

24 May 2013 Friday 13:45-15:30

Chairmen: Şahinoğlu S., Özen A.

MENOPOZAL DÖNEMDEKİ KADINLARIN SICAK BASMASI ŞİKÂyetİNE YÖNELİK GELENEKSEL UYGULAMALARI

Sultan Alan¹, Şule Gökyıldız², Ebru Gözüyeşil³

¹Assist. Prof, Çukurova University Adana Health High School, Dept. of Midwife, tasalan@cu.edu.tr

²PhD, Çukurova University Adana Health High School, Dept. of Midwife, sgokyildiz@cu.edu.tr

³Academic Staff, Çukurova University Ceyhan Health Vacancy High School, ebrugozuyesil@hotmail.com

Menopoz, kadınlar arasında evrensel bir fenomen olmasına rağmen perimenopozal belirti ve bulguların başlangıcı, menopozal geçiş ve son menstruasyon zamanı değişkendir. Perimenopozal dönemin en önemli özellikleri sıcak basması ve gece terlemeleridir. Bu şikâyetlerin yoğunluğu kadından kadına değişmekte ve yaşam kalitesini olumsuz olarak önemli oranda etkilemektedir.

Kadınların günlük yaşam aktivitelerini etkileyen bu yakınmalar, onları tedavi aramaya iten en sık nedenlerdir. Women's Health Initiative (WHI) ve Million Women Çalışmaları'nın sonuçları yayınlandıktan sonra kadınların hormon replasman tedavisinden kaçınma yönünde davranışlar sergiledikleri belirtilmektedir. WHI çalışmasından sonra kadınlar menopozal şikâyetleri için hormon tedavisi yerine bitkilere ve geleneksel uygulamalara yönelmektedir. Yapılan çalışmalarda sıcak basması için düzenli egzersiz yapma, bitkisel kaynaklı destekler ve akupunktur gibi geleneksel yöntemlerin kadınlar tarafından uygulandığı görülmektedir.

Bu çalışmanın amacı sıcak basması şikâyeti olan kadınların bu şikâyetlerini gidermeye yönelik olarak ne tür geleneksel uygulamalar yaptıklarını belirlemektir.

Anahtar Kelimeler: Menopoz, Sıcak basması, Geleneksel uygulamalar

TRADITIONAL PRACTICE FOR HOT FLASHES COMPLAINT IN MENOPAUSAL WOMEN

Although menopause is a universal phenomenon among women, the timing of the onset and the signs and symptoms of the perimenopause, menopausal transition, and final menstrual period are not. Hot flashes and night perspiration are one of the most important signs of perimenopause. The intensity of these symptoms differs in every woman and significantly affects quality of life negatively. These complaints which affect women's daily life activities are the most common causes of push to seek treatment. Many women are choosing to avoid HRT, influenced by publicity following the publication of the Women's Health Initiative (WHI) trial and the Million Women Study. After the WHI, many women turn to herbal and traditional practice for menopausal symptoms instead of hormone therapy. In studies found that traditional practice as regular exercise, herbal, acupuncture are used by the women for hot flash symptoms. In studies found that traditional practice as regular exercise, herbal, acupuncture are used by the women for hot flash symptoms. In studies found that traditional practice as regular exercise, herbal, acupuncture are used by the women for hot flash symptoms. The purpose of this study is determined the traditional practices of women who suffer from hot flashes to eliminate these complaints.

Keywords: Menopause, Hot flashes, Traditional practice