

PS 023 MENAPOZLA İLGİLİ GENİTÜRİNER SENDROM SEMPTOMLARININ HAFİFLETİLMESİNDE KULLANILAN BİTKİSEL UYGULAMALAR

Hediye Karakoç, Fatma Bay, Güliz Onat

KTO Karatay Üniversitesi Sağlık Bilimleri Yüksekokulu, Konya

Problem tanımı ve Amaç: Menopozla ilgili genitüriner sendrom; östrojen ve diğer cinsiyet hormonlarında azalma sonucu labia majör/minor, klitoris, vestibul, vajina, üretra ve mesane değişikliklerini içeren belirti ve bulgular olarak tanımlanmaktadır. Sıcak basması gibi zaman geçtikçe ortadan kaybolan menopoz belirtilerinin aksine genitüriner semptomlar genellikle kalıcıdır ve zamanla ilerleyebilmektedir. Bu derleme ile menopozla ilgili genitüriner sendrom semptomlarının hafifletilmesinde kullanılan bitkisel uygulamalar ile ilgili yapılmış ve yayınlanmış randomize kontrollü çalışmaların gözden geçirilmesi ve çalışmalardan elde edilen verilerin sistematik biçimde incelenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Araştırma, bir üniversitenin internet erişim ağı üzerinden vulvovajinal atrofi postmenopozal semptom, vajinal atrofi, genitüriner sendrom anahtar kelimeleriyle Pubmed, Science Direct, CINAHL Complete, Wiley Interscience, Cochrane Library, Ulakbim Tıp Veri Tabanı arama motorlarında İngilizce ve Türkçe dillerinde tarama yapılmıştır. Taramalarda yıl sınırlaması yapılmamış olup ulusal ve uluslararası dergilerde yayınlanmış randomize kontrollü çalışmalar değerlendirme kapsamına alınmıştır. Araştırma kapsamında 47 randomize kontrollü çalışma incelenmiştir.

Bulgular: Menopozla ilgili genitüriner sendrom semptomların hafifletilmesinde deniz yosunu yağı, rezene, kırmızı yonca, sarı kantaron, kırmızı ginseng etkili bulunmuştur. Soyadan zengin diyet, siyah yılan kökü, vitamin D, vitamin E, keten tohumundan zengin yiyeceklerin etkisiz olduğu belirlenmiştir.

Sonuç: Menopozla ilgili genitüriner sendromda tedavinin temel amacı semptomların iyileştirilmesidir. İlk basamak tedavide hormonal olmayan yöntemler tercih edilmelidir. Bu nedenle bitkisel uygulamalar ile ilgili çalışmaların yapılması ve kanıt düzeyi yüksek çalışma verilerinin kullanılması önem taşımaktadır. Yapılan kanıta dayalı araştırma sonuçlarına mesleki eğitim programlarında ve uygulama rehberlerinde yer verilmesi ve araştırma sonuçlarının pratikte kullanılması önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Menopoz, genitüriner sendrom, bitkisel uygulamalar, bakım

HERBAL APPLICATIONS USED IN LIGHTEN OF SYMPTOMS OF MENOPAUSE-RELATED GENITOURINARY SYNDROME

Hediye Karakoç, Fatma Bay, Güliz Onat

KTO Karatay University School of Health Sciences, Konya

Problem definition and Purpose: Genitourinary syndrome related to menopause; estrogen and other sex hormones are defined as signs and symptoms that include changes in labia major/minor, clitoris, vestibul, vagina, urethra and bladder. Unlike menopausal symptoms that disappear from time to time, such as hot flashes, genitourinary symptoms are usually permanent and may progress over time. In this review, it is aimed to examine systematically the data obtained from studies and observations of published and published studies on herbal applications used in alleviating symptoms of menopause related genitourinary syndrome.

Methods: The study was conducted in the English and Turkish languages on the search engines of Pubmed, Science Direct, CINAHL Complete, Wiley Interscience, Cochrane Library, and Ulakbim Medical Database with the keywords vulvovaginal atrophy postmenopausal symptoms, vaginal atrophy, genitourinary syndrome via internet access network of a university. The randomized controlled studies published in national and international journals were not included in the scans and were included in the evaluation. The study included 47 randomized controlled trials.

Findings: Alleviation of symptoms of menopause related genitourinary syndrome, seaweed oil, fennel, red clover, yellow centaur, red ginseng has been found effective. Soy-rich diet, black snake root, vitamin D, vitamin E, linseed-rich foods are determined to be ineffective.

Conclusion: Menopause-related genitourinary syndrome is the main symptom improvement of treatment. Non-hormonal methods should be preferred in the first step of treatment. For this reason, it is important to carry out studies related to herbal applications and to use high evidence level data. It is suggested that the results of the research based on the established evidence are included in vocational training programs and practice guides and that the results of the research be used in practice.

Keywords: Menopause, genitourinary syndrome, herbal applications, care

PS 024 EPİZYOTOMİ YARASININ İYİLEŞMESİNDE KULLANILAN NON-FARMAKOLOJİK YÖNTEMLER

Ebru Bekmezci¹, Hediye Karakoç², Güliz Onat²

¹Necmettin Erbakan Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Hemşirelik Anabilim Dalı, Konya

²KTO Karatay Üniversitesi Sağlık Bilimleri Yüksekokulu, Ebelik Bölümü, Konya

Problem tanımı ve Amaç: Epizyotomi, bebek başı doğarken perinide bulbo-kavernos kasına yapılan insizyondur. Epizyotomi doğum eyleminde ikinci en sık uygulanan işlem olduğundan dolayı yara bölgesinde enfeksiyon, ağrı, laserasyon, inkontinans ve yara kenarlarında açılma gibi sorunlar sık görülmektedir. Bu derlemedeki amaç, epizyotominin iyileşmesini olumlu yönde etkileyen ve epizyotominin yarattığı ağrı hissini gidermede kullanılabilecek yöntemleri yapılan farklı çalışmalar ışığında sunmaktır.

Yöntem: Bir üniversitesinin internet erişim ağı üzerinden epizyotomi anahtar kelimesiyle ScienceDirekt, PubMed, Google Akademik, Cochrane Library arama motorlarında İngilizce ve Türkçe dillerinde tarama yapılmıştır. Araştırmaya, Ocak 2008-Ocak 2018 tarih aralığında ulusal ve uluslararası dergilerde yayınlanmış konu ile ilgili çalışmalar dahil edilmiştir. Konu ile ilgili 1 prospektif, 1 retrospektif, 1 sistematik inceleme, 2 tanımlayıcı, 18 randomize kontrollü olmak üzere 23 çalışmaya ulaşılmıştır.

Bulgular: Epizyotomi yarasının hızlı iyileşmesi ve perineal ağrı hissini azaltmada lavanta yağının, yeşil çay kreminin, papatya kreminin, tarçının, TENS'in, ananas enzimlerinin karışımı olan bromelainin, kriyoterapinin etkili olduklarını saptamışlardır. Ayrıca soğuk jel ped uygulamasının, nemli sıcak uygulamanın, buz uygulamasının, virtual reality ve hipnoz uygulamasının epizyotomi yarasının iyileşmesinde olumlu etki gösterdiklerini, ağrı düzeyinin azaltılmasına yönelik etkili ve kullanışlı oldukları belirlenmiştir.

Sonuç: Epizyotomi yarasının iyileşmesinde geçmişten günümüze birçok yöntem denenmiş ve uygulanmıştır. Yapılan kanıta dayalı araştırma sonuçlarının mesleki eğitim programlarında ve uygulama rehberlerinde yer alması önem taşımaktadır. Akademisyen, klinisyen ebe/hemşire ve diğer uygulayıcıların işbirliği ile daha ileri düzeyde çalışmaların yapılması ve araştırma sonuçlarının pratikte kullanılması önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Epizyotomi, ağrı, bakım, non-farmakolojik yöntem

NON-PHARMACOLOGICAL METHODS USED IN THE IMPROVEMENT OF WOUND OF EPISYOTOMY

Ebru Bekmezci¹, Hediye Karakoç², Güliz Onat²

¹Necmettin Erbakan University Institute of Health Sciences, Department of Nursing, Konya

²KTO Karatay University School of Health Sciences, Department of Midwifery, Konya

Problem definition and Purpose: Episiotomy is an incision made to the bulbo-kavernos muscle in the perineum at birth. Since episiotomy is the second most frequently performed procedure in labor, problems such as infection in the wound area, pain, laceration, incontinence and opening at the wound edges are common. The aim of this review is to present the methods that can affect the recovery of episiotomy positively and can be used to relieve the feeling of pain caused by episiotomy in the light of different studies.

Methods: The study was conducted in the English and Turkish languages on the search engines of ScienceDirekt, PubMed, Google Academic, Cochrane Library with the keyword episiotomy via internet access network of a university. Studies were included in national and international journals published between January 2008 and January 2018. 23 studies have been reached to be 1 prospective, 1 retrospective, 1 systematic review, 2 descriptive, 18 randomized.

Findings: They found that lavender oil, green tea creamin, chamomile cream, cinnamon, TENS, bromelainin, a mixture of pineapple enzymes, cryotherapyin were effective in the rapid healing of episiotomy wounds and the reduction of perineal pain sensation. It has also been determined that cold gel pad application, moist hot application, virtual reality and hypnosis application have a positive effect on the healing of the episiotomy wound, and they are effective and useful in decreasing the pain level.

Conclusion: In the improvement of the episiotomy wound, many past and present methods have been tried and applied. It is important that the findings of the research based on the evidence are included in vocational education programs and practice guides. It is suggested that further studies should be carried out in cooperation with academicians, clinician midwife/nurses and other practitioners, and that the results of the research be used in practice.

Keywords: Episiotomy, pain, care, non-pharmacological method