

2.ÜNİTE

4. PLASENTA

Plasenta Fonksiyonları (Tablo 1)

Beslenme ve sindirim

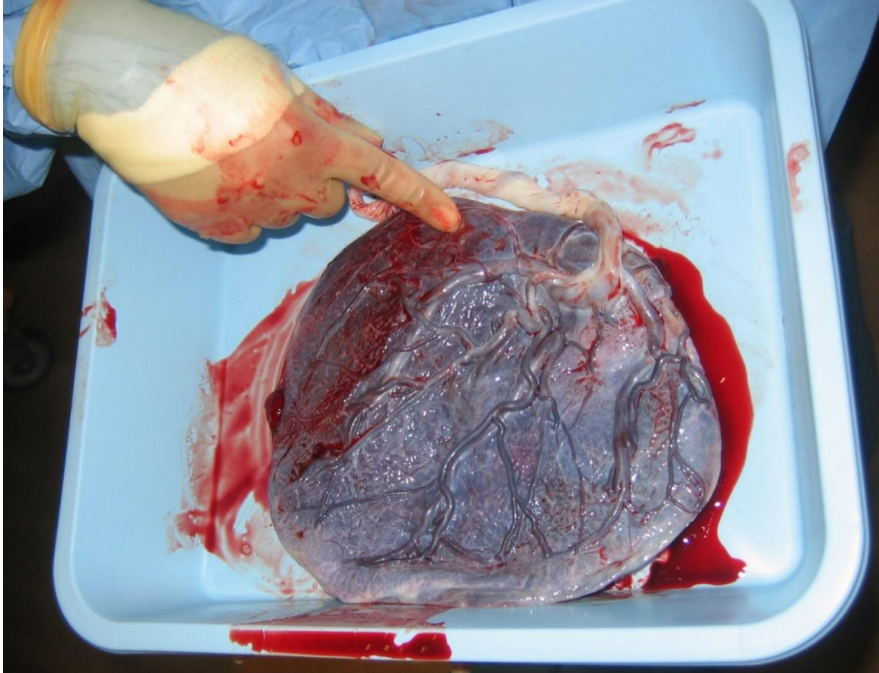
- Maternal glukoz, amino asitler, yağ asitleri, vitaminler ve minerallerin difüzyonuna aracılık eder
- Hamileliğin erken dönemlerinde besinleri depolar, hamilelikte sonradan artan fetal talebi karşılamak için
- Fetal azotlu atıkları maternal kan içine salgılar ve filtreler

Solunum

- Anne-fetal oksijen taşınmasına ve fetal-maternal karbon dioksit taşınmasına aracılık eder

Endokrin işlevi

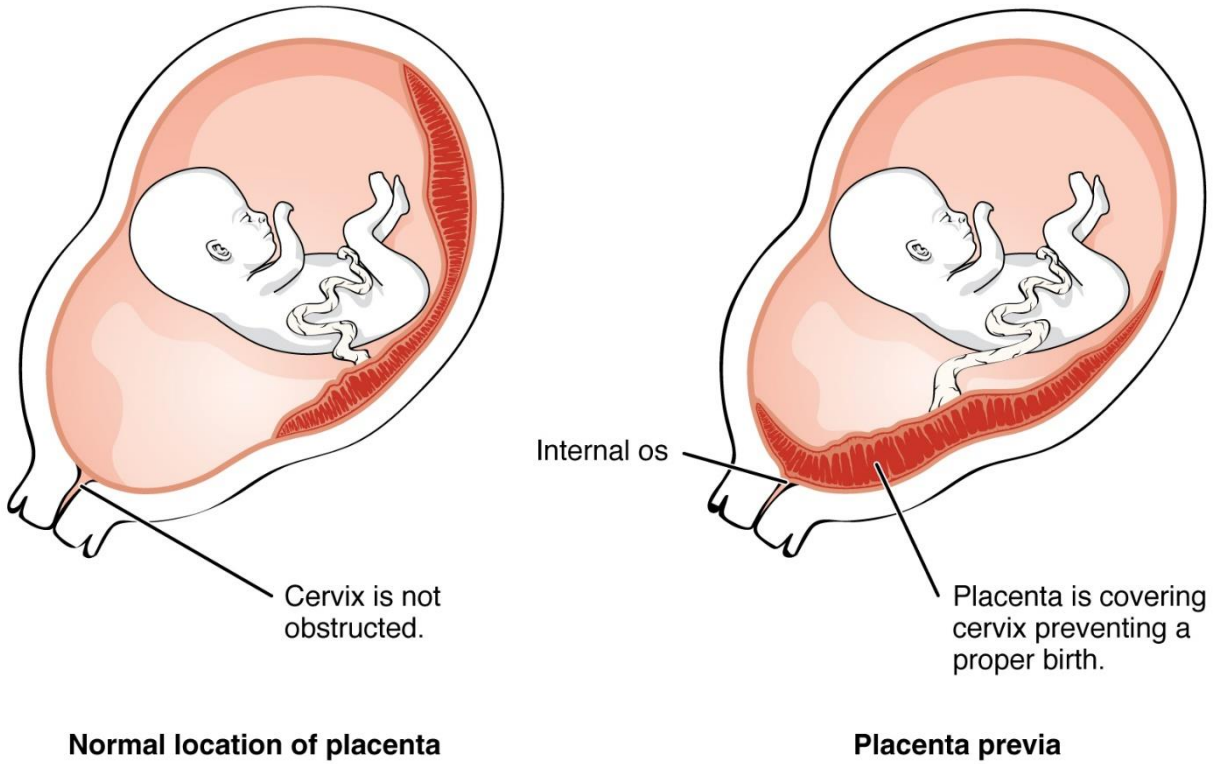
- Hamileliği sürdürmek ve anne ve cenin gelişimini teşvik etmek için hCG, östrojenler ve progesteron dahil olmak üzere çeşitli hormonları salgılar.
- Maternal hormonların fetal kana geçişine aracılık eder ve bunun tersi



Embriyonun Gelişimi

Embriyo rahim yolunu başarıyla bulsa bile, her zaman optimal bir yere yerleştirmes (fundus veya uterusun arka duvarı). Bir embriyo uterusun iç osuna (rahim ağzının iç açıklığına) yakın implante edilirse plasenta previa oluşabilir. Fetüs büyüdükçe, plasenta serviks açıklığını kısmen veya tamamen kaplayabilir . Gebeliğin sadece yüzde 0,5'inde ortaya çıkmasına rağmen, plasenta previa, antepartum kanamanın önde gelen nedenidir (gebelikten 24 hafta sonra ancak doğumdan önce bol vajinal kanama).

Şekil 4. Plasenta Previa. Serviksin ağzına çok yakın implante eden bir embriyo, plasentanın kısmen veya tamamen serviksi kapladığı bir koşul olan plasenta previa'ya yol açabilir.



Hamilelik sırasında hangi sağlık problemleri gelişebilir?

Düzenli doğum öncesi ziyaretler, sağlık hizmeti sağlayıcısının potansiyel sağlık sorunlarını erken tespit etmesine ve annenin ve gelişmekte olan fetüsün sağlığını korumak için bunları yönetmek için adımlar atmasına yardımcı olur. Bu durumların belirtilerinin farkında olmak ve düzenli doğum öncesi bakım almak, sağlık sorunlarını önleyebilir ve mümkün olduğunca erken tedavi görmenize yardımcı olabilir.

Bu sorunlar şunlardır:

Demir Eksikliği Anemisi

Anemi, kırmızı kan hücresi sayınızın (hemoglobin veya hematokrit) düşük olması durumunda ortaya çıkar. Demir eksikliği anemisi en sık görülen anemi türüdür. Demir, kanın oksijen taşımasına izin veren hemoglobinin bir parçasıdır. Hamile kadınların vücutlarındaki kan miktarının artması ve gelişmekte

olan çocukları için normalden daha fazla demire ihtiyacı vardır. Demir eksikliği belirtileri, yorgun veya zayıf hissetmek, solgun görünmek, soluk hissetmek veya nefes darlığı yaşamaktır. Sağlık uzmanınız demir ve folik asit takviyesi önerebilir.

Gestasyonel diyabet

Gebelikte kan şekeri seviyesinin çok yüksek olduğu durumlarda gebelik diyabeti ortaya çıkar. Gebelik diyabetinden etkilenen kadınların tam sayısı, farklı tanı kriterleri ve risk profilleri nedeniyle bilinmemektedir. Çoğu zaman durum iki aşamalı bir prosedür kullanılarak keşfedilir: 24 ila 28 haftalık gebeliğin yaklaşık glukoz tehdidi tarama testi ile taranması, ardından oral glukoz tolerans testi olarak adlandırılan bir teşhis testi. Gestasyonel diyabet, çok büyük bir bebeğin (makrozomi), preeklampsinin, hamile bir kadının kan basıncındaki ani bir artışın belirttiği bir durumla işaretlenmiş bir durum riskini artırır. Gebeliğin 20. haftasından sonra idrar), ve sezaryen doğum . Tedavi, kan şekeri seviyelerinin sağlıklı bir diyet ve egzersizle ve kan şekeri değerlerinin yüksek kalması durumunda ilaç tedavisinin kontrolünü içerir.

Depresyon ve Anksiyete

Birçok insan, bebeğin doğumundan sonra meydana gelen depresyon anlamına gelen "doğum sonrası depresyon" ifadesine aşinadır. Ama şimdi biliyoruz ki, sadece doğum sonrası dönemde değil, sadece depresyon da değil.

Kadınlar hamilelik sırasında ve bebeğin doğumundan sonra depresyon ve anksiyetenin yanı sıra diğer ruh sağlığı koşullarını yaşarlar. Bu koşulların anne ve çocuğunun sağlığı üzerinde önemli etkileri olabilir.

Hamilelik sırasında ve sonrasında tek bir depresyon veya anksiyete nedeni yoktur, ancak hormonal değişiklikler, stres, aile öyküsü ve beyin kimyası veya yapısındaki değişikliklerin tümü bir rol oynayabilir. Gebelikte komplikasyon yaşayan kadınlar, doğum sonrası depresyon için komplikasyon olmayan kadınlardan daha fazla risk altındadır.

Düzenli doğum öncesi ziyaretlere katılmak ve alkol ve tütün dumanından kaçınmak dahil, hamilelik sırasında kendinize dikkat etmezseniz, depresyon gelişmekte olan cenine zarar verebilir. Bunalmış, üzgün veya endişeli hissediyorsanız sağlık uzmanınızla konuşun. Ciddi koşullar olsalar da, depresyon ve anksiyete tedavi edilebilir.

Fetal Problemler

Fetüsteki muhtemel problemler arasında 28 haftalık hamilelikten sonra hareketin azalması ve normalden daha küçük ölçülmesi vardır. Bu gebelikler genellikle ultrason muayeneleri, stressiz testler ve biyofiziksel profiller ve mümkün olan erken doğum gibi daha fazla test de dahil olmak üzere daha yakın takip gerektirir.

Hamilelikle İlgili Yüksek Tansiyon

Yüksek tansiyon gelişen hamile kadınların preeklampsi açısından yakından izlenmeleri gerekecektir .

Enfeksiyonlar

Bazı cinsel yolla bulaşan bazı enfeksiyonlar dahil enfeksiyonlar hamilelik ve / veya doğum sırasında ortaya çıkabilir ve doğumdan sonra hamile kadın, hamilelik ve bebek için komplikasyonlara yol açabilir.

Hiperemesis Gravidarum

Bazı kadınlar, hamilelik sırasında tipik "sabah hastalığının" ötesinde, şiddetli, kalıcı mide bulantısı ve kusma yaşarlar. Bulantıya yardımcı olmak için ilaç verilebilir. Hiperemesis gravidarumlu kadınların damarlarında bulunan bir tüp aracılığıyla ihtiyaç duydukları sıvıları ve besinleri almak için hastaneye yatmaları gerekebilir. Genellikle, durum gebeliğin 20. haftasında azalır.

Düşük

20. haftadan önce doğal nedenlerden kaynaklanan hamilelik kaybı düşük olarak kabul edilir. Düşük gebelikle sonuçlanan gebeliklerin tam olarak ne kadarını tahmin etmek zordur çünkü bir kadın hamile olduğunu bile bilmeden önce ortaya çıkabilir. İlk trimester düşüklüğünün en sık nedeni kromozomal problemlerdir. Belirtileri kramp veya kanamayı içerebilir. Hamilelikte erken tespit etmek kolaydır ve düşük yapılacağı anlamına gelmez.

Plasenta Previa

Bu durum, plasenta rahim içindeki rahim ağzının açıklığının bir kısmını kapsadığında oluşur. İkinci ve üçüncü trimesterde ağrısız kanamaya neden olabilir. Sağlık kuruluşu, yatak istirahati önerebilir. Kanama ağrırsa veya devam ederse, hastaneye yatış gerekebilir. Plasental problemler bebeğin doğum şeklini etkileyebilir.

Plasental Abruption

Bazı kadınlarda plasenta iç rahim duvarından ayrılır. Bu ayrılma veya kopma, hafif, orta veya ağır olabilir. Şiddetli ise, fetüs hayatta kalmak için gereken oksijeni ve besinleri alamaz. Plasental abrupsiyon kanamaya, krampa veya uterus hassasiyetine neden olabilir. Tedavi, abrupsiyonun ciddiyetine ve hamileliğin ne kadar uzağına bağlıdır. Ağır vakalarda erken doğum gerekebilir.

preeklampsi

Preeklampsi gebeliğin 20. haftasından sonra hızlı veya ani bir yüksek tansiyon başlangıcıdır. Bu durum yüksek tansiyon, el ve yüz şişmesi, karın ağrısı, bulanık görme, baş dönmesi ve baş ağrısına neden olur. Bazı durumlarda, nöbetler meydana gelebilir - buna eklampsi denir. Preeklampsi ve eklampsi için tek kesin tedavi bebeğin doğutulmasıdır. Bu, erken doğumla sonuçlanacaksa, doğumun maternal ve fetal riskleri ve yararı, bebeğin erken doğmasıyla ilişkili risklerle dengelenmelidir.

Preterm Doğum

Bebekler, 39 veya 40 haftalık hamilelikten sonra doğarlarsa (tam dönem) en iyisini yaparlar. Fetüsün ciğerleri, karaciğeri ve beyni, 37 hafta ile 39 hafta arasında önemli bir büyüme döneminden geçer.

37. gebelik haftasından önce doğum eylemine girmek, bebek için komplikasyonlar ve annenin gelecekteki erken doğumları için önemli bir risk faktörüdür. Bazen anne veya bebek için bir sağlık riski olduğunda, 39 haftadan önce planlı doğum yapılması gerekir. Ancak sağlıklı bir hamilelikte en az 39 hafta beklemek en iyisidir.

VARİS VE HEMOROİT

Hamilelik sırasında, kan hacminiz artar, kanın bacaklarınızdan pelvisinize akma hızı düşer. Bu, varislere baskı uygular ve bu da varisli damarlara neden olabilir. Varisli damarlar genellikle bacaklarda görülen genişlemiş damarlardır, ancak hamilelik sırasında kalçalarda ve vajinal bölgede de görülebilir.

Hemoroitler , hamilelik sırasında ortaya çıkan anüs veya rektumdaki bir başka varisli damardır ve çoğu zaman kabızlığın bir sonucudur .

Hormonal değişiklikler ayrıca artan progesteron seviyeleri damarları genişletip açabileceği için variköz venlere de yol açabilir. Ek olarak, hamilelik sırasında uterus inferior vena kavaya (bacakları ve ayaklardan kanı taşıyan damar) kalbe baskı uygulayarak variköz venlere daha fazla katkıda bulunur. Varisli damarlar genellikle zararsızdır, ancak kaşıntılı ve rahatsız edici olabilirler.

İyi haber, doğum yaptıktan sonraki üç ay ile bir yıl arasında azalmalarıdır.

Gebelikte Varisli Doğal Vakalar Nasıl Tedavi Edilir

Varisli damarlar kalıtsal olabilirken, hamilelik sırasında meydana gelen dolaşım değişikliklerini önleyemezsiniz, ancak varisli damarları engellemenin veya en aza indirmenin bazı yolları vardır.

Bu koruyucu önlemler, hamilelik sırasında en iyi tedavi seçeneğinizdir:

- Uzun süre aynı pozisyonda oturmaktan veya ayakta durmaktan kaçının. Konumunuzu değiştirmek için ara verdiğinizden emin olun.
- Topuklu ayakkabı giymekten kaçının. Baldır kaslarınızı çalıştırarak sağlıklı dolaşımı desteklediğinden daha alçak topuklu veya düz ayakkabılar giymek daha iyidir.
- Düzenli egzersiz yapın. Hamilelik sırasında egzersiz yapmanın güvenli olup olmadığını onaylamak için doktorunuzla konuşun.
- Annelik destek çorapları giyin. Bunlar bacaklara baskı yaparak kanın bacağından kalbe doğru akmasını sağlar. Bununla birlikte, dolaşımı kesen sıkı bir tayt giymekten kaçının.
- Otururken bacak bacak üstüne atmaktan kaçının.
- Dolaşımı iyileştirmek için bacaklarınızı periyodik olarak yükseltin.
- Sol tarafında uyu. Bu inferior vena kava üzerindeki baskıyı hafifletmeye yardımcı olacaktır.
- Damarların şişmesini en aza indirmek için sodyum alımını azaltın.
- Bol su içiniz ve kabızlığı önlemek için yeterli miktarda lif yiyiniz.

Doğal olarak Çalışmıyorsa Gebelik Sırasında Varisli Doğal Olarak Tedavi Etme

Variköz venler genellikle doğumdan sonra iyileşme gösterdiğinden, hamilelikte varis cerrahisi önerilmemektedir. Damarlar şişmiş, ılık, hassas veya kırmızı ise, kanarsa, bacağınızda veya bacağınızda kızarıklık varsa veya bacağınızdaki cilt rengini değiştirirse veya kalınlaşırsa doktorunuza başvurun. (35)

Gebelikte Hemoroitler ve Varisli Venler

Hemoroit ve varisli damarlar nelerdir?

Hemoroitler ve varisli damarlar iki farklı, ilişkisiz sorun gibi görünebilir, ancak aslında oldukça benzerdir. Ve birçok kadın, özellikle de gebeliğin üçüncü üç aylık döneminde, kadınlarda var.

Hemoroitler ve varisli damarlar şişmiş, bükülmüş damarlardır. Bu damarlar genellikle bacaklardadır, ancak vücudunuzun diğer bölümlerinde de oluşabilirler. Rektumda oluştukları zaman, hemoroit denir.

Gebelikte hemoroit ve varisli damarların sebebi nedir?

Normalde, damarlar kanın kalbe doğru akmasını sağlamak için tek yönlü valflere sahiptir. Bu valflerin basıncı veya zayıflaması, kanın damarlarda birikmesini ve toplanmasını sağlar. Bu onların büyümelerine ve şişmelerine neden olur. Hemoroitler, rektal damarlar genişlediğinde ortaya çıkar. Bacak damarları şişerken varisli damarlar oluşur.

Hamilelikteki birçok değişiklik, örneğin hemoroit ve varisli damar riskini artırabilir:

- Damarları büyüten artan kan hacmi
- Pelvisdeki büyük kan damarlarına basan ve kan akışını değiştiren bebeğin ağırlığı
- Kan damarlarını etkileyen hormon değişiklikleri, kalbe kan dönüşünü yavaşlatır, pelvis ve bacaklardaki küçük damarların şişmesine neden olur

Hemoroitler, özellikle kabızlıkla, itme veya gerilme ile daha da kötüleşebilir. Fazla kilolu olmak ve hamilelikten önce basur olmak da onları daha da kötüleştirebilir. Doğum sırasında itmek de hemoroitleri kötüleştirir.

Varisli damarlar ailelerde kalıtsal olma eğilimindedir. Uzun süre bir pozisyonda oturmak veya ayakta durmak, damarları kalbe kan pompalamak için daha fazla çalışmaya zorlayabilir. Bu şişmiş, varisli damarlara neden olabilir ve mevcut hemoroidleri kötüleştirebilir. Bir kadının genital bölgesinde varisli damarlar da oluşabilir.

Gebelikte hemoroit ve varis damarlarının belirtileri nelerdir?

Hemoroitler, rektumun içinde veya dışında, anal açıklığın etrafında bulunan, içte olabilir. Dahili hemoroitler bazen anal açıklıktan dışarı çıkabilmektedir. En sık görülen semptom, bağırsak hareketi ile geçen parlak kırmızı kandır. Dış hemoroidler ağrılı veya kaşıntılı olabilir ve zorlanma veya silerek tahriş olursa kanamaya neden olabilir.

Varisli damarlar genellikle bacaklarda büyük, bükülmüş, yükseltilmiş mavi veya mor damarlar gibi görünür - sıklıkla gebelerin sırtlarında veya bacakların içinde. Ayak bileklerinde ve ayaklarda hafif şişmelere veya bacaklarda ağrı, ağırlığa veya boğulmalara neden olabilirler. Ayrıca bacak kramplarına da neden olabilirler. Eğer genital bölgede variköz venler ortaya çıkarsa, aynı zamanda büyük, bükülmüş, kabarık damarlar olarak da görünürler.

Gebelikte hemoroit ve varisli damarlar nasıl teşhis edilir?

Sağlık uzmanınız, bacaklarınızı veya rektal bölgenizi, varisli damarları veya hemoroitleri kontrol etmek için inceler.

Gebelikte hemoroit ve varis damarları nasıl tedavi edilir?

Hamilelikteki hemoroitler kısa süreli bir sorundur ve bebeğiniz doğduktan sonra iyileşirler. Yine de, rahatsızlığı gidermek için yapabileceğiniz bazı şeyler var:

- Ağrıyı gidermek için, her seferinde yaklaşık 10 dakika süreyle ılık suda, günde birkaç kez bir küvet veya oturma banyosunda oturun. Küveti kullanırken, küveti tamamen

doldurmayın. Sadece oturmak için yeterince ılık su koyun. Bu, rektumunuza kan akışını yönlendirir.

- Şişliği azaltmak için buz paketleri veya soğuk kompres kullanın.
- Sağlık uzmanınıza, hamilelik sırasında kullanımı güvenli olan kremler veya dışkı yumuşatıcılar gibi diğer ilaçlar hakkında sorular sorun.

Diyetinize birçok lif ve sıvı ekleyerek kabızlığı önlemek önemlidir.

Ayrıca bağırsak hareketleriyle gerilmemeye çalışın ve uzun süre oturmaktan kaçının. Düzenli Kegel egzersizleri kas tonusunu iyileştirmeye yardımcı olabilir. Bu egzersizler vajinal ve rektal bölgenizdeki kasları sıkmayı ve gevşetmeyi içerir.

Hamilelik sırasında gelişen çoğu varisli damarlar doğumdan sonraki ilk yıl içinde iyileşir. Ama şimdilik, durmadan ya da uzun süre mola vermeden oturmaya sınırlayın. Ayrıca otururken veya uzanırken bacaklarınızı ve ayaklarınızı kaldırmaya çalışın.

Varisli damarları kötüleştirebileceğinden belinizde, kalçalarda ve bacaklarda dar kıyafetlerden kaçının.

Belirtileriniz kötüleşirse veya hemoroitlerde aşırı kanama varsa, sağlık uzmanınıza danışın. Ve bu sorunların genellikle kısa vadeli olduğunu ve zaman ve tedaviden sonra doğumdan sonra daha iyi olduğunu unutmayın.

Gebelikte hemoroid ve varisli damarları önlemek için ne yapabilirim?

Hamilelik sırasında hemoroitleri önlemeye yardımcı olmanın en iyi yolu kabızlığı önlemektir. Kabızsanız, bağırsak hareketleri sırasında zorlanma.

Variköz venleri önlemeye yardımcı adımlar, semptomları azaltmak için kullanılanlarla aynıdır:

- Hareketsiz durmayın veya uzun süre oturmayın.
- Mümkün olduğunda ayaklarınızı yukarı kaldırın.
- Dar kıyafetler giymeyin.

Gebelikte hemoroid ve varisli damarlar hakkında önemli noktalar

- Hemoroitler ve varisli damarlar şişmiş, bükülmüş damarlardır. Bu damarlar genellikle bacaklardadır, ancak rektumda oluştukları zaman, buna hemoroit denir.
- Hamilelikteki birçok normal değişiklik hemoroit ve varisli damar riskini artırabilir.
- Hamilelikteki hemoroitler ve varisli damarları kısa süreli bir sorundur ve bebeğiniz doğduktan sonra iyileşirler.
- Yapabilecekleri rahatsızlığı hafifletmek için şeyler yapabilirsiniz. Bunlara, şişmeyi azaltmak için oturma banyoları, buz paketleri veya soğuk kompresler ve sağlık sağlayıcınızın önerebileceği dışkı yumuşatıcılar gibi kremler veya diğer ilaçlar dahildir.
- Hamilelik sırasında hemoroitleri önlemeye yardımcı olmanın en iyi yolu kabızlığı önlemektir.