Vajinal Doğum Ağrısının Azaltılmasında Masaj Uygulamasının Etkisi:2000-2015 Yılları Tez Sonuçları

Eliz Tektaş*, Nalan Aktay*, Arife Mak*, Fatma Ay*

*İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ebelik Bölümü

Giriş: Doğum eylemi, bilinen ve tanımlanan en şiddetli ağrı kaynaklarından biridir. Nonfarmakolojik ağrı kontrol yöntemlerinin doğumda anksiyete ve korkuyu azalttığı, ağrı kontrolünü arttırdığı ve konforu desteklediği bilinmektedir. Ancak literatürde bu yöntemler üzerinde sinirli derecede durulmakta ve kadın doğum ünitelerinde yaygın olarak kullanılmamaktadır.

Amaç: Doğum ağrısının azaltılması ya da giderilmesinde vücudun farklı bölgelerine uygulanan masajın ağrı şiddeti üzerine etkilerini belirlemek amacı ile yapıldı.

Yöntem: Bu araştırma kesitsel, tanımlayıcı bir araştırma olarak yapıldı. "Türkiye Ulusal Tez Veri Tabanı'nda ilgili anahtar kelimeler kullanılarak 2000-2015 yılları arasında yapılmış yüksek lisans ve doktora tezleri tarandı. Araştırmanın dahil edilme kriterlerine uyan 6 tez araştırma yöntemleri, örneklem grupları, ağrı kontrol yöntemi, veri toplama araçları ve sonuçları açısından manuel olarak değerlendirildi.

Bulgular: Tezlerin tümü hemşirelik alanında, 3'ü yüksek lisans ve 3' ü doktora programında, tümü deneysel/ yarı deneysel tez olarak yapılmış çalışmalardır. Sıcak/soğuk uygulama ile masaj, Aromaterapi ve Ekspressif dokunma ile masaj ve refleksolojinin algılanan doğum ağrısını, kaygı ve anksiyete düzeyini azalttığı, kadının ağrıya tahammülünü ve güvenini arttırdığı, doğumun süresini ise kısalttığı saptanmıştır.

Sonuç: Araştırma kapsamına alınan tez sonuçlarına göre masajın perine bütünlüğünün korunmasında ve doğum ağrısının kontrol edilmesinde kullanılabileceği saptanmıştır. Masaj doğum ağrısıyla basa çıkmada etkili bir girişimdir ve güvenle kullanılabilir.

Öneriler: Araştırma sonuçları masajın doğum ağrısı algısı üzerine etkili olduğunu göstermesine rağmen bu alanda yapılmış tezlerin sayısı yetersizdir. Bu konuda yapılmış ve yayınlanmış araştırma sonuçları ile yüksek lisans/doktora tez sonuçlarının karşılaştırılması, sonuçların birleştirilmesi ve uygulamanın yaygınlaştırılması önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Ağrı, doğum ağrısı, non-farmakolojik yöntemler.

The Effect of Massage in Reducing of Pain during Vajinal Delivery: Thesis Results in 2000-2015

Background: Childbirth is among the known most severe sources of pain. That is known that nonpharmacologic pain control methods decrease anxiety and fear, increase pain control and support comfort at birth. But these methods have received limited attention in the literature and are not commonly available to women in maternal care units.

Purpose: The research was done in order to determine the affects of massage which is implemented at different parts of a body on pain level for reduction or elimination of labor pains.

Method: This research was done as cross-sectional and definitive. Master's and doctoral theses which were wrotten up at between 2000-2015 years were screened by using the relevant keywords in "Turkey National Thesis Database". The six thesis which are available for the criteria of researchs' inclusion were evaluated in terms of research methods, sample groups , pain control methods , data collection tools, results by manually.

Findings: All of the theses are done on nursing field and three of them postgraduate thesis and three of them doctorate, and all of them are experimental/half-experimental thesis studies. Hot/cold application massage, aromatherapy and massage with expressive touching, reflexology are found to be decrease the percieved labor pain,stress and anxiety levels,increase the woman’s pain threshold and trust. Also they decrease the delivery time.

Result: According to reviewed theses, it is determined that massage can be used to preserve the perineal integrity and pain control. Massage is an efficient attempt to handle the labor pain and can be used safely.

Recommendations: Although the results of the research on the perception of labor pain, the number of theses in this field is not enough about that massage is effective. Comparing of results about published research with all Masters/PhD thesis on this subject, dissemination and implementation of the consolidation of results is recommended.

Keywords: Pain, labor pain, nonpharmacologic methods.