

DOĞUM KOÇU / DOULA

Halk arasında geçmişten bugüne kadar kabul görmüş bir inanişaya göre, birikimleriyle doğum sırasında anneye yol gösterip korkularını gideren yardımcı bir "bilge kişi"nin varlığı anneyi sakinleştirip rahatlatmakta, böylece doğumun ağrısız bir biçimde gerçekleşmesi sağlamaktadır. Günümüzde bu inanişın anlamlı ve tutarlı bir temeli olduğu bilimsel olarak ortaya konmuştur. Bu rotada gelişen "bilge kişi" rolü nihayet daha tanımlı ve profesyonel bir boyut kazanmıştır. Doğum koçluğu uygulaması işte bu temel üzerine kurulmuştur. Doğum koçluğu yurtdışında doula olarak bilinmektedir.



Doğum koçunun en temel görevi doğum yapan kadının ihtiyaç duyduğu kutsal ve mahrem alanı korumaya yardımcı olmaktır. Daha profesyonel anlamda doğum koçu anneye doğumdan önce, doğum sırasında ve hemen ardından fiziksel, duygusal ve bilgisel destek sağlayan, bu konuda eğitilmiş profesyonellere denir. Yurtdışında yapılan araştırmalar doğum koçunun katıldığı doğumların daha kısa ve daha az komplikasyonla gerçekleştiğini

ve bu şekilde dünyaya gelen bebeklerin daha sağlıklı olduklarını ve daha iyi emebildiklerini göstermektedir.

Güncel anlamıyla doğum koçluğunun amacı;

- Doğum sürecinde telkin, gözetme,
- Doğum süresince beraberce yapılan nefes teknikleri,
- Doğum süresince uygulanan doğru beden pozisyonları ve masaj teknikleri ile annenin ağrısının azaltılması,
- Yukarıda bahsi geçen teknikler ile doğum süresinin kısaltılması,
- Anneye güç, dayanma sabrı ve moral desteđi verilmesi,
- Babanın kendisinin yetersiz kalacağını düşündüğü durumlarda anneye doğum ve loğusalığında yardımcı olunmasıdır.

Doğuma katılan bir doğum koçu neler yapar?

- Doğumun ilgili seçenekler hakkında bilgilendirir ve seçimler konusunda kişiyi destekler,
- Doğumun başından sonuna kadardoğum yapan kişiyle birlikte olur,
- Doğum yapan kişinin genel hastane prosedürlerini anlamasına ve bilinçli kararlar vermesine yardımcı olur,

- Doğum yapan kişiyi, doğumun çeşitli süreçlerinde evde ve hastanede sizi fiziksel olarak rahatlatır; Örneğin, özel masajlar yaparak, kişinin en rahat ve faydalı pozisyonlara almasına yardımcı olarak, duş almasını sağlayarak v.s.
- Doğum süresince annenin kendini rahat hissetmesini sağlayacak ortamı oluşturur (odanın aydınlatılması, müzik, dergi, film v.s),
- Doğum süresince etraftaki kişilerle iletişimde bir aracı olarak rol alıp, annenin ihtiyacı olan sakinliği korumasına yardımcı olur,
- Bu yoğun deneyim içerisinde sakinliği koruyarak annenin kendine olan güvenini artırır,
- Annenin herşey yolunda giderken herşeyin yolunda gittiğini farketmesini sağlar,
- Doğum yapan annenin eşine destek olup, onun istediği oranda doğum deneyiminize katılmasına yardımcı olur,



Doğum koçu bir sağlık çalışanı, bir ebe veya bir hemşire değildir. Maalesef Türkiye’de bu konuda bir kavram karmaşası da yaşanıyor. Doğum koçu elbette doğum fiziolojisi hakkında bilgilidir. Bu konuda eğitim almıştır ve birçok doğuma katılmıştır. Ancak doğum koçu asla annenin sağlığından sorumlu değildir, bu konuda sorumluluk almamalıdır. Bu görev annenin doktoruna veya ülkemizde

nadiren ebesine aittir. Elbette bir ebe veya doktor da doğum koçu olabilir ama bunun için özel bir eğitim görmelidir. Her ebe veya doktor doğum koçu olamaz. Doğum koçu; anneyle iyi bir iletişim kurmalı, sevecen, sabırlı ve güven verici bir rolü olmalıdır.

Kaynaklar

1. Taşkın L. (2005): Doğum ve Kadın Sağlığı Hemşireliği. Ankara. 151-179
2. Şahin N. , Dinç H. , Dişsiz M. (2008): Gebelerin Doğuma İlişkin Korkuları ve Etkileyen Faktörler, İ.Ü.F.N. , İstanbul
3. Mete S. , Figen Serçekuş F. (2009): Uyum Modeli ve Sosyal Bilinçsel Öğrenme Kuramının Doğum Öncesi Eğitimde Kullanımı, Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Elektronik Dergisi, 1(1): 57-68

Hazırlayan: Ayşe Türker

Acıbadem Kadıköy Hastanesi

Doğumhane ve Kadın Doğum Polikliniği

Klinik Eğitim Hemşiresi

Hazırlanma Tarihi: 16.06.2010