



ERKEN GEBELİKTE AĞRI VE KANAMA

Erken gebelikte kanama oldukça üzücü olabilir ama bu her zaman için düşük yapıyorsunuz anlamına gelmez. Bu sadece her dört kadından birini etkiler ve çoğunun sonuçta sağlıklı bebekleri olur.

Erken gebelikte kanama

Kanama düşükten kaynaklanıyorsa, hiçbir tedavi veya terapi, düşüğü durduramaz. Ancak yine de bir sağlık uzmanı tarafından görülmeniz oldukça önemlidir. Kanamanız büyük pıhtılarla birlikte çok ağrıya ve kramplı ağrılar da varsa, acil bakıma ihtiyacınız olabilir. Yoksa Aile Doktorunuzla (GP) ya da Erken Gebelik Değerlendirme Hizmeti'yle (Early Pregnancy Assessment Service) randevu alabilirsiniz.

Ektopik gebelik de kanamaya ve ağrıya neden olabilir. Bu, gebeliğin rahim dışında oluşmasıdır – genellikle de fallop tüplerinde. Tüm gebeliklerin yüzde bir ila ikisi ektopiktir ve tedavi edilmediğinde hem sağlığınıza hem de doğurganlığınıza ciddi şekilde etkileyebilir. Şiddetli ağrılarınız olursa, bir sağlık uzmanı görmemiz çok önemlidir.

Erken kanamanın diğer nedenleri

Genellikle, erken kanamalara bir neden bulunamaz ve gebelik normal devam eder. Bazen ultrasonda görülen bir kan pıhtısı, gebelik kesesi etrafında bazı kanamaların olduğunu düşündürtebilir, bu bazen implantasyon kanama olarak adlandırılır.

Hamilelikle ilgisi olmayan diğer nedenlerin de göz önünde bulundurulması gerekebilir; iyi huylu polipler, enfeksiyon veya rahim boynunda değişiklikler gibi. Normal gebelik taraması (skan) sonrasında kanama devam ederse veya tekrar olursa, diğer olası nedenler için muayene edilmeniz önemlidir.

Düşükle sonuçlanmayan erken kanama, bebeğinize herhangi bir zarar vermemiş olacaktır.

Erken gebelikte kanama için testler

Doktorunuza veya Erken Gebelik Değerlendirme Hizmeti'ne gittiğinizde, aşağıdaki testlerden biri veya tümü size sunulabilir.

İç muayene

Bir doktor veya hemşire aşağıdakileri kontrol etmek için iç muayene yapabilir:

- rahmin, hamilelik döneminize göre beklenen boyutta olup olmadığı
- ağrı için herhangi bir neden olup olmadığı
- enfeksiyon veya açık serviks (rahim boynu) gibi, kanamaya neden olabilecek, gözle görülebilir neden olup olmadığı. Enfeksiyonu araştırmak için başka testler gerekebilir.

Ultrason

Hamileliğin yaklaşık altıncı haftasından sonra bebeğin kalp atışları genellikle ultrasonda görülebilir. Eğer hamilelikte kanamanız olduysa, genellikle vajinal ultrason önerilir, çünkü bu, gebeliğinizin mümkün olan en iyi görünümünü sağlar. Vajinal ultrason, vajina içine dar bir sondanın konulmasıdır. Bu, bir iç muayene gibi hissedilir ve oldukça güvenlidir. Altı haftadan önce, ultrasondan kesin bir yanıt almak pek olası değildir, ancak gebeliğin dış gebelik olduğu endişesi varsa, yararlı olabilir.

Kan tahlilleri

Kan tahlilleri, gebelik hormonu (HCG) düzeyinin gebeliğinizin aşamasına göre uygun olup olmadığını ölçmek için yapılır (son adetinizin zamanına göre). Genellikle hormon düzeylerinin normal şekilde yükselip yükselmediğini kontrol etmek için, tahliller tekrarlanır. Ayrıca kan grubunu kontrol etmek için de kan tahlili gerekebilir.

Sonuçları beklerken neler yapmam gerekir?

- Mümkmn olduğu kadar dinlenmeye ve rahat olmaya çalışın
- Arzu ederseniz iş de dahil olmak üzere, mümkmn olduğu kadar, günlük etkinliklerinize devam edebilirsiniz. Çok yorucu olmadıktan sonra, her zamanki etkinliklerin zararı olmayacaktır
- Ağrınız varsa paketteki talimatlara göre parasetamol (Panadol gibi) alabilirsiniz
- Birçok yetkili, düşük sırasında veya sonrasında ya da düşük tehlikesi olduğunda tampon kullanılmamasını tavsiye eder. Bunun nedeni de, bu durumlarda tamponların enfeksiyona neden olduğu kanıtlanmamış olsa bile, enfeksiyon riski olasılığıdır.
- Birçok kişi, ağrı veya kanama varsa cinsel ilişkiden kaçınmayı tercih eder. Kanama durunca, kendinizi rahat hissediyorsanız, cinsel ilişkinin bir sakıncası yoktur. Böyle durumlarda kişiler cinsel ilişki konusunda endişe duyarlar ancak biz bunun düşük riskinde herhangi bir fark oluşturacağına inanmıyoruz.
- Testler kesin sonuçlar vermiyorsa, başka testleri beklerken düşük olma olasılığı vardır. Eğer pıhtıyla ve kramplı ağrılarla şiddetli kanamanız oluyorsa, düşük yaptığınız muhtemeldir. Kanama, pıhtılar ve ağrı genellikle gebelik dokusunun çoğu vücuttan atıldığında geçer. Bazen kanama ağır olarak devam edebilir ve daha fazla tedavi gerekebilir. Eğer düşük yapmakta veya yapmış olduğunuzu düşünüyorsanız, kontrol için ya doktorunuza görünmelisiniz ya da acil servise gitmelisiniz.

Aşağıdakilerden herhangi birini yaşarsanız en yakın Acil Servisinize gidin:

- ağır kanama, örneğin saatte iki ped değiştirme ve / veya golf topu büyüklüğünde pıhtılar
- şiddetli karın veya omuz ağrısı
- ateş veya titreme
- baş dönmesi veya bayılma
- vajinadan alışılmadık kokulu akıntı

Sonuçları Anlayabilmek

Gebelik hormon düzeyleri

Kanınızdaki gebelik hormonunun düzeyi, hamileliğinizin hafta sayısına bağlı olarak değişecektir. Bir düşük meydana gelmek üzereyken, hormon düzeyleri düşecektir. Aşağıda, farklı düzeylerin ne anlama gelebileceği açıklanmaktadır.

1. Gebelik hormon düzeyleri normal

Hamilelik hormonu düzeyinizin normal olması güven vericidir, ancak hamileliğinizin normal şekilde geliştiğini kanıtlamaz. Ne zaman bir ultrason yapmamız gerektiğine karar vermeme yardımcı olması için, hamilelik hormon seviyeniz, belirtilerinizle birlikte değerlendirilecektir. Ultrason hamileliğin çok erken döneminde yapılırsa, hamilelik hakkında herhangi bir sonuca varmak için, yeteri kadar görüntü alamayabiliriz.

2. Gebelik hormonu beklenenden düşük

Bu, iki anlama gelebilir:

- hamileliğinizin hafta sayısı düşündüğünüz kadar ileri olmayabilir; veya
- Hamilelik normal şekilde gelişmiyor.

Genellikle iki gün sonra tekrar kan testi gerekecektir.

3. Gebelik hormonunun artışı normalden daha yavaş

Bu, hamileliğin normal olarak gelişmemesi anlamına gelebilir, nedeni ise ya düşük yapmakta olduğunuz içindir ya da hamilelik ektoptiktir. Bazen olsa da, normal bir hamilelikte olağandışı hormonsal kalıplardan kaynaklanıyor olabilir. Bazen de, normal bir hamilelikte, hormonların normalin dışında olmasından kaynaklanabilir.

4. Gebelik hormonu düşüyor

Bu genellikle hamileliğin sona ermekte olduğu anlamına gelir.

Ultrason muayenesi

1. Kalp atışlarının görüldüğü normal ultrason

Bu iyi bir haberdır. Bundan sonra düşük olması nadir görülür; yirmide birden az. Normal hamilelik bakımıyla devam edebilirsiniz. Şayet zamanı geldiyse veya kanamanız devam ederse, rahim boynu tarama testi (CST) tavsiye edilir.

2. Ultrason kesin düşük gösteriyor

Gebeliğin büyümesinin durduğunu bize belirten ve ultrasonda görülebilen birkaç çeşit belirti vardır. Bu belirtilere gebelik kesesinin büyüklüğü, embriyonun büyüklüğü ve kalp atışlarının olmaması dahildir. Bazen düşüğün başlamış olduğunu ve gebelik dokularının bir kısmının rahimden atıldığını görebiliyoruz. Tüm gebelik dokularının atıldığından emin olmak için tedaviyi göz önünde bulundurmanız gerekebilir ancak genelde acil değildir.

3. Ultrason küçük gebelik kesesi gösteriyor ancak embriyo veya kalp atışları yok

Küçük kese aşağıdakilerden birini gösterir:

- Embriyonun görülebilmesi için halen çok erken;
- Hamilelik normal gelişmiyor.

Eğer gebelik kesesi, gebeliğinizin bu aşamasında beklediğimiz boyuttaysa ve hamilelik hormonu seviyelerine uyuyorsa, normal gebelik bakımı ile devam edebilirsiniz.

Eğer gebelik kesesi doğru boyutta değilse, bunun nedeni hamileliğinizin düşündüğümüz kadar ileri aşamada olmadığı gibi basit olabilir. Bunu kanıtlayabilmenin tek yolu bir süre zaman tanımak ve ultrasonu tekrarlamaktır. İkinci ultrason genellikle yaklaşık on gün sonra yapılır ve gebeliğin gelişmekte olup olmadığını kanıtlar.

Maalesef, hamileliğinizde ne olup olmayacağını öğrenmenin daha hızlı bir yolu yoktur. Bazen ikinci ultrasonu beklerken daha fazla kanama veya düşük gerçekleşebilir.

4. Ultrason rahimin boş olduğunu gösteriyor

Bu şu anlamlara gelebilir:

- gebeliğin görülebilmesi için henüz çok erken
- tam bir düşük meydana gelmiştir ve tüm gebelik dokusu atılmıştır (özellikle ağır kanama olduysa), gebelik rahim dışında büyüyen, "ektopik" olabilir. Dış gebelik normal büyümeye devam edemez ve tedavi edilmezse ciddi bir iç kanamaya neden olabilir.

Eğer rahim boşsa, gebeliğin dış gebelik olmadığından veya düşükten emin olana kadar, başka testlere ihtiyaç duyulacaktır. Genellikle gebelik hormonu düzeylerindeki herhangi bir değişikliği ölçmek için başka bir kan testi yaptırmanız gerekecektir. Tedaviye ihtiyaç olup olmadığına veya başka bir ultrasonun yararlı olup olmayacağına karar verilebilmesi için, kan testlerinizle birlikte ağırdı ve kanamada oluşan herhangi değişiklikler de göz önünde bulundurulacaktır.

5. Ultrason ektopik gebelik gösteriyor

Dış gebelik bulunursa, komplikasyonları önlemek için acil tedavi görmemiz gerekebilir. Dış gebeliğin türüne göre iki tedavi seçeneği vardır. Dış gebeliğin alınması için ameliyat gerekli olabilir ya da bazen küçültmek için ilaçla tedavi edilebilir.

Daha fazla desteği nereden alabilirim?

Hamilelikte kanamanız veya ağrınız varsa, kendinizi sıkın veya üzgün hissetmek normaldir. Bazı kadınlar, danışmanlık ve diğer duygusal veya psikolojik destekleri yararlı bulur. Doktorunuzdan yerel bölgenizdeki hizmetler için tavsiyelerde bulunmasını isteyin.

Hamileliğimi devam ettirme konusunda kararsızım

Bazı kadınlar için, erken ağrı ve kanama hamile olduğunun ilk belirtileri olabilir. Hamileliği kabullenmek ve aynı zamanda olası bir kaybın üstesinden gelmek, kişi için şaşırtıcı olabilir. Eğer hamileliğe devam konusunda emin değilseniz, doktorunuz veya başka bir sağlık uzmanı ile bu konuyu görüşmeniz gerekir.

Yardım için kiminle irtibata geçmeliyim?

Genel iletişim seçenekleri

- Aile doktorunuz (GP)
- Toplum sağlık hizmetleri
- En yakın hastanenin acil bölümü
- En yakın erken gebelik değerlendirme hizmeti
- Nöbetçi hemşire -1300 60 60 24

Royal Women's Hospital Parkville hastaları

Değerlendirme, testler ve tedavi için

- Erken Gebelik Değerlendirme Hizmeti (Early Pregnancy Assessment Service - EPAS)
T: (03) 8345 3643
Pazartesi'den Cuma'ya 8.00'den 15.00'e.
Randevu almak için yukarıdaki numarayı arayın. Tele-sekretere detaylarınızı bırakmak zorunda kalabilirsiniz ama birisi sizi arayacaktır.
Geldiğinizde, bu hamileliğinizle ilgili tüm bilgileri ve test sonuçlarını beraberinizde getirin.
- Kadınlar için Acil Merkez (Women's Emergency Centre - 24 saat)
Acil bakıma ihtiyacınız olursa, istediğiniz saatte gidebilirsiniz.
Olası düşük için ultrason gerekirse, genellikle bir sonraki mevcut EPAS kliniğinden randevu alınması gerekecektir.

Duygusal destek için veya hissettiklerinizi birisiyle paylaşmak amacıyla

- Kadınlar için Sosyal Destek Hizmetleri (Women's Social Support Services)
T: (03) 8345 3050 (ofis saatleri)
- Pastoral Bakım ve Dinsel Hizmetler (Pastoral Care and Spirituality Services)
T: (03) 8345 3016 (ofis saatleri)

Royal Women's Hospital Sandringham hastaları

Herhangi bir endişeniz olursa

- Acil Bölüm (Emergency Department - 24 saat)
Herhangi bir endişeniz olursa, istediğiniz saatte gidebilirsiniz.

Genel bilgi için

- Kadınları Karşılama Merkezi (Women's Welcome Centre)
T: (03) 8345 3037 veya ücretsiz 1800 442 007 (yerel bölgeler)
İnternet'te kaliteli bilgi bulmanıza yardımcı olmaları için merkezle irtibat kurun.

Hamileliğinizi devam ettirme konusunda kararsızsanız

- 1800MyOptions
T: 1800 696 784
W: www.1800myoptions.org.au
1800MyOptions gebelik seçenekleri ve hizmetleri ile ilgili gizli bilgiler sunar; seçenekleriniz hakkında sizinle konuşabilirler ve neye karar verirseniz, sizin uygun hizmetlere yönlendirilmenizi sağlarlar.

Royal Women's Hospital, katkıları ve bu bilginin çevrilmesindeki yardımları için Northern Health'e teşekkür eder.