

Lara Thomas Guliano Rosa Liam Sharon Alexander Anna Vanessa
Leonardo Zoe Celeste Renate Christine Lois Valerie Susi Joschuar Andreas
ka Laura Kevin Amelie Amanda Maria Lea Julia Miriam Elias Caspar Lara
mael Marc Christoph Lois Anton Otto Ali Mustafa Florance Lilly Allya Jakob Niklas
e Melissa Elias Theo Moritz Sabine Elke Eugenie Sophie Noah Leo Dorian
s Benjamin Neil Roman Helga Sabrina Sascha Juan Ayse Timna Liam Cora Kurt
enz Jan Tizian Martha Daphne Benedikt Ludwig Oliver Adrian Ilona Meriem

Vakti geldiğinde

Gebeler için doğum bilgileri

Vakti geldiğinde Gebeler için doğum bilgileri

Bebeğin doğumundan önceki son haftalar heyecan verici haftalardır. Kadınların büyük kısmı çocuklarını, hesaplanan doğum tarihinden önceki veya sonraki 14 gün içerisinde dünyaya getirirler. Anne-çocuk karnesinde belirtilen doğum tarihi sadece istatistiksel niteliğe dayanan bir ortalama değerdir. Her çocuğun saati farklıdır.

Doğum nasıl başlar?

Günümüzde dahi doğumun başlamasına neyin sebep olduğu tam olarak bilinmemektedir. Ancak, doğumun yaklaştığını gösteren oldukça güvenilir bazı belirtiler bulunmaktadır.

| Ne oluyor? | Bu, ne anlama geliyor? | Bu, ne zaman olur? |
|--|---|---|
| Karnın aşağı inmesi hissi | » İNME « – Çocuğun başı pelvise girdi | Doğumdan birkaç gün önce |
| Hafif kanlı, yoğun akıntı | » NİŞAN GELMESİ « – Gebelik sırasında rahim ağzını kapatan sümüksü tıkaç kaybolmaya başlıyor | Doğum sancıları başlamadan birkaç gün önce, bazen de hemen öncesinde |
| Sırt ve alt karın bölgesinde düzenli aralıklarla gidip gelen kasılmalar | » DOĞUM SANCISI « – Rahmin kasılması ile rahim ağzı açılmaya başlıyor | Bu doğumun başlangıcıdır |
| Sıvı boşalması (Miktar çok veya az olabilir. Sıvı genelde berrak renkte olmasına rağmen, kanlı veya yeşil renkte de olabilir.) | » SU GELMESİ « –Çocuğun içinde bulunduğu su kesesini kaplayan ince tabaka yırtıldı | Genelde sancuların başlamasından sonra gerçekleşse de, sancuların başlamasından birkaç saat önce de gerçekleşebilir |

Ya bunların hepsi sadece yanlış alarm ise?

Birçok kadın, hastaneye fazla erken gelip orada saatlerce doğumu beklemek zorunda kalmaktan veya aynı şekilde gebe olarak eve geri gönderilmekten korkar.

Kliniğimizde, doğum sancısıyla doğumhaneye gelen her anne adayını kliniğimizde muayene edilir ve her halükarda iki saat gözetim altında tutulur. „Yanlış alarmın“ söz konusu olması durumunda, anne adayının eve dönmesine izin verilir. Ancak, nadir olmamakla birlikte, gerek görülmesi durumunda anne adayına, gerçek doğum sancılarının başlamasına kadar hastanede kalması da tavsiye olunur. Hangi yolun izleneceğine, anne adayıyla görüşülerek karar verilir. Burada, anne adayının evinin hastaneye uzaklığı, aile durumu ve özel ihtiyaçları göz önünde tutulur.

| Vücudunuzu izleyin! | Muhtemelen »yanlış alarm« | Muhtemelen »gerçek doğum sancısı« |
|---------------------------------------|--|---|
| Sancıların sıklığı ne? | Düzensiz, değişen aralıklarla geliyor | Giderek daha düzenli, daha sık aralıklarla gelmeye başlıyor; 30-60 saniye sürüyor |
| Pozisyon değiştirdiğinizde ne oluyor? | Sancılar, yürüyünce veya pozisyon değiştirdiğinizde kayboluyor | Sancılar, hareket etmenize rağmen devam ediyor |
| Sancıların şiddeti ne? | Sancılar zayıf, şiddeti giderek artmıyor | Sancıların şiddeti giderek artıyor |
| Sancı nerede hissediliyor? | Sadece ön kısımda, göbük ile kasık arasında hissediliyor | Sancılar, belden başlayarak öne doğru yayılıyor |

Ancak aşağıdaki durumlardan birisi olursa mutlaka kliniğe gitmeniz gerekir

- ▶ Su kesesinin yırtılması (vajinadan birden sıvı sızması)
- ▶ (Sadece kanlı sümüksü akıntidan oluşmayan) şiddetli kanamanın olması
- ▶ Ağrıların, sancuların arasında da devam etmesi
- ▶ Çocuğun daha az hareket ettiğini düşünmeniz durumunda

Kliniğe nasıl ulaşacaksınız?

Ambulans hizmetinden faydalanın: Avusturya'daki her sabit telefondan ve cep telefonundan 144 no'lu numarayı arayarak, size en yakın Acil Durum İrtibat Merkezi'ne, ücretsiz olarak, bağlanmanızı sağlayabilirsiniz. Acil Durum İrtibat Hattı görevlisine, doğum için Innsbruck Hastanesi'ne ulaştırılmanız gerektiğini bildirin. Ambulansın sağlık görevlileri için de önemli bilgiler içeren, anne-çocuk karnenizi yanınıza almayı unutmayın. Bilhassa, su kesesinin yırtılıp yırtılmamasından emin değilseniz, yatılı pozisyonda hastaneye nakledilmenize dikkat edin.

Partner – Refakatçi

Tek başına hastaneye gelen partneriniz/refakatçiniz, sizi burada bulabilir:

- ▶ Kadın-Baş Kliniği (Bina 3), hastane sahasının göbeğinde bulunan, gümüş "başlıklı", koyu metal kaplamalı, büyük binadır (bkz. s. 7). Doğumhane 2. katta bulunmaktadır.
- ▶ Ana kapı, saat 7.00 ila 20.00 arasında açıktır. Buradaki kapı görevlisinden de bilgi alınabilir.
- ▶ Geceleri yalnızca MZA – Anichstraße Tıp Merkezi (Bina 1, Anichstraße girişi) üzerinden giriş yapılabilir. Burada, size seve seve yolu bulmanıza yardım edecek bir kapı görevlisi bulunmaktadır (Gece giriş kapısı, Kadın-Baş Kliniği'nin kuzey yan girişinde bulunmaktadır).
- ▶ Doğumhane birimi, Kadın-Baş Kliniği'nin 2. katındadır. Lütfen, dahili haberleşme sistemi üzerinden kaydınızı yaptırın. Görevlilerimizden biri en kısa zamanda sizinle ilgilenecektir.

Doğumhaneye alındıktan sonra neler olacak?

Kliniğimize varır varmaz görevli ebe ve görevli hekim tarafından muayene edileceksiniz. Muayene şunları kapsayacaktır:

- ▶ Kardiyotokografi/CTG (kalp atışları ve sancı takibi)
- ▶ Rahim ağzının açılma miktarının tespiti için jineko-

lojik muayene

- Genelde ek olarak ultrason muayenesi
- Bu aşamada anne-çocuk karnenize ve, eğer mevcutsa, tıbbi açıdan önem taşıyan ve anne-çocuk karnesinin ekinde yer almayan diğer evraklarınıza (örneğin tansiyon karnesi, diyabet kimliği, alerji kimliği vb.) da ihtiyaç duyulacaktır.

Telefonla irtibat kurulabilir mi?

- Doğumhanenin telefon numarası 050 504-231 04'tür (Avusturya'nın her yerinden şehiriçi konuşma tarifesi uygulanır). Ebelerimiz, kişisel verilerin korunması yönetmeliği gereğince kimseye telefonla bilgi veremezler; ama gelen çağırışı size veya refakatçınıza yönlendirebilirler.
- Tabii ki, görevli arkadaşlardan doğumhaneye alındığınızın gizli tutulmasını da isteyebilirsiniz. Böyle bir durumda, siz ve çocuğunuz hakkında doğumdan sonra da kimseye bilgi verilmez.
- Anonim doğum seçeneğinden faydalanmak istiyorsanız, konuyla ilgili hazırlanmış broşürü bizden talep edebilir veya internet sitemizden (www.frauenklinik.at), Service > Broschüren bölümü üzerinden temin edebilirsiniz. Bu broşür konuyla ilgili tüm gerekli bilgileri içerir.
- Cep telefonunuzu doğumhanede kullanabilirsiniz. Ancak riayeten telefonunuzu sadece acil durumlarda kullanmanızı rica etmekteyiz.

Ya refakatçi?

Bir refakatçi (partner, güven duyulan kişi, tanıdık, ...) doğumda yanınızda bulunabilir. Doğumhane biriminde daima birden fazla kadının bulunmasından dolayı, gizliliğe ve duyarlılığa oldukça önem verilir. Bu yüzden, diğer refakatçi kişiler doğumhane önündeki bekleme salonunda beklemek zorundadırlar. Başka bir refakatçının tayin edilmesi, ebe veya hekimle görüşüldükten sonra mümkündür.

Fotoğraflar: Refakatçi kişi, kimseye rahatsızlık vermek kaydıyla, sizin veya çocuğunuzun fotoğraflarını çekebilir. Görevli ebelerin veya hekimlerin görüldüğü fotoğraflar için önce, bunların onayı alınmalıdır. Klinik çalışanlarının yer aldığı fotoğrafların, klinik yönetiminin izni olmaksızın yayınlanmasının - ki bu durum internet sitelerindeki paylaşımlar için de geçerlidir - yasak olduğuna da dikkat çekmek istiyoruz.

Park etme – Refakatçınız için »Leylek Kartı«

Partneriniz/refakatçınız sonradan arabayla kliniğimize gelecekte, geceleri hastane alanının etrafında bulunan mavi kısa süreli park alanlarında ücretsiz park edebilir. Kısa süreli park alanlarından geceleri (21.00 – 9.00), pazar ve resmi tatil günlerinde tüm gün olmak üzere ücretsiz faydalanabilir. Lütfen, cumartesi öğleden önce-leri Speckbacherstraße'deki park yerlerinin ücrete tabi

olduğunu dikkate alın. Beselepark'taki Innsbruck Garajı (eski Batı Garajı (Westgarage)) için doğumhaneden indirim kartları temin edebilirsiniz.

Gündüzleri için de, Anichstraße Tıp Merkezi giriş katındaki Hasta Hesaplaşma Veznesi'nden »Leylek Kartı« temin edilebilir. Sabit tarife karşılığında, azami 24 saat olmak üzere, Umumi Eyalet Hastanesi – Innsbruck Üniversite Hastaneleri kapalı otoparkında da park edilebilir. Bu kart ile otoparka yalnızca bir kez giriş ve çıkış yapılabilir.

Sigara içme yasağı

Doğumhanede ve tüm bekleme alanlarında sigara içilmesi kesinlikle yasaktır.

Doğumdan sonra neler olacak?

Normal doğumdan yaklaşık 2-4 saat sonra bebeğinizle birlikte Kadın ve Baş Kliniği binasının 5. katında bulunan anne-çocuk ünitesine getirilirsiniz. Hastanede yatmak istememeniz, yani doğumdan hemen sonra doğrudan eve dönmek istemeniz durumunda, bu durumu lütfen hasta kabul sırasında belirtin. Çünkü böyle bir durumda çocuğun, çocuk hekimi tarafından yapılacak ilk muayenesi ayrıca organize edilmesi gerekmektedir. Bebeğin doğum sonrası müteakip bakımının organize edilmesi için, kendi muayenehanesine sahip bir ebeye

veya aile hekimine ihtiyaç duymanız halinde, bizden gerekli bilgileri temin edebilirsiniz. Bakım işlemlerinin zamanında organize edilebilmesi için lütfen, doğum tarihinden birkaç hafta önce bir ebe ve çocuk hekimi ile irtibata geçin. (bkz. özel „Yatılı kalmadan doğum hizmeti“ bilgilendirme broşürüne)

Kadın Kliniği'ni yakından tanıyın!

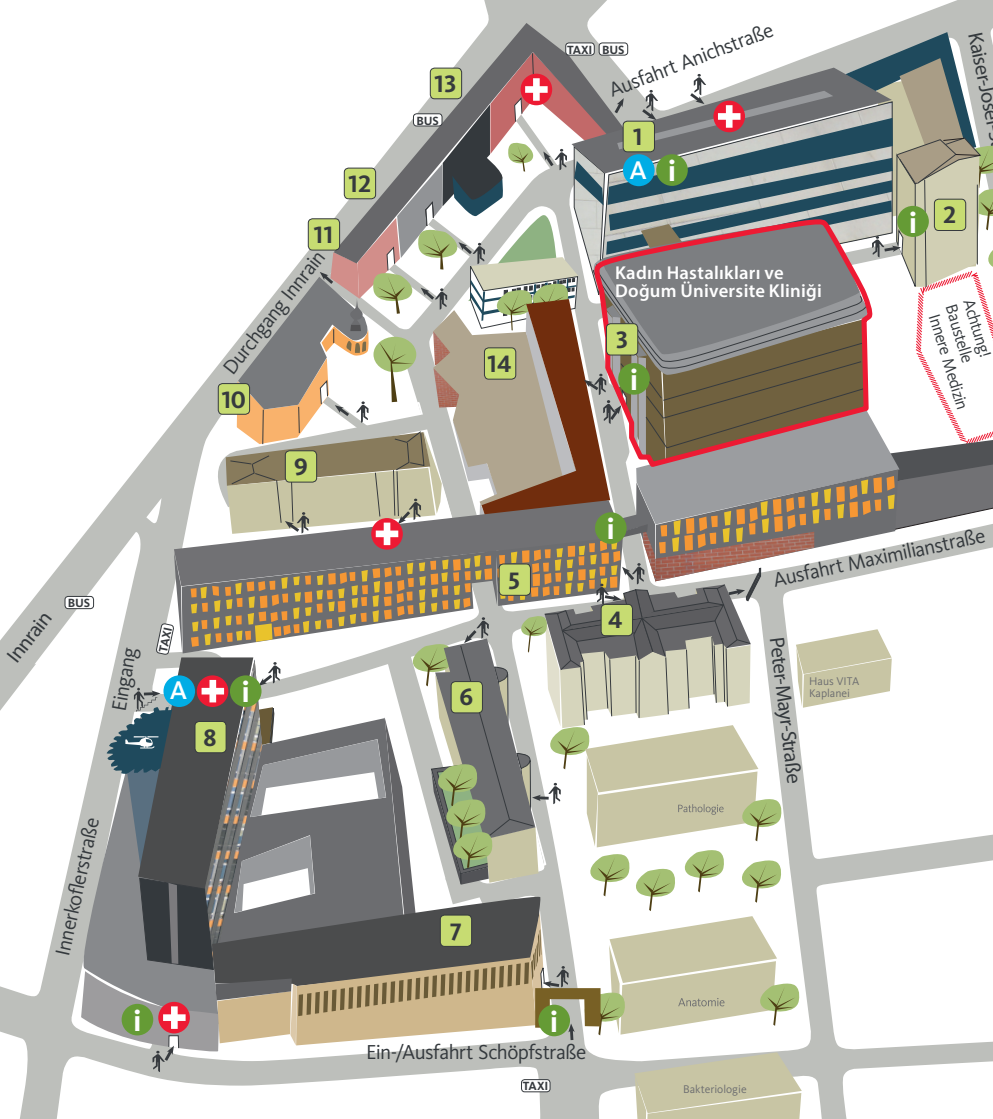
Her pazartesi ve perşembe (resmi tatil günleri hariç), saat 15.00'te doğumhane turları düzenlenmektedir (önceden kayıt yaptırmaya gerek yoktur). Partneriniz/refakatçınız ile birlikte doğum odalarını, obstetrik (doğum bilgisi) ve anne-çocuk ünitesini gezebilirsiniz. Sorularınızın olması durumunda, görevli ebelerimiz ve hekimlerimiz size yardımcı olmaktan memnuniyet duyacaklardır.

Ardından düzenlenen ebe görüşme saatinde doğum için kaydınızı yaptırabilirsiniz. Kayıt sırasında tüm formaliteler tamamlanabilir ve olası soru işaretleri ortadan kaldırılarak, doğumun olacağı gün tümüyle bu özel güne odaklanması sağlanabilir.

Doğum öncesi kontrol listesi

Bebeğinizin doğumu ile ilgili önemli her şeyi önceden planlayın. Böylece kendinizi çok daha rahat hissedebilirsiniz! Partneriniz ile birlikte şu soruların üzerinde durun:

- ▶ Ambulansın bana ulaşması ve ardından beni Innsbruck Hastanesi'ne getirmesi ne kadar sürer? Haftasonları veya trafiğin yoğun olduğu saatlerde trafik sıkışıklığı ile karşılaşılabiliyor muyuz?
- ▶ Doğuma özel aracınız ile gitmeye kalkmayın. Bunun yerine ambulansı çağırın! Evi/daireyi bulmak kolay mı, bina numarası görülüyor mu, kapı tabelasında yazan isim doğru mu?
- ▶ Anne-çocuk kartesi hazırda mı?
- ▶ Anne-çocuk kartesinde kliniğe ambulans ile nakil için müteahhasis hekimden veya aile hekiminizden alınma sevk kağıdınız (nakil kağıdı) var mı?
- ▶ Birkaç gün hastanede kalacak şekilde, ihtiyaçlarınızı karşılayacak temizlik ürünlerinizi ve giysilerinizi içeren bir çanta hazırladınız mı?
- ▶ Cep telefonunuzun şarjı dolu mu, yeterince kontörünüz var mı?
- ▶ Evde çocuklara kimin bakacağı kararlaştırıldı mı; evcil hayvanların ihtiyaçları düşünüldü mü, komşularınız ve yakınlarınız size nasıl ulaşabileceklerini biliyorlar mı?





**Kadın Hastalıkları ve Doğum
Üniversite Kliniği**

6020 Innsbruck · Anichstraße 35
Telefon +43 50 504-DW
(Şehirçi tarife üzerinden)
Telefax +43 50 504-230 55
E-Mail lki.fr.klinikleitung@tirol-kliniken.at
Site www.frauenklinik.at

Gebe Bilgilendirme

DW -230 70
E-Posta
lki.fr.schwangerenambulanz@tirol-kliniken.at
Poliklinik saatleri Pzt. – Cuma 8.00 – 15.30
Sadece randevu üzerine
Akut vakalar randevusuz
Yer: FKK Binası, Bina 3, 2. Kat, Oda. 34

Ebe Bilgilendirme

DW -814 63
E-Posta
lki.fr.hebammenambulanz@tirol-kliniken.at
Poliklinik saatleri Pzt. – Cuma 8.00 – 15.30
Sadece randevu üzerine
Akut vakalar randevusuz
Yer: FKK Binası, Bina 3, 2. Kat, Oda 123

Doğum birimi

DW -231 04 · Telefax -247 89
E-Posta lki.fr.entbindung@tirol-kliniken.at
0.00 – 24.00 saatleri arasında ulaşılabilir
Doğumhane idaresi: her Pzt. + Prş. 15.00
Yer: FKKFKK Binası, Bina 3, 2. kat