

Op. Dr. Yeşim GürelKadın Hastalıkları ve Doğum Uzmanı
Memorial Ankara Hastanesi

HAMİLELİK DÖNEMİNDE GRİBE DİKKAT!

Kış aylarının gelmesiyle birlikte gribal enfeksiyonlar daha sık görülüyor. Bu durum gebelik sürecinde anne ve bebek sağlığını da olumsuz etkileyebiliyor. Memorial Ankara Hastanesi Kadın Hastalıkları ve Doğum Bölümünden Op. Dr. Yeşim Gürel, gebelikte grip hastalığı ve tedavisi hakkında bilgi verdi.

ÖNLEM ALINMAZSA ZATÜRREYE ÇEVİREBİLİR

Grip, üst solunum yollarını etkileyen bulaşıcı bir hastalıktır. Sebep ise influenza tipi virüslerdir. Bu virüsler lümin dünyada salgılara sebep olabilmektedir. Ateş, kas ağrısı, öksürük, burun tıkanıklığı, neces almada güçlük, burun akıntısı, boğaz ağrısı, baş ağrısı, halsizlik, yorgunluk ve iştahsızlık gibi belirtilerle kendini gösteren grip, önlem alınmazsa zatürreye kadar ilerleyen hastalıklara yol açabilir. Hastalık genellikle ateşle başlar, ardından diğer belirtiler görülür. Ateş genellikle 2-3 gün sürer. Öksürük dışındaki belirtiler 1 haftada kendiliğinden geçmektedir ancak bazen öksürük birkaç haftaya kadar uzayabilir.

GEBELİKTE ŞİDDETLİ GRİP ERKEN DOĞUMU TETİKLEYEBİLİR

Hamilelik normal şartlarda gribe yakalanmak için çok risk oluşturmaz. Ancak hamilelik sırasında değişen bağışıklık sistemini, solunum sistemini ve dolaşım sistemini gribe bağlı yan etkilerin artmasına neden olur. Ayrıca doğuma yakın bir zamanda grip geçiren annenin, bunu bebeğine bulaştırma ihtimali çok fazladır. Hamilelik sırasında gribal enfeksiyon geçirildiğinde, hastalık anne kar-

nındaki bebeğe bulaşmaz. Ancak bu enfeksiyonun şiddeti, bazen ardından gelişen zatürre durumu ve yüksek ateş nedeniyle erken doğum tetiklenebilir.

GEBELİĞİN 3. AYINDAN SONRA GRİP AŞISI YAPTIRILABİLİR

Grip hastalığı aşı ile önenebilmektedir. Grip aşısı gebelik ve emzirme döneminde uygulanabilir. Gençlikte gebeliğin ilk 3 ayını geçirdikten sonra grip aşısı yapılmasında bir sakınca bulunmamaktadır. Grip hastalığının etkili bir tedavisi yoktur. Ancak hastayı rahatlatacak ve şikayetleri azaltacak destek tedavileri uygulanabilir. Gribe yol açan virüslere antibiyotikler etkili değildir. Başka bir enfeksiyon olmadığı sürece antibiyotik kullanılmamalıdır.

KORUNMAK TEDAVİDEN DAHA ÖNEMLİ

Sonbahar ve kış aylarında gripden korunmak için; kapalı yerlerde uzun süre kalmamalı, bulunulan ortam sık sık havalandırılmalı, eller gün içinde sık sık yıkanmalıdır. Gribin en iyi tedavisi istirahat, eğer mümkünse yatak istirahati yapılmalıdır. Yatak odasının iyi havalandırılması ve havanın nemli tutulması gereklidir. Çok sıcak ya da soğuk olmamak şartıyla bol miktarda sıvı alımı çok önemlidir.

Tuzlu su gargaraları boğazı rahatlatılabilir. Bol C vitamini içeren yiyecekler bağışıklık sistemini kuvvetlendireceğinden, bu dönemde daha fazla tüketilmesi önerilir. Alınan önlemlere rağmen birkaç gün içinde bir iyileşme görülmediği takdirde vakit kaybetmeden doktora başvurulmalıdır.