

# SAĞLIK BİLİMLERİ FAKÜLTESİ



## EBELİK

EBE216, Cinsel Sağlık

**Dr.Öğr.Üye.Serap TOPATAN**

# CİNSELİĞİN FİZYOLOJİK BOYUTU

EBE216, Cinsel Sağlık

*Hafta-5*



# İÇERİK

- Cinsel eylem fizyolojisi
- Kadın Cinsel Eylem Fizyolojisi
- Erkek Cinsel Eylem Fizyolojisi



# KADININ CİNSEL ANATOMİSİ

Kadın cinsel organlarının anatomisi iki kısım olarak incelenir:

- Dış genital organlar :Vulva sınırları önde simfisis pubis, arkada anal sfinkter olan labiumlar ve klitoris ve vestibüler bulbusları kapsar
- İç genital organlar (vajina, uterus, tuba uterina ve overler)



# KADININ CİNSEL EYLEM FİZYOLOJİSİ

## Kadının üreme sistemine etki eden başlıca hormonlar şunlardır

- Hipotalamustan salgılanan Gonodotropin Releasing Hormon(**GnRH**).
- Hipofiz ön lobdan salgılanan Gonodotrop Hormonlar(**GTH**)
  - Folikülü stimüle eden hormon (**FSH**)
  - Lutenize edici hormon (**LH**)
  - Lutenotrop hormon (**LTH**)
- Over hormonları
  - Östrojen
  - Progesteron



# ERKEK CİNSEL ANATOMİSİ

Erkek cinsel organlarının anatomisi iki kısım olarak incelenir:

-Dış genital organlar Penis ve testisler

-İç genital organlar epididimis, sperm tohum kanalları, sperm meni kesecikleri, prostat, İdrar torbası



## Erkek üreme sistemine etki eden başlıca hormonlar şunlardır

- Hipotalamustan salgılanan Gonodotropin Releasing Hormon(**GnRH**).
- Hipofiz ön lobdan salgılanan Gonodotrop Hormonlar(**GTH**)
  - Folikülü stimüle eden hormon (**FSH**)
  - Lutenize edici hormon (**LH**)

Testesteron aktif rol oynar.



# CİNSEL YANIT DÖNGÜSÜ

- 1) **Uyarılma evresi:** Temel olarak erotik duygu ve düşüncelerin belirmesi ile erkekte sertleşme, kadında yaygın olarak kanlanma artışı ve kas kasılması ile karakterizedir. Bu evre erkekte ereksiyon ve kadında lubrikasyonun ortaya çıkması ile sonuçlanır.
- 2) **Plato evresi:** Bu evrede, haz duygusu ve cinsel gerilim giderek yükselir. Hem erkek hem de kadınlar için orgazm evresine kadar devam eder
- 3) **Orgazm evresi:** Evreler arasında süre açısından en kısa olduğu ancak cinsel hazzın en yoğun yaşandığı evredir. Erkekte ejakulasyon, kadında ise perine, vajina ve anüs etrafındaki kaslara giden kanın artışı sonucunda ritmik kasılmaları ile sonlanır.
- 4) **Çözülme evresi:** Hem kadın hem erkek için orgazm ile ya da orgazm olmaksızın platoyu takiben bedende önceki aşamalarda oluşmuş olan fizyolojik değişikliklerin aynı sırayı takip ederek kaybolduğu son evredir. Bu evre cinsiyete, orgazm olma ve cinsel uyarılma durumuna göre farklı sürelerde sona erer.





# ÇİFTLERİN SAĞLIKLI CİNSEL İŞLEV SÜRDÜREBİLMELERİNDE EBELERİN ROLÜ

**İletişimin önündeki diğer engeller şu şekilde sıralanmaktadır**

- Hemşirelerin cinsel konulardaki bilgi eksikliği
- Hemşirelerin cinselliğe yönelik tutumları
- Zaman yetersizliği
- Hastaların rahatsızlık yaşayacağı düşüncesi
- Cinselliğin hasta bakımında bir öncelik olarak görülmemesi
- 



Cinselliği değerlendirmeye yönelik klinikte kullanılacak rehberlerin yetersiz olması

- Hemşirelerin bireysel özellikler (yaş, cinsiyet, stereotipler, hastaya yönelik nyargılar)



- Cinsel öykü alınırken; rahat bir ortam sağlanmalı, mahremiyet korunmalı, başvuran birey/çiftlerin kendilerini rahatça ifade edebilmeleri ve güvende hissetmeler için gereken olanaklar sağlanmalıdır
- Mümkün olduğunca cinsel eş de görüşmeye dahil edilmeli, birey/çiftlere karşı açık olunmalı, soruların ne amaçla sorulduğu açıklanmalıdır. Anlaşılır bir dil kullanılmalı, Açık uçlu sorular sorulmalı, etkin dinleme yöntemleri kullanılmalıdır.



- Hemşireler bireye özgü cinselliği tanımlayabilmeli, cinsel konularda rahat olmalı, iyi bir dinleyici olmalı, yargılayıcı bir tutum içinde olmamalı, danışmanlık yapabilme becerisi gelişmiş olmalı, Çiftlerin cinsel konularda konuşurken iletişim yeteneklerini geliştirmeli, cinsellik konusunda kendini rahat hissetmeli, cinsellik ve cinsel fonksiyon konusunda bilgi sahibi olmalı, cinsellik konusunda kendinin ve çiftlerin inanç, değer ve tutumlarının farkına varmalıdır.



- İletişimi başlatmada ve sürdürmede uygun modellerin kullanılması birey/çiftlerin sorunlarının tanımlamasına katkı sağlayacak ve tanımlanan sorunlar ile ilgili eğitim planlanması ve uygulanması, gerektiğinde birey/çiftlerin danışmanlık hizmetlerine yönlendirilmesi cinsel sağlığın sürdürülmesine katkı sağlayacaktır



- Sonuç olarak; fiziksel, psikolojik, sosyal ve kültürel bileŐenleri ile genel sağlığın ayrılmaz parçalarından birini oluŐturan cinsel yaŐam pek çok faktörden olumsuz yönde etkilenebilmekte ve cinsel fonksiyon bozukluğu geliŐebilmektedir.



- Bu nedenle bütüncül hemşirelik yaklaşımı çerçevesinde birey/çiftlerin cinsel sorunlarını rahatlıkla ifade edebilmelerini sağlayacak uygun ortamların oluşturulması, cinsel fonksiyonlarının değerlendirilmesi ve hasta bakım planında ele alınması, hasta eğitimlerinde cinsel sağlığın korunmasına yönelik eğitimlere daha geniş yer verilmesi önerilmektedir.



## KAYNAKLAR

- **GÖLBAŞI, A. G. D. Z. (2003).** Sağlıklı gençlik ve toplum için bir adım: cinsel sağlık eğitimi. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 6(6).
- **Nayir, N. (2010).** Edirne il merkezinde yaşayan erişkinlerde cinsel işlev ve cinsel işlev bozuklukları.
- **SUNGUR, M. Z. (2004).** Seks terapi uygulamaları sırasında karşılaşılan güçlükler. *Türkiye Klinikleri Journal of Psychiatry*, 5(1), 59-67.
- **Çelik, S. (2004).** Güvel S. Kadın cinsel fonksiyon fizyolojisi. Kaçoğlu A, Başar M, Semerci B, Orhan D, Aşçı R, Yaman MÖ, Çayan S, Usta MF, Kendirci M (Editörler). *Erkek ve Kadın Cinsel Sağlığı'nda*. İstanbul: Türk Androloji Derneği Yayını, (s 604).
- **Pasqualotto, E. B., Pasqualotto, F. F., Sobreiro, B. P., & Lucon, A. M. (2005).** Female sexual dysfunction: the important points to remember. *Clinics*, 60(1), 51-60.
- **Günaşlan, N. (2011).** Kumulus oosit kompleksinde kök hücre popülasyonunun araştırılması (Doctoral dissertation, Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü).
- **Taşkın Lale Doğum ve Kadın Sağlığı Hemşireliği(ANKARA: Özyurt Matbaacılık, 2016), 43-57-60-62-63-66-67**
- **Bell R.David and Rodney A. Rhoades ., Medical Physiol (Philadelphia: Wolters Kluwer,2018),693-710**
- **Brooks L. Heddwen., Scott Boitano, Kim E. Barrett, Susan M. Barman, , Ganong'un Tıbbi Fizyolojisi, çev., Hakkı GÖKBEL (İstanbul: Nobel Tıp Kitabevleri, 2015), 391-418**
- **Saklan, Ş. (2010).** Çocukluk yaş grubunda patolojik boy kısalığı olan olgularda mrg ile hipofiz yükseklik ve volümünün duyarlılıklarının karşılaştırılması (Doctoral dissertation, Selçuk Üniversitesi Tıp Fakültesi).
- **Şişman, A. (2016).** Menstrüel dönem fazlarında yüksek yoğunluklu kısa süreli yüklenmenin postural kontrole etkisi(Doctoral dissertation, Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü).
- **Tezenli A., Perimenopozal Ve Postmenopozal Dönemde Endometrial Kalınlık Artışı Tespit Edilmiş Hastalarda Anormal Uterin Kanaması Olan Ve Olmayan Olguların Endometrial Biyopsi Sonuçlarının Karşılaştırılması, 2009: 4-6**
- **Şeniha Ç. S., 20-45 Yaş Arası Kadınlarda Menstrüel Siklusun Her Üç Döneminde (Menstrüel Dönem Öncesi, Menstrüel Dönem ve Menstrüel Dönem Sonrası) Beslenme Alışkanlıklarının Belirlenmesi..(Yüksek Lisans Tezi,Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Başkent Üniversitesi, 2016): 6-9**
- **Afacan İlyas., "İkili Testin Bileşeni Olarak İlk Trimesterde Bakılan, Papp-A Değeri İle Gebelik Prognozu Belirlenebilir Mi?"(Aile Hekimliği Uzmanlık Tezi, Haseki Eğitim Ve Araştırma Hastanesi) 2008: 20-21**
- **Stenman, U. H., Tiitinen, A., Alfthan, H., & Valmu, L. (2006).** The classification, functions and clinical use of different isoforms of HCG. *Human reproduction update*, 12(6), 769-784.
- **Katz, A. (2005).** Do ask, do tell: why do so many nurses avoid the topic of sexuality?. *AJN The American Journal of Nursing*, 105(7), 66-68.
- **Mick, J. M. (2007).** Sexuality assessment: 10 strategies for improvement. *Clinical journal of oncology nursing*, 11(5).
- **Higgins, A., Barker, P., & Begley, C. M. (2006).** Sexuality: the challenge to espoused holistic care. *International journal of nursing practice*, 12(6), 345-351.
- **Lally, R. M. (2006).** Sexuality: everything you might be afraid to ask but patients need to know. *ONS news*, 21(9), 1-4.
- **Francoeur, R. T., Noonan, R. J., Opiyo-Omolo, B., & Pastoetter, J. (2004).** Female sexuality today: Challenging cultural repression. *CrossCurrents*, 55-71.
- **Heath, H., & White, I. (2008).** The challenge of sexuality in health care. *John Wiley & Sons*.
- **Guthrie, C. (1999).** Nurses' perceptions of sexuality relating to patient care. *Journal of clinical nursing*, 8(3), 313-321.
- **Kütmeç, C. (2009).** Kadınlarda cinsel fonksiyon bozukluğu ve hemşirelik bakımı. *Fırat sağlık hizmetleri dergisi*, 4(12), 111-136.
- **Karakoyunlu, F., & Öncel, S. (2009).** CİNSEL FONKSİYON BOZUKLUKLARINDA KADINA AIT HEMŞİRELİK BAKIM SÜRECİ ÖRNEĞİ. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 12(3), 82-92.
- **Açıkgöz, F. (2011).** Cinsel sağlığa yönelik hemşirelik yaklaşım modelleri. *Androloji Bülteni*, 47, 305-307.

