|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Adı soyadı: Sınıfı:  No: | **9. SINIF - ANNE ÇOCUK SAĞLIĞI**  **1. DÖNEM - 2. YAZILI** | Puan: |

A) Aşağıdaki açık uçlu soruları cevaplayınız.

1- Yeni doğum yapmış annenin yaşadığı, doğumdan sonra ortalama altı hafta süren döneme ne ad verilir?

- ………………………………………………………………………………………………

2- Lohusalık döneminde, annede genellikle, ağlama, hüzünlü olma, halsizlik, baş ağrısı, uyku bozukluğu ve depresyon

şeklinde görülen bu duruma ne ad verilir?

- ………………………………………………………………………………………………

3- Gebelik sonrası psikozun uzaması halinde yapılması gerekenlerden iki tanesini yazınız.

- ……………………………………………………………………………………………… - ………………………………………………………………………………………………

4- “İnvolüsyon olayı” nedir? Kısaca açıklayınız.

- …………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

5- Emziklilik döneminin özelliklerinden iki tanesini yazınız.

- ……………………………………………………………………………………………… - ………………………………………………………………………………………………

6- “Mastit” nedir? Kısaca açıklayınız.

- ……………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

7- Doğumdan sonra annenin bebeğini beslediği döneme ne ad verilir?

- ………………………………………………………………………………………………………………

8- Aşağıda açıklamaları verilen kavramları, açıklamaların karşılarına yazınız.

- Yetersiz ve dengesiz beslenme = …………………………………………………………………………………………………………………

- Meme bezlerinden süt salgılanması = …………………………………………………………………………………………………………………

- Doğumdan sonra vajina yoluyla akan akıntı = …………………………………………………………………………………………………………………

- Annede ileride oluşabilecek kemik erimesi = …………………………………………………………………………………………………………………

- Annenin adet görmesi durumu. = …………………………………………………………………………………………………………………

9- Lohusalık dönemindeki tehlike işaretlerinden iki tanesini yazınız.

- …………………………………………………………………………………………… - ………………………………………………………………………………………………

10- Doğumdan sonra eve çıkarılan anne ve bebek en az kaç kez daha sağlık kontrolünden geçirilmelidir?

- ……………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

11- Lohusalık döneminde annenin uyku ve dinlenme saatleri nasıl düzenlenmelidir?

- ……………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

12- Lohusalık döneminde sık görülen şikâyetlerden üç tanesini yazınız.

- ……………………………………………………… - ………………………………………………… - ………………………………………………

13- Bebeğin emzirme döneminin başarılı geçmesi neye bağlıdır?

- ……………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

14- Özgüven duygusunun temelinin atıldığı ilk dönem hangisidir?

- ……………………………………………………………………………………………………

15- Emzirmenin, anneye sağladığı faydalardan iki tanesini yazınız.

- …………………………………………………………………………………………… - ………………………………………………………………………………………………

16- Bebek kaç yaşına kadar ek gıdayla birlikte anne sütüyle beslenmelidir?

- ………………………………………………………………………………………………

17- İlk emzirme sırasında sütün gelmediği durumlarda ne yapılmalıdır?

- ……………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

18- Emzirmede dikkat edilecek noktalardan iki tanesini yazınız.

- …………………………………………………………………………………………… - ………………………………………………………………………………………………

19- Emzirme pozisyonlarından iki tanesini yazarak kısaca açıklayınız.

- Beşik tutuşu = ………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

- Çapraz beşik pozisyonu = ………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

20- Anneden emilen ilk süt olan kolostrumun faydalarından iki tanesini yazınız.

- …………………………………………………………………………………………… - ………………………………………………………………………………………………

21- Lohusalık döneminde uygulanabilecek egzersizlerden üç tanesini yazınız.

- ……………………………………………………… - …………………………………………………………… - ……………………………………………………………

22- Bebeğe ek gıdaların biberonla verilmesinin sakıncalarından iki tanesini yazınız.

- …………………………………………………………………………………………… - ………………………………………………………………………………………………

23- Bebeklik dönemi beslenme temel ilkelerinden iki tanesini yazınız.

- ……………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

- ……………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

24- Ek gıdaya erken başlamanın dezavantajlarından iki tanesini yazınız.

- …………………………………………………………………………………………… - ………………………………………………………………………………………………

25- Ek gıdalara başlarken dikkat edilecek noktalardan iki tanesini yazınız.

- …………………………………………………………………………………………… - ………………………………………………………………………………………………

**ÖZEL ÖĞRETMEN**

ANNE ÇOCUK SAĞLIĞI 9 - 1 - 2

1- - Lohusalık **2-** - Postpartum Psikozu

3- - Eşler birbirine destek olmalı - Aile anneye yardım etmeli

- Annenin dinlenmesine fırsat yaratılmalı - Gerekirse psikolojik yardım alınmalı

4- - Lohusalık döneminde ve gebelik sırasında kadın üreme organlarında meydana gelen fizyolojik değişikliklerin

eski halini almasına denir.

5- - İlk emzirme bir saat içinde yapılır. - Anne ve bebeğin ilk psikolojik bağ kurduğu dönemdir.

- Annelik duygusu yoğun olarak hissedilir. - Emzirme yapılmazsa emzirme başarısı tehlikeye girer.

6- - Genellikle emzirme döneminde memede süt birikmesine bağlı meme dokusunun iltihaplanmasıdır.

7- - Emziklilik dönemi

8- - Yetersiz ve dengesiz beslenme = Malnütrisyon

- Meme bezlerinden süt salgılanması = Laktasyon

- Doğumdan sonra vajina yoluyla akan akıntı = Loşi (Lochia)

- Annede ileride oluşabilecek kemik erimesi = Osteoporozis

- Annenin adet görmesi durumu. = Menstrüasyon

9- - Annede, 38°C’nin üstünde ateş - Kötü kokulu akıntı

- Ani veya yoğun kan kaybı - Şiddetli veya sürekli baş ağrısı, bulanık görme

- Kasılma Nöbetleri - Solunum Güçlüğü ve Hızlı Solunum

10- - Üç kez daha gereklidir. (doğumu takip eden ikinci-beşinci günlerde, 13.-17. günlerde ve 30-42. günler arası)

11- - Bebeğin uyku saatlerine uygun olarak düzenlenmelidir.

12- - Kabızlık - Meme tıkanıklığı - İdrar yolu enfeksiyonu

- Doğum dikişleri - İdrar Yolu Enfeksiyonu - Meme Başında Çatlama

13- - Doğumdan sonraki ilk bir saatte emzirme yapılmasına.

14- - Emziklilik

15- - Annelik duygusunu yoğun hissettirir. - Adet görmeyi geciktirir.

- Meme kanserine yakalanma riskini azaltır. - Kemik erimesinden korur.

- Göğüs, rahim ve meme kanserine yakalanma riski azalır. - Annenin kilo vermesini kolaylaştırarak

16- - İki yaşına kadar.

17- - Anne, emzirme denemesine diğer memeyle devam etmelidir.

18- - Memeyi bırakana kadar emzirilmelidir. - Emzirme bitince bebek gazı mutlaka çıkarılmalıdır.

- Bebeğin omuz ve vücudu emzirme yapılacak memeye dönük olmalıdır.

- Emzirmeye başlamadan önce anne mutlaka ellerini sabunla yıkamalıdır.

19- - Beşik tutuşu = Normal yolla ve zamanında doğmuş bebekler için uygundur.

- Çapraz beşik pozisyonu = Düşük doğum ağırlıklı bebekler için uygundur.

- Koltukaltı tutuş pozisyonu = Ameliyat dikişleri veya karın bölgesi baskıyı önlemek için.

- Yatarak emzirme pozisyonu = Annenin yattığı yerden kalkmasının zor olduğu durumlarda

20- - Büyüme, organ ve doku gelişimi - Bebeğin ilk aşısı olarak nitelendirilir.

- Sindirim sisteminin gelişimi. - Solunum sisteminin gelişimini destekler.

21- - Bel için egzersizler – Karın kasları için - Bacak ve kalça kasları için - Göğüs ve sırt kasları için

22- - Biberon, hijyenik değildir. - Çocuğun çene ve diş yapısını bozulmasına neden olabilir.

- Hava yuttuğu için sindirim problemi yaşar. - Biberonla beslenmek için para harcamak gerekir.

23- - Beslenme, bebeğin durumuna ve yaşına uygun olmalıdır.

- Emzirilecek memenin temiz olmasına dikkat edilmelidir.

- İlk 1 - 1,5 ay bebek her ağladığında emzirilmelidir. - Daha sonra 3-4 saat ara ile 5-6 öğün beslenmelidir.

24- - Anne sütündeki koruyucu maddeler daha az alınır. - Ek gıdaların besin değerleri daha düşüktür.

- Bebek, annesini daha az emer. - Bebeklerin alerjik ve enfeksiyon hastalıklarına yakalanma riski artar.

25- Doğru zamanda (en erken 6. ay) başlanmalıdır. - Ek gıdalarla birlikte su da verilmelidir.

Bebeğin aç olduğu zamanlarda verilmelidir. - Biberon yerine kaşık, fincan ya da bardakla verilmelidir.