuzda suda doğum yapmak da mümkündür. Ancak bir doğum merkezinde veya hastanede suda doğum daha güvenli ve kolaydır. Küvet yeterince büyük veya derin olmayabilir. Bir yüzme havuzunun su sıcaklığını ve hijyenini korumakta zorlanabilirsiniz ve en önemlisi bir ebeye ulaşmak zor olabilir. Halbuki şişme doğum havuzunda her şey kontrol altındadır. Suyu sıcaklığı, miktarı ve temizliği gibi değişkenleri daima

kontrol edebilir ve bunları kendi isteğinize göre değiştirebilirsiniz. Suda doğum, ebenin küveti hazırlamasıyla başlar. Bundan sonrası çok kolay gelişir. Daha sonra şişme havuzun içine girebilirsiniz. Suyun içindeyken, sizin istediğiniz daha kolay doğum ve daha rahat bir pozisyon oluşturan herhangi bir pozu alabilirsiniz. Bir ebe, bacaklarınızı ve belinizi esneterek erken ağrılarınızı nasıl yöneteceğiniz konusunda size tavsiyelerde bulunabilir. Kan ve mukusun suya geçmesi yaygındır. Ebe bu maddeleri bir ağ ile sudan çıkarak temizleyecektir. Ayrıca çok nadir olarak su eklemesi de yapılabilir.

Anne adayı su içinde sancı sürecini yönetebilir ya da istediği zaman şişme havuzdan çıkıp doğum masasında doğumunu yapabilir ve isterse tekrar doğum havuzuna tekrar geri dönebilir. Bu tamamen annenin isteği doğrultusunda gelişen bir süreçtir.

Kasılmalar başladıktan sonra veya küvette kendinizi rahatsız hissettiğinizde çıkabilirsiniz. Bu aşamaların tamamı sizin isteğinize göre yönlendirilir. Bu tip detayların doğum esnasında ne kadar doğru olacağını unutmayın.

Bu kullanım kolaylıkları anne adayı - doktor - ebe arasındaki verimliliği artırır.



Suda doğum havuzunun özellikleri

Suda doğum için, aşağıdakilere ihtiyacınız vardır:

- Doğum havuzu
- Tek kullanımlık hijyenik koruyucu kılıf,
- Elektrikli hava pompası
- Elektrikli su pompası

- Havuz doldurma seti
- Suda doğum aynası
- Süzgeç
- Su sıcaklığını ölçmek için termometre

Hastanede Suda Doğumun Faydaları

Su, doğal olarak yatıştırıcı ve sakinleştirici bir maddedir. Bu bizim gençlerimizde vardır. Suyun içinde daha rahat ederiz. Suyun içinde dışarıda hissettiğinizden daha az acı ve sancı hissedebilirsiniz. Suyun emsalsiz özellikleri daha kolay bir doğum süreci sağlayabilir.

Su doğal bir yatıştırıcıdır. Suyun yatıştırıcı doğası anne adayına rahatlatma ve huzur hissi vermektedir. Suyun doğal yatıştırıcı gücü sayesinde birçok annenin kan

basıncının düşmesiyle huzurlu bir ortam oluşturulmuştur. Bunu doğan bebeklerden de anlamaktayız. Birçok bebek cildindeki ılık su hissini sever ve bu nedenle çoğu sudan çıkarken ağlamaz. Suda doğumunuzu bir doğum merkezinde veya hastanede yapmak, sağlık merkezin kaynaklarından yararlanmanızı sağlar. Yani her zaman yanınızda güvendiğiniz bir ebe ve tıp uzmanı ekibiniz olacaktır.

Suda Doğum deneyimini yaşayan annelerin ortak görüşü:

"Havuzun şişmesi kolay ve hızlıydı ve suyun içindeki sıcaklığı tutması gerçekten harikaydı."

"Suyun ne kadar harika hissettirdiğini ve kasılmalar sırasında havuzun içinde ne kadar rahat olduğumu anlatamam."

"Su beni sakinleştirdi, havuz benim için özel bir dünya haline geldi ve süreç oldukça sakin geçti."

"Sadece sıcak su mükemmel bir ağır kesici özelliği sağlamakla kalmıyor, aynı zamanda ihtiyacınız olan

herhangi bir pozisyonda kolay hareket edebilmek için sizi destekliyor."

"Suyun itiş gücü beni çok destekledi ve güven verdi"

"Bebeğimin böyle rahat bir şekilde doğmuş olması çok hoş unutulmaz bir deneyimdi. Sonuçtan çok memnunuz."

"Bir ebe ve şimdi bir anne olarak, suda doğumu planlayan herkese bu havuzu şiddetle öneririm. Mutlaka bilgi ve destek alın"

**Konu şu: Her şeye
siz karar veriyorsunuz.
Çok iyi değil mi?**



www
suda-dogum
com

Güvenlik Bilgileri

Suda doğum, tıpkı normal doğum gibi vajinal doğumdur. Doğumda komplikasyonları olabilecek herkes, doktorlarıyla suda doğum hakkında konuşmalıdır. Rahat olmanız için kullanılan su ılık olmalıdır. Çok sıcak olmamalıdır. Suya dokunduğunuzda yanma hissederseniz, ebeden sıcaklığını ayarlamasını istemelisiniz.

Şişme havuzun ve suyun temiz olması yeterlidir. Doğum yaparken herhangi bir komplikasyon beklemiyorsanız bile suda doğumunuzu planlarken doğum ekibinizle birlikte tüm senaryoları değerlendirmelisiniz. Zaten doğum uzmanınız sizi bu konuda daima bilgilendirecektir.

Suda Doğum için Malzemeler

Tıp uzmanları sizin için banyo, su ve tıbbi aletlerle ilgilenecektir. Doğum merkezine gitmeden önce, kendinizi daha rahat ettirmek için aşağıdaki araçları getirebilirsiniz:

- Suda giyebileceğiniz giysiler (bazıları üstünü tercih ederken, bazı anne adayları suda çıplak kalmayı seçebilir),
- Değiştirdiğiniz bir takım giysi,
- Bol miktarda izotonik içecek ve içmek için su,
- Hafif atıştırılabilirler (yoğurt ve meyve parfeleri gibi),
- Sakinleştirici müzik ve görseller,
- Uzun ve başıboş saçları sabitlemek için bir saç bandı
- Alın, boyun ve omuzlardaki teri silmek için kuru bir havlu,

En İyi Suda Doğum Kaynaklarınızı Bulun

Hastanede suda doğum karmaşık bir işlem değildir. Tam tersine anne adayını rahatlatan ona destek çıkan bir süreçtir. Zaten her adım ebe kontrolünde gerçekleşir.

Kendinizi rahatsız hissettiğinizde küvetten çıkabilirsiniz. Ancak birçok insan suyun içinde kendini güvende ve rahat hisseder. Bebekler de harika hissederler.

Özellikle komplikasyonlarınız varsa, suda doğumdan önce doktorunuzla konuşmalısınız. İdeal bir deneyim yaratmak için temiz giysiler ve sakınleştirici yumuşak müzik gerçekten çok işe yaracaktır.

Travay ve Doğum süreçlerinde neden su kullanılmalı?

Doğum sırasında ılık suya girme mükemmel bir ağrı kesici şeklidir. İngiltere'deki "Ulusal Sağlık ve Bakım Mükemmelliği Enstitüsü (NICE)" suyu, Epidural ilaçlardan sonra alternatifi olmayan ve hiçbir riski bulunmayan bir ağrı giderici olarak öneriyor.

Anne adayları bu süreçte genellikle self-kontrol, rahatlama ve mahremiyet ihtiyaçları için isteklerde bulunmaktadır. Bu da, ağrı giderici endorfin ve oksitosin - servikal açılma ve doğum kasılmalarını tetikleyen hormon salınımına neden olur. Doğum havuzlarımız kaldırma kuvvetine yardımcı olacak kadar yeterli büyüklüktedir. Su, travay ve doğum sürecinde hareket kabiliyetini ve konforu artırır.



Suda Doğum Havuzunun Malzemeleri ve Özellikleri

Suda doğum havuzu, mevcut en doğru taşınabilir doğum havuzu olarak tasarlanmıştır. Bu tasarımda emniyet birinci öncelik olup, bunu kolaylık, dayanıklılık ve rahatlık takip etmektedir. Havuz, astar ve örtü uluslararası standartlara uygun PVC (Poli-vinil klorür) levhadan yapılmıştır. Kullanılan malzemeler geri dönüşümlü ve insan sağlığı ile uyumlu malzemelerdir. Doğum Havuzu için kullanılan PVC levha 0,55 mm kalınlığındadır ve aşağıdaki özelliklere sahiptir:

- Gerilim açısından güçlü, istikrar için yeterli şişirme basıncına sahiptir.
- 10°C ila 50°C sıcaklık aralığında iyi esneklik özelliğine ulaşır. Düşük gözeneklidir.

- Profesyonel olarak 4 yıl/40 kullanıma kadar kolaylıkla kullanılır.

Bir kadının doğum havuzunda en az 45 cm suya ihtiyacı vardır. Suda doğum için, su derinliği 50 cm veya üzeri olmalıdır. Profesyonel Doğum Havuzu 60 cm su derinliğine kadar kullanmakta hiç bir sakınca yoktur. Bebeğin çıktıktan sonra tamamen su altında kalmasının sağlanması tavsiye edilir.

Havuz monte edilmiş kulplar bulunmaktadır. Anne adayı bu tutamaklardan da kuvvet alabilir ve bunlar yardımıyla dinlenebilir.

Güvenlikle ilgili SSS

Suda Doğum havuzunu herkes kullanabilir mi?

Ulusal Sağlık Hizmeti Güvenlik Kriterine göre (NHS Trust) normal bir hamilelik için evet. Hamilelik süreci daha riskli olan kadınlar ise kendilerine onları suda doğuma yöneltecek ve deneyimli ebeler seçebilirler.

Suda Doğum havuzundayken bir sorun olursa?

Bir ebe sizin veya bebeğinizin durumu hakkında endişelenirse, büyük olasılıkla sizden havuzdan çıkmanızı isteyecek ve durumun tam bir değerlendirmesini

yapacaktır. Doğumda bir sorun veya endişe devam ederse, güvenli bir şekilde sudan çıkıp hemen doğuma yani başınızdaki yatakta ya da jinekolojik doğum masasında doktorunuz kontrolünde devam edebilirsiniz.

Bir ebe doğum havuzunda benimle nasıl ilgilenir?

Bebeğinizin kalp atışlarını düzenli olarak dinlemek ve annenin nabzını, kan basıncını ve sıcaklığını kontrol etmek için ebenin yanınızda olması daima çok güven vericidir.

Kullanım ile ilgili SSS

Mevcut sıcak su sistemi doğum havuzunu doldurmayaya yetecek mi?

Çevremizdeki bir çok su kaynağı, bir doğum havuzunu 20 dakika içinde veya daha kısa sürede doldurabilir. Bir doğum havuzunun ne kadar sürede dolacağı konusunda iki veya üç kez test edip bu aşamaları öğrenmeniz de büyük fayda vardır.

Ne kadar alana ihtiyacım var?

Doğum havuzunun ideal alanı 2x3 metredir. Bu alan ebenin ve doğuma destek veren ekibin gerektiğinde üç ayrı yönden rahat çalışmasını sağlar. Daha küçük bir alan ya da daha uzun boylu bir anne adayı için de şişme havuzun ölçüler daima çok yeterli ve güven vericidir.

Doğum sırasındaki faydaları

- Daha fazla hareket imkanı,
- Rahatlama,
- Doğumun kendi tarafından yönetiyor olmasının verdiği rahatlık,
- Travay süresinde azalma ,
- Travay esnasında daha az ilaç kullanımı,
- Travay esnasında epizyotomide azalma.



alplarmedikal next generation

Medikalde, geleceğin bugüne vaadi...



Ankara Fabrika / Merkez:

Bahçekapı Mahallesi, 2500. Cadde
No: 15 Şaşmaz Etimesgut
Ankara / TURKEY

Tel: +90 (312) 441 34 36

İstanbul Bölge ve Yurt dışı Satış:

Atatürk Mahallesi, Ataşehir Bulvarı
38. Ada Ata Plaza 3/3 Kat:7 No:64
Ataşehir - İstanbul / TURKEY

Tel: +90 (216) 455 7814

www.alplarmedikal.com



alplarmedikal

#Bilgi Deneyim Vizyon