

Steunpunt Hyperemesis Gravidarum

Yalnız değilsiniz....

Genel bilgiler

Hyperemesis Gravidarum nedir?

Hyperemesis Gravidarum (HG) hamilelikte ortaya çıkan aşırı mide bulantısı ve/veya aşırı kusmaya verilen Latince bir addır. Hamilelikte mide bulantısı 60% ile 80% arası görülmektedir. HG ise 1% ile 2% arası görülmekte. Mide bulantısı yüzünden HG li olan kadınlar yeteri kadar sıvı tüketemiyor ve beslenemiyor. Buna bağlı olarak aşırı kusma ile de vücut kuru kalıyor ve yetersiz besleniyor.



HG nin tedavisi

HG nin tedavisi için yeterli bilgi olmadığından tamamen şikayetler yok edilemiyor. Hollandada şuan geçerli genel bir tedavi protokolü bulunmadığından, HG li olan hastanın tedavisi hastane veya doktor tarafından farklı olabiliyor. Öncelikle mide bulantısını ve kusmayı kesmeye yönelik ilaç tedavisi uygulanmakta. Emesafene, Primperan veya Zofran gibi. Eğer ilaç tedavisi yeterli olmuyorsa ve vücut kuru kalma tehlikesi ile karşı karşıya kalıyorsa hastaneye yatırılmanız gerekiyor. Hastanede midenizin dinlenmesi sağlanıyor ve serum verilerek kuru kalmamanıza yardımcı olunuyor. Düzenli bir şekilde yemek yemeniz sağlanıyor. Eğer bu tedaviler yetersiz kalıyorsa sonda ile beslenmeniz gerekiyor.

HG ile ilgili gerçekler

- Bazı kadınlar hamileliklerini HG yüzünden sonlandırmaktadır.
- HG li kadınlar bir yudum su'dan bile kusmaktadır.
- HG bir psikolojik hastalık değildir. Hayati önem taşıyan bir hamilelik hastalığıdır.
- Bazı kadınlarda hamilelik süresince görülmektedir.
- HG li kadınların yarısında şikayetler 20nci haftalık iken azalmaktadır.
- Mevcut ilaçlar mide bulantısı için yeterli olmamaktadır.

Quote

Die onophoudelijke misselijkheid vond ik heel eng. Het voelde voor mij alsof het nooit meer over zou gaan. Het was zo allesomvattend, alsof alleen dat nog maar bestond.

Rosa

HG ve Çevre

HG çok ağır fiziksel ve psikolojik yüküdür kendinize ve çevrenize. HG li olan kadınlar günlük işlerini yapamamaktadır. Alışveriş veya ev işleri, çocukların bakımı, işte çalışmak hatta duş almak gibi. Bazen çevrenizdekiler sizin ne kadar zorlandığınızı anlamıyor ve naz yaptığınız zannediliyor. Hatta sağlık kurumları bile sizi ciddiye almıyor. HG bir psikolojik rahatsızlık değildir, naz değildir ve yemek yeme bozukluğuda değildir. HG hamilelikte ortaya çıkan tehlikeli bir hastalıktır. HG nin sebebi vücudunuz ile ilgili olsada, psikolojik sonuçları da göz ardı etmemek gerekir. Mesela korku ve suçluluk duygusu gibi.



HG nasıl hissedilir

HG olmayan kişiler HG li olanları anlamakta zorlanıyor olabilir. Sonuçta mide bulantısını herkes yaşıyor fakat çabuk geçiyor. HG ağır bir gıda zehirlenmesi ile bir hızlı trene binmek gibidir. Ama günlerce, haftalarca bazende aylarca ard arda. HG li kadınların midesi bulanır, aşırı yorgundur, başı dönebilir, halsizdir, bazı kokulara duyarlı olabilir, çok zor birşeyler yiyip içebilir ve kusabilir. Eğer aşırı derecede kusuyor iseniz zamanında jinekolog, ebe veya doktorunuza bildirmelisiniz. Nelere dikkat etmeniz gerekiyor:



- Hiç birşey yiyip içemiyorsanız
- Çok kusuyorsanız
- Kilo kaybediyorsanız veya 5% ile 10% kilo kaybı olduysa
- İdrarınız koyu renkte ise ve idrarınız az geliyorsa
- Başınız dönüyorsa, şaşkın bir haldeyseniz hatta bayıldıysanız
- Eğer kendinize ve ailenize bakamıyorsanız, işinize gidemiyorsanız, ayakta düş alamıyorsanız, merdiven çıkıp inemiyorsanız

Gıda/Sıvı ve HG

HG li olan kadınlar yeteri kadar sıvı ve gıda alamamakta. Koku, tat ve dokudan dolayı. HG yi tedavide öncelik hastaya her zaman sağlıklı olmasına bakılmaksızın sıvı içirebilmektir. İçinizde kalan her bir kalori önemlidir. Yardımcı olması için bir diyetisyene başvurabilirsiniz. Daha fazla HG ve Gıda ile ilgili bilgilere internet sitemizden ulaşabilirsiniz.

Steunpunt HG ile ilgili

Steunpunt HG, ZEHEG vakfının bir bölümüdür (ZEHEG = Hamile mide bulantısı ve HG) ve hamilelikte aşırı mide bulantısı yaşayan veya geçmişte yaşamış olan kadınlar içindir. Steunpunt HG nin amacı HG li olan kadınları buluşturmak, bilgilendirmek, bu bilinmeyen hastalığı tanıtmak ve daha çok anlayış için çalışmaktır. ZEHEG vakfı geçmişte HG li olan kadınlar tarafından, HG li olan kadınlara yardım etmek amacı ile kurulmuştur. İnternet sitemizde www.steunpunthg.nl kadınlar ve eşleri HG ile ilgili tavsiye ve bilgi alabilirler. Ve HG li olan kadınların deneyim hikayelerini okuyabilirler. Facebook sayfamızda HG li olan kadınlar tarafından konuşma gurubu kurulmuştur. Diğer HG li kadınlar ile buradan görüşebilirsiniz. Facebookta "Praatgroep Steunpunt Hyperemesis Gravidarum" olarak arama yapın.



Contact

Website: www.steunpunthg.nl

Mail: info@steunpunthg.nl

ZEHEG vakfı her zaman için doğru ve güncel bilgi vermek için uğraşmaktadır. Şikayetleriniz için daima önce doktorunuzu veya ebenizi arayın.

© Stichting ZEHEG 2014