



T.C.

TOKAT GAZİOSMANPAŞA ÜNİVERSİTESİ

LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

HEMŞİRELİK ANABİLİM DALI

KADIN SAĞLIĞI VE HASTALIKLARI HEMŞİRELİĞİ

YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

**EVCİL HAYVANA SAHİP OLAN VE OLMAYAN PRİMİPAR
GEBELERDE PRENATAL BAĞLANMA VE PRENATAL STRESİN
DEĞERLENDİRİLMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Nadire KAHYAOĞLU

Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Ayla KORKMAZ

TOKAT-2025

ETİK SÖZLEŞME

Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü tez yazım kılavuzuna göre, Dr. Öğr. Üyesi Ayla KORKMAZ danışmanlığında hazırlamış olduğum “ Evcil Hayvanı Olan ve Olmayan Primipar Gebelerde Prenatal Bağlanma ve Prenatal Stresin Değerlendirilmesi” adlı Yüksek Lisans tezinin bilimsel etik değerlere ve kurallara uygun, özgün bir çalışma olduğunu, aksinin tespit edilmesi halinde her türlü yasal yaptırımını kabul edeceğimi beyan ederim.

25/12/2025

Nadire KAHYAOĞLU

JÜRİ KABUL VE ONAY SAYFASI

Nadire KAHYAOĞLU tarafından hazırlanan “**Evcil Hayvana Sahip Olan ve Olmayan Primipar Gebelerde Prenatal Bağlanma ve Prenatal Stresin Değerlendirilmesi**” adlı tez çalışmasının savunma sınavı 21.11.2025 tarihinde yapılmış olup aşağıda verilen Jüri tarafından Oy Birliği ile Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Kadın Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği ’nde Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

Jüri Üyeleri (Unvanı, Adı Soyadı)**İmzası**

Üye (Danışman): Dr. Öğr. Üyesi Ayla KORKMAZ

Üye (Başkan): Dr. Öğr. Üyesi Halime Esra MERAM

Üye: Dr. Öğr. Üyesi Bahtışen KARTAL

ONAY

...../...../.....

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürü

TEŞEKKÜR

Tez çalışmam sürecinde bana yol gösteren, akademik bilgisiyle ve değerli katkılarıyla çalışmama yön veren, sabrı ve desteğiyle her aşamada yanımda olan değerli danışman hocam Dr. Öğr. Üyesi Ayla KORKMAZ' a en içten teşekkürlerimi sunarım. Kadın Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Anabilim dalındaki değerli hocalarım Dr. Öğr. Üyesi Bahtışen Kartal ve Dr. Öğr. Üyesi Öznur ÇETİN hocalarıma desteklerinden dolayı teşekkür ederim.

Bu süreçte koşulsuz sevgileri, anlayışları ve manevi destekleriyle daima yanımda olan aileme, zorlu dönemlerde bana güç ve motivasyon verdikleri için minnettarım.

Ayrıca, tüm araştırma süreci boyunca bana huzur, sevgi ve sabırla eşlik eden, varlığıyla duygusal olarak güç bulmamı sağlayan can dostum kedim Dobb'ye de teşekkür ederim. Onun sessiz ama derin varlığı, bu çalışmanın ortaya çıkmasında ve en zor anlarında bana ilham ve sakinlik kaynağı olmuştur.

Son olarak, bu çalışmanın yürütülmesinde dolaylı ya da doğrudan katkı sunan tüm katılımcılara ve destek olan herkese içten teşekkür ederim.

ÖZET

EVCİL HAYVANA SAHİP OLAN VE OLMAYAN PRİMİPAR GEBELERDE PRENATAL BAĞLANMA VE PRENATAL STRES DÜZEYLERİNİN BELİRLENMESİ

Kahyaoğlu, Nadire

Yüksek Lisans, Hemşirelik Anabilim Dalı/Kadın Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği
Bilim Dalı

Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Ayla KORKMAZ

Kasım 2025, x + 83 sayfa

Bu araştırma, evcil hayvana sahip olan ve olmayan primipar gebelerde prenatal bağlanma ve prenatal stres düzeylerini belirlemek amacıyla yapılmıştır. Tanımlayıcı ve ilişki arayıcı nitelikteki bu çalışma, Tokat il merkezinde bulunan bir üniversite hastanesinin kadın doğum polikliniklerine başvuran, 18-49 yaş arası primipar gebeler ile yürütülmüştür. Araştırmanın örneklemini, 70 evcil hayvana sahip olan ve 70 evcil hayvana sahip olmayan olmak üzere toplam 140 gebe oluşturmuştur. Veriler Tanıtıcı Özellikler Formu, Prenatal Bağlanma Envanteri ve Doğum Öncesi Algılanan Stres Ölçeği kullanılarak toplanmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde tanımlayıcı istatistiklerin yanı sıra bağımsız gruplarda t-testi, tek yönlü varyans analizi ve Pearson korelasyon analizi testlerinden yararlanılmıştır. Katılımcıların yaş ortalaması 28.53 ± 3.67 'dir. Çoğunluğu (%88.5) üniversite mezunu, %97.4'ü çekirdek aile yapısına sahip olduğunu ifade etmiştir. Evcil hayvan sahiplerinin büyük çoğunluğu (%78.2) kedi beslemekte ve %71.8'i evcil hayvanıyla sürekli fiziksel temasta bulunmaktadır. Çalışma bulgularına göre, evcil hayvanı olan ve olmayan gebeler arasında prenatal bağlanma düzeyi açısından istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p>0.05$). Benzer şekilde, Doğum Öncesi Algılanan Stres Ölçeği toplam puanı ve alt boyutları açısından da iki grup arasında anlamlı fark saptanmamıştır ($p>0.05$). Bununla birlikte, evcil hayvana sahip gebelerin bağlanma puan ortalamalarının daha yüksek, stres puan ortalamalarının ise daha düşük olduğu belirlenmiştir. Elde edilen bulgular, evcil hayvanların gebelik sürecinde stresle baş etmede ve duygusal iyilik hâlinin desteklenmesinde dolaylı bir rol oynayabileceğini, ancak bu etkinin istatistiksel olarak anlamlı düzeyde olmadığını göstermektedir. Bu durum örneklem büyüklüğü, gebelerin sosyodemografik özellikleri ve evcil hayvanla etkileşimin niteliği gibi faktörlerle ilişkili olabilir. Dolayısıyla evcil hayvan sahipliğinin prenatal bağlanma ve stres üzerindeki etkilerinin daha kapsamlı ve çok boyutlu araştırmalarla değerlendirilmesi önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Evcil hayvan, Primipar Gebelik, Prenatal Bağlanma, Prenatal Stres

ABSTRACT

ASSESSMENT OF PRENATAL ATTACHMENT AND PRENATAL STRESS IN PRIMIPAROUS PREGNANT WOMEN WITH AND WITHOUT PETS

Kahyaoğlu, Nadire

Master's Degree, Department of Nursing/Department of Women's Health and Nursing

Thesis advisor: Dr. Ayla KORKMAZ, Assistant Professor

November 2025, x + 83 pages

This study was conducted to determine prenatal attachment and prenatal stress levels in primiparous pregnant women with and without pets. This descriptive and correlational study was conducted with primiparous pregnant women aged 18-49 who attended the obstetrics and gynecology outpatient clinics of a university hospital in the center of Tokat province. The sample of the study consisted of a total of 140 pregnant women, 70 of whom owned pets and 70 of whom did not. Data were collected using the Descriptive Characteristics Form, Prenatal Attachment Inventory, and Perceived Stress Scale. In addition to descriptive statistics, independent samples t-tests, one-way analysis of variance, and Pearson correlation analysis were used to evaluate the data. The mean age of the participants was 28.53 ± 3.67 . The majority (88.5%) were university graduates, and 97.4% stated that they had a nuclear family structure. The vast majority of pet owners (78.2%) kept cats, and 71.8% were in constant physical contact with their pets. According to the study findings, there was no statistically significant difference in the level of prenatal bonding between pregnant women with and without pets ($p > 0.05$). Similarly, no significant difference was found between the two groups in terms of the total score and subdimensions of the Prenatal Perceived Stress Scale ($p > 0.05$). In addition, it was determined that pregnant women with pets had higher attachment scores and lower stress scores. The findings suggest that pets may play an indirect role in coping with stress and supporting emotional well-being during pregnancy, but this effect is not statistically significant. This may be related to factors such as sample size, the sociodemographic characteristics of the pregnant women, and the nature of the interaction with the pet. Therefore, it is recommended that the effects of pet ownership on prenatal attachment and stress be evaluated through more comprehensive and multidimensional studies.

Keywords: Domestic Animal, Primiparous Pregnancy, Prenatal Bonding, Prenatal Stress

İÇİNDEKİLER

sayfa

ETİK SÖZLEŞME.....	i
TEŞEKKÜR.....	iii
ÖZET.....	iv
ABSTRACT.....	vi
İÇİNDEKİLER.....	viii
TABLolar LİSTESİ.....	x
KISALTMALAR.....	xi
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	ix
1.GİRİŞ.....	1
1.1.Araştırmanın Amacı.....	2
1.2. Araştırma Soruları.....	2
2. GENEL BİLGİLER.....	4
2.1. Evcil Hayvan.....	4
2.1.1. Evcil Hayvan-İnsan Etkileşimi.....	5
2.2. Prenatal Dönem.....	11
2.2.1. Gebelikte Görülen Değişiklikler.....	12
2.2.1.1. Üreme Sistemi.....	12
2.2.1.2. Kardiyovasküler Sistem.....	14
2.2.1.3. Solunum Sistemi.....	15
2.2.1.4. Gastrointestinal Sistem.....	16
2.2.1.5. Üriner Sistem.....	16
2.2.1.6. Kas İskelet Sistemi.....	17
2.2.1.7. Metabolik Değişiklikler.....	17
2.2.1.8. Cilt ve Saçlı Deri.....	18
2.2.1.9. Psikolojik Değişiklikler.....	18
2.3. Prenatal Bağlanma.....	19
2.4. Prenatal Stres.....	23
2.5 Evcil Hayvan Sahibi Olmanın Prenatal Bağlanma ve Prenatal Stres Üzerine Etkileri.....	27
3. GEREÇ VE YÖNTEM.....	31
3.1. Araştırmanın Türü.....	31

3.2. Araştırmanın Amacı	31
3.3. Araştırmanın Yapıldığı Yer ve Özellikleri	31
3.4. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi	31
3.5. Araştırmaya Dâhil Edilme Kriterleri	32
3.7. Araştırmanın Bağımlı-Bağımsız Değişkenleri	32
3.7.1. Bağımsız Değişkenler.....	32
3.7.2. Bağımlı Değişkenler	33
3.8. Veri Toplama Araçları	33
3.9. Verilerin Toplanması	35
3.10. Araştırmanın Etik Boyutu	35
3.11. Araştırma Verilerinin Değerlendirilmesi	35
4. BULGULAR.....	36
5. TARTIŞMA.....	56
6. SINIRLILIKLAR.....	63
7. SAYILTILAR.....	64
8. SONUÇ VE ÖNERİLER.....	65
9. KAYNAKLAR	67
10. EKLER LİSTESİ	75
EKLER.....	75
Ek-1 Tanıtıcı Özellikler Formu	75
Ek-2 Prenatal Bağlanma Envanteri	76
Ek-3 Doğum Öncesi Algılanan Stres Ölçeği.....	78
Ek 4: Etik Kurul Onay Formu	79
Ek 5: Çalışma İzni Formu	80
Ek 6: Ölçek İzinleri	81
ÖZGEÇMİŞ	83

TABLOLAR LİSTESİ

Tablo 4.1. Evcil Hayvana Sahip Olan ve Olmayan Primipar Gebelerin Tanımlayıcı Özelliklerine Göre Dağılımı (n: 156)	36
Tablo 4.2. Evcil Hayvana Sahip Olan Primipar Gebelerin Evcil Hayvanlarına Yönelik Tanımlayıcı Özelliklerin Dağılımı (n: 78)	38
Tablo 4.3. Evcil Hayvana Sahip Olan ve Olmayan Primipar Gebelerin Prenatal Bağlanma Envanteri Puanları Karşılaştırılması (n:156)	39
Tablo 4.4. Evcil Hayvanı Olan ve Olmayan Primipar Gebelerin Doğum Öncesi Algılanan Stres Ölçeği Ve Alt Boyutlarının Karşılaştırılması(n:156)	40
Tablo 4.5. Evcil Hayvanı Olan ve Olmayan Primipar Gebelerin Sosyodemografik Özelliklerine Göre Prenatal Bağlanma Envanteri Puanlarının Karşılaştırılması	42
Tablo 4. 6. Evcil Hayvana Sahip Olan Primipar Gebelerin Evcil Hayvan Özelliklerine Göre Prenatal Bağlanma Envanteri Puanlarının Karşılaştırılması (n:78).....	46
Tablo 4. 7. Evcil Hayvanı Olan ve Olmayan Primipar Gebelerin Sosyodemografik Özelliklerine Göre Doğum Öncesi Algılanan Stres Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması.....	49
Tablo 4. 8. Evcil Hayvana Sahip Olan Primipar Gebelerin Evcil Hayvan Özelliklerine Göre Doğum Öncesi Algılanan Stres Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması(n:156)	53
Tablo 4. 9. Evcil Hayvana Sahip Olan Ve Olmayan Primipar Gebelerin Prenatal Bağlanma Envanteri İle Doğum Öncesi Algılanan Stres Ölçeği ve Alt Boyutları Arasındaki İlişki.....	54

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 3.1. G Power 3.1 Programı Güç Analizi.	32
---	----



KISALTMALAR LİSTESİ

- DSÖ** : Dünya Sağlık Örgütü
İHE : İnsan Hayvan Etkileşimi
PBE : Prenatal Bağlanma Envanteri
DÖASÖ : Doğum Öncesi Algılanan Stres Ölçeği
BDT : Bilişsel Davranışçı Terapi



1. GİRİŞ

Gebelik doğurganlık dönemindeki kadınların deneyimlediği, doğum ile yeni bir toplumsal statü kazandığı bir dönemdir. Ayrıca gebelik, fiziksel ve psikolojik etkileri olan karmaşık fizyolojik bir süreçtir (Küçükkaya ve ark., 2020). Bu değişimlere uyum sağlamak bazı kadınlar için kolay olsa da birçok kadın farklı düzeylerde stres ile baş etmek durumunda kalabilmektedir (Karabulutlu ve Yavuz, 2021).

Stres gebelikte anne ve fetus sağlığı üzerinde bazı problemlere neden olabilmektedir. Bu problemler; spontan abortus, gebelik hipertansiyonu, intrauterin gelişim geriliği, preterm eylem, zor doğum eylemi olarak sıralanabilir (Sis Çelik ve Atasever, 2018). Aynı zamanda gebelikte yaşanan kaygılar, istenmeyen gebelik veya gebelik öncesindeki abortus öyküsü, evlilik sorunları, geçirilmiş depresyon gibi olumsuz deneyimler gebelerde strese neden olabilmektedir (Ortaarık ve ark., 2012). Stres gebelerde prenatal bağlanmayı da olumsuz etkilemektedir (Yazar ve Demir, 2023). Prenatal bağlanma ise gebelikte anne ile fetus arasında gerçekleşen duygusal bir bağlıdır. Bu bağ bebeğin hareketleriyle veya ultrason görüntüsü ile yaklaşık 20.hafta itibariyle başlar, gebeliğin ilerlemesiyle artar, doğumla birlikte artış gösterir (Bekmezci ve Özkan, 2016; Dereli ve Kızılkaya Beji, 2010). Yapılan çalışmalar fetüse sevgi ile bağlamanın doğum sonrası maternal bağlanmayı etkilediğini göstermektedir. Bununla birlikte bebeğin beslenme ve korunma ihtiyaçlarının eksiksiz karşılanmasını sağlayarak bebeğin fiziksel, psikolojik ve bilişsel gelişimine olumlu yönde katkı sağlamaktadır (Altıntaş ve ark., 2016; Coşkun Potur ve ark., 2020). Prenatal bağlanmanın güvenli veya güvensiz şemalarıyla oluştuktan sonra bebeğin hayatında süreklilik gösterdiği belirtilmektedir (Badem ve Zeyneloğlu, 2021; Alkaş ve Varışoğlu, 2023). Bu nedenle güvenli ve sevgi dolu bağlanmanın gerçekleşmesi bebeğin gelişimi ve sağlığı için oldukça önemlidir.

Evcil hayvan sahibi olmak hayvanlar ile duygusal bağ kurmayı sağlamaktadır (Arpacioğlu, 2021). Özellikle kadınlar sadece çocuklara değil aynı zamanda hayvanlara da annelik duygusu ile yaklaşmaktadır. Evcil hayvan ve sahipleri arasındaki davranış kalıplarının, anne-çocuk arasındaki davranışlara benzer olduğunu gösteren çalışmalar literatürde mevcuttur (Cyr ve Hawkins, 2024; Temesi ve ark., 2020). Bu doğrultuda yapılan çalışmalar evcil hayvanların insanların hem fizyolojik hem de psikolojik iyilik

haline katkıda bulunduğuna işaret etmektedir(Westgarth, 2012; Cyr ve Hawkins, 2024). Temesi ve ark., 2020 yaptıkları çalışmada evcil hayvan sahibi olmanın daha az stres, daha az sağlık sorunu ve daha yüksek bağlanma düzeyi ile ilişkili olduğu görülmüştür. Ayrıca evcil hayvanların, özellikle kediler ve köpeklerin güvenli bağlanmayı artırmak, duygusal destek sağlamak gibi psikolojik faydaları saptanmıştır. Evcil hayvanlarla olan etkileşimlerin oksitosin salınımını sağlayabileceği belirtilmektedir (Levine ve ark., 2007; Beetz ve ark., 2012). Yapılan bir çalışmada gebelik boyunca yükselen plazma oksitosin seviyelerine sahip annelerin, daha pozitif anne-fetal bağlanmaya sahip olduğu ve doğum sonrası erken dönemde yüksek anne plazma oksitosin düzeylerinin, olumlu anne temsilleri ve bebeğe karşı daha güçlü bağlanma duyguları ile ilişkili olduğu gösterilmiştir (Kohlhoff ve ark., 2017). Bu çalışmalardan farklı olarak evcil hayvan sahibi olmanın annelerin sorumluluklarını artırdığını, annelerin çocukları ile daha az zaman geçirmesine neden olduğunu ve evcil hayvan sahibi olanlarda sadece anne sütü ile beslenme oranlarının daha düşük olduğunu ortaya koyan çalışmalar mevcuttur (İnano ve ark., 2021; Çağan ve ark., 2024). Literatürde prenatal bağlanmayı ve prenatal stres düzeyleri üzerine birçok çalışma mevcut olmasına rağmen evcil hayvana sahip olan gebelerin prenatal bağlanma ve prenatal stres düzeyini birlikte değerlendiren çalışmaya henüz rastlanmamıştır. Bu nedenle çalışmamızın literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

1.1.Araştırmanın Amacı

Bu araştırma, evcil hayvanı olan ve olmayan primipar gebelerde prenatal bağlanma ve prenatal stresin değerlendirilmesi amacıyla yapılmıştır.

1.2. Araştırma Soruları

- Evcil hayvana sahip olan ve olmayan primipar gebelerin sosyodemografik özellikleri nelerdir?
- Evcil hayvana sahip olan ve olmayan primipar gebelerin sosyodemografik özelliklerine göre prenatal bağlanma ve prenatal stres düzeyi nasıldır?
- Evcil hayvana sahip olan ve olmayan primipar gebelerin prenatal bağlanma ve prenatal stres puan ortalamalarını etkileyen faktörler nelerdir?

- Evcil hayvana sahip olan ve olmayan primipar gebelerin prenatal bağlanma ve prenatal stres düzeyleri arasında ilişki var mıdır?



2. GENEL BİLGİLER

2.1. Evcil Hayvan

Evcilleştirme; evcil olmayan bitki ve hayvanların kaynak ve hizmet sağlamak amacıyla hem hayatta kalmasının hem de aktif olarak üremesinin yönetildiği karşılıklı evrimsel bir süreç olarak tanımlanmaktadır (Purugganan, 2022). Wrye'e göre evcil hayvanı diğer hayvanlardan ayıran özellik, evcil hayvanların gıda olarak görülmemesidir (Wrye, 2009). İlk insan olarak kabul edilen homo sapiensin yaklaşık bir milyon yıl önce ortaya çıktığı ve avcılık, balıkçılık, toplayıcılığa dayalı olarak yaşamını devam ettirdiği kabul edilmektedir (Çoban, 2017). Bununla birlikte uygarlığın bugünkü aşamaya gelmesinde önemli bir yere sahip olan hayvanların evcilleştirilmesi ve buna bağlı olarak ortaya çıkan yerleşik hayata geçiş dönemi yaklaşık olarak milattan önce 10.000 li yıllarda gerçekleşmiştir (Baskıcı, 1998).

Tarih öncesi dönemlerde 'evcil hayvan' kavramı görece yeni olsa da hayvanların insanlar tarafından sahiplenilmesi olgusu tarih boyunca süreklilik göstermiştir. Hayvan mülkiyetinin meşru bir uygulama olarak kabul görmesi, tarihsel bağlamda ayrıntılı bir incelemeyi gerektirir. Hayvanların mülk statüsü kazandığı dönüm noktası ise, kısmen insan nüfusundaki artışın etkisiyle, avcı-toplayıcı topluluklardan yerleşik ve evcilleştirilmiş yaşam biçimlerine geçiş sürecinde ortaya çıkmıştır (Akt: Chou, 2012).

Evcil hayvan kavramı günümüzde birçok farklı alanlarda önemli sembolik roller üstlenmiştir. Dini inanışlar ve ritüeller bu rollerden bir tanesidir. Aynı zamanda evcil hayvan bireylerde merhamet duygusunun gelişmesine, yalnızlığın giderilmesine, insani duyguların ortaya çıkarılmasına yardımcı olmaktadır (Ambarlıoğlu, 2007). Hayvanlar ve insanların birbirlerine sağladığı yararlar doğrultusunda evcilleştirme üç farklı aşamada gerçekleştirilmiştir. Bunlardan ilki koyun, keçi, kümes hayvanları, sığır gibi hayvanların ürünlerini beslenme, barınma ve korunmaya yönelik ihtiyaçlarını gidermek amacıyla kullandıkları aşamadır. İkincisi at, eşek, deve, sığır gibi hayvanların gücünden faydalanmak amacıyla; üçüncüsü ise kedi, köpek, kuş, akvaryum balıkları, kaplumbağa gibi hayvanların dostluklarından faydalanmak amacıyla evcilleştirilmenin gerçekleştirildiği aşamadır (Çoban, 2017; Savaş, 2016). Üçüncü aşama evcilleştirme

insanların arkadaşlık, saygınlık, yalnızlık, refakat, merhamet, etkinlik, spor gibi üst düzey ihtiyaçlarını karşılamak amacıyla gelişen bir süreçtir (Savaş, 2016).

Tuan (1984) hayvanların evcil hayvan konumuna gelmesinde egemenlik ve güç kavramlarının etkili olduğunu savunmaktadır. Bununla birlikte özellikle sevgi ve egemenlik kavramlarının birleşerek evcil hayvanı oluşturduğunu ifade etmektedir.

Günümüzde, evcilleştirilen hayvanlar birçok insanın hayatında önemli bir yere sahiptir. Evcil hayvanlar hayat ve çalışma arkadaşı, terapi aracı, destek olmak ve tedavi amacıyla kullanılmaktadır. Evcilleştirilen hayvanlardan yararlanan alanlara bakıldığında evcilleştirme süreci insanlık tarihinin en önemli dönüm noktalarından biri olarak önemini korumaktadır (Başak, 2024).

Rönesans döneminde evcil hayvana sahip olmak toplumsal statü ile ilişkilendirilmekteydi. Evcil hayvanla kurulan arkadaşlık bağı güçlenmiş ve özellikle özel ırk hayvan sahiplenmek yüksek refah ve statü anlamına gelmekteydi. Bununla birlikte aynı dönemde orta ve alt sınıftaki bireyler evcil hayvanları avcılık, korunma ve çobanlık amacıyla hayatlarına dahil etmişlerdir (Plemons, 2008). Evcil hayvana sahip olmak günümüz modern toplumunda da eğitim seviyesi ve sosyal statü ile yakından ilişkilendirilmektedir (Gökkaya, 2019). İngilizler üzerinde yapılan bir çalışmada gelir düzeyi ve eğitim düzeyi yüksek olan kesimlerde evcil hayvan sahiplenme oranının da yüksek olduğu görülmüştür (Ramon ve ark.,2010).

2.1.1. Evcil Hayvan-İnsan Etkileşimi

İnsan ve hayvan etkileşimi tarihin ilk çağlarından günümüze kadar ulaşan bir olgudur. İlk çağlarda duvarlara çizilen hayvan figürleri insanların hayvanları izlediğini ve onlarla etkileşim içinde olduğunu kanıtlar niteliktedir (Blades, 2006). Aynı zamanda yapılan arkeolojik kazılarda insanların köpeklerle sarılmış fosillerinin bulunması, hayvanlarla sadece yiyecek ve korunma ihtiyacı için değil, daha derin bağların kurulduğuna örnek gösterilmektedir (Davis & Valla 1978).

Günümüzde insanlar ve evcil hayvanlar arasındaki etkileşim oldukça önem kazanmıştır (Serpell, 2015). Çağdaş yaşamda sekülerleşme ve kentleşme ile veya kırsal

bölgelerden kentsel bölgelere göçler yoluyla insan ilişkileri bununla birlikte insan-hayvan ilişkileri de değişikliğe uğramıştır. İnsanların yaşam yerlerinden göç etmesi, hayvanların evlerin içine girmesini, aile içinde kendilerine yer bulmalarını sağlayarak arkadaş, çocuk, partner gibi rollere sahip olmuşlardır (Franklin, 1999). Toplumsal ve kültürel gelişmelere paralel olarak, insanlar “evcilleştirme sonrası” (post-domestication) olarak tanımlanan dönemde, hayvanlarla ilişkilerine dair yeni tutumlar ve pratikler geliştirmişlerdir. Bu dönemin ayırt edici özelliği, bireylerin evcil hayvanlarıyla son derece yakın ve insan merkezli ilişkiler kurmaları, onları birer birey gibi görmeleri ve aynı zamanda hayvanların sanayileşmiş üretim süreçlerine dahil olmalarından kaynaklı utanç, tiksinti ve suçluluk duygularıdır (Akt: Chou, 2012).

Evcil hayvan veya evde beslenen hayvan denildiğinde akla gelen ilk canlılar kediler, köpekler, kuşlar ve akvaryumda beslenen hayvanlar olmaktadır. Ayrıca bu hayvanlar içinde de kediler ve köpekler çeşitli yüz ifadeleri, beden, kulak, kuyruk hareketleri ile duygularını diğer hayvanlara göre daha fazla gösterebildiklerine inanılmaktadır. Bu etkilerden dolayı sosyal karakterlerinin gelişmiş olduğu kabul edilip diğer hayvanlara göre daha fazla etkileşim sağladıkları düşünülmektedir (Chou, 2016).

Evcil hayvanlar, insanlar için bir bağlanma figürünün iki temel düzenleyici işlevini yerine getirebilmektedir. Bunlardan ilki, evcil hayvanların bireye güvenli bir liman ve güvenli bir temel sağlaması; ikincisi ise bir destek kaynağı olarak işlev görmesidir (Zilcha-Mano ve ark., 2012). Nitekim, evcil hayvan sahipleri, arkadaş hayvanlarına karşı güçlü bir duygusal bağ geliştirebilmekte ve bu bağ sayesinde onların varlığında güven duygusu hissedebilmektedir (Voith, 1985). İnsan-hayvan etkileşimini konu alan deneysel çalışmalar, bir hayvanın varlığının stresli olayların olumsuz etkilerini azaltabildiğini göstermektedir (Allen ve ark., 1991). Ayrıca, bazı araştırmalar evcil hayvan sahipliğinin daha düşük stres seviyeleri ve daha az sağlık sorunu ile ilişkili olduğunu ileri sürmektedir; bu durum özellikle bağlanma ölçeklerinde yüksek puan alan sahiplerde daha belirgin olarak gözlemlenmektedir (Serpell, 1991; Friedmann ve Thomas, 2015).

Belk (1996), insan-evcil hayvan ilişkisini anlamlandırmak için dört temel metafor önermiştir. Bunlardan ilki, evcil hayvanların hem zevk kaynağı hem de sorun kaynağı

olarak görülebileceğidir. İkincisi, evcil hayvanların bireyin "benliğinin bir uzantısı" ya da bir parçası olarak konumlandırılmasıdır. Üçüncü metafor, evcil hayvanların aile üyesi olarak kabul edilmesini vurgular. Son olarak, bazı bağlamlarda evcil hayvanların oyuncak gibi algılanabildiği, yani duygusal ya da sosyal ihtiyaçları geçici olarak karşılayan nesneler gibi görülebildiği belirtilmiştir.

Hayvanlar, bazen evimizdeki arkadaşlarımız, bazen ise yalnızlıklarımızı paylaştığımız dostlarımız olmuştur. Bu bağlamda, Ainsworth (1985) tarafından ortaya konan "şefkat bağları" kavramı, sadece anne-bebek bağlanmasını değil, aynı zamanda evcil hayvanlarla olan bağlanmayı da kapsayan bir anlayışı ifade etmektedir (Kirkpatrick ve Koç, 2006). Ek olarak, Voith (1985), insan ile evcil hayvan arasında gelişen duygusal bağların bir tür bağlanma olduğunu belirtmiş ve evcil hayvan sahiplerinin hayvanlarına duyduğu özlem ile hayvanların da sahiplerine karşı özlem duyduğuna işaret etmiştir (Angle, 1994). Bu bağlamda, Winefield (2012), insan-hayvan etkileşiminin göz ardı edilemeyecek bir unsur olduğunu ve bu etkileşimde bağlanma kavramının önemli bir yer tuttuğunu vurgulamaktadır.

Evcil hayvanlar, hayvan hakları, hayvan destekli terapiler, tedavi amacıyla sağlık alanında kullanılmaları, sosyal statü, arkadaşlık gibi birçok sektör ve alanda yer almışlardır (Onur, 2012). İnsan-hayvan ilişkilerine dair yapılan araştırmaların önemli bir bölümü, bu etkileşimlerin özellikle sağlık ve terapi alanlarındaki katkılarına odaklanmaktadır (Akt: Chou, 2012). Çeşitli inanç sistemleri hayvanlarla yaşamının bireylerin sağlığı ve refahı üzerinde etkili olduğuna dair algılar geliştirmiştir. 19. yüzyıla gelindiğinde hayvanların insan sağlığı üzerinde tedavi edici etkisi olduğu düşünülüyordu ancak bununla ilgili yeterli çalışma yoktu (Serpell, 2015). Bu alandaki ilk çalışma koroner kalp hastalığı olan bireyler üzerinde yapılmış olup, koroner kalp hastalığı nedeniyle hastaneye yatırılan bireylerden köpek sahibi olanların olmayanlara göre sağ kalımının daha yüksek olduğu bulunmuştur (Friedmann, 1980). Benzer şekilde yapılan diğer çalışmalarda eş kaybı yaşamış yaşlı bireyler arasında evcil hayvana sahip olan ve evcil hayvanıyla bağ kuran bireylerde depresyon daha az görülmüştür. 21 ila 64 yaş arasındaki yetişkin bireyler üzerinde yapılan çalışmalar, evcil hayvan sahipliği ve hayvanla kurulan duygusal bağın bireylerin genel sağlık durumu ile anlamlı bir ilişki içinde olduğunu ortaya koymaktadır. Evcil hayvanlarla kurulan güçlü bağların, özellikle psikolojik iyilik

hâli üzerinde olumlu etkiler yarattığı görülmektedir (Garrity ve ark., 1989; Stallones ve ark., 1988). Yaşlı bireyler arasında yapılan bir diğer çalışma ise, evcil hayvan sahipliğinin yalnızlık duygusunu azaltma ve ruh sağlığını destekleme açısından önemli bir rol oynadığını ortaya koymaktadır. Özellikle yaşlı kadınlar üzerinde yapılan araştırmalarda, evcil hayvanlara duyulan duygusal bağlılığın, insanlarla kurulan sosyal destekle birlikte değerlendirildiğinde, depresif belirtileri azaltıcı bir etkisi olduğu bulunmuştur (Krause-Parello, 2012). Bu durum, evcil hayvanların yaşlılık döneminde psikolojik dayanıklılığı artırıcı bir sosyal kaynak olarak işlev görebileceğini göstermektedir.

Yaşlı bireylerin genel sağlık durumu ve iyilik hâli üzerinde yapılan araştırmalar, fiziksel aktivite ve sosyal destek faktörlerinin önemli roller oynadığını ortaya koymaktadır. Örneğin, düzenli egzersiz yapmanın yaşlı yetişkinler için birçok sağlık faydası sunduğu belirtilmektedir. Bu faydalar, yalnızca fiziksel sağlığı iyileştirmekle kalmayıp, aynı zamanda ruhsal durum üzerinde de olumlu etkiler yaratmaktadır (Bean ve ark., 2004). Evcil hayvan sahipliği, yaşlı bireylerin yalnızlık duygusunu hafifletmeye, sosyal destek ağlarını güçlendirmeye ve egzersiz yapmalarına yardımcı olabilmektedir (Krause-Parello, 2012; Resnick ve ark., 2006). Sonuç olarak hem fiziksel aktivite hem de evcil hayvan sahipliği, yaşlı bireylerin genel sağlık ve yaşam kalitesini artıran iki önemli faktör olarak öne çıkmaktadır (Löllgen ve ark., 2009).

Evcil hayvan destekli terapiler, bilişsel bozukluğu olan yaşlı bireyler için önemli bir iyileşme potansiyeli sunmaktadır. Friedmann ve ark. (2015) tarafından yapılan bir pilot çalışmada, evcil hayvanların yardımıyla uygulanan bir yaşam müdahalesinin, hafif ila orta derecede bilişsel bozukluğu bulunan yaşlı bireylerin fonksiyonel durumlarını iyileştirdiği ve yaşam kalitelerini artırdığı gözlemlenmiştir. Bu araştırma, evcil hayvanların bilişsel işlevleri destekleme ve yaşlı bireylerin günlük yaşam aktivitelerini daha bağımsız bir şekilde gerçekleştirmelerine yardımcı olma potansiyelini ortaya koymaktadır. Hayvan destekli tedavilerin, özellikle Alzheimer ve diğer demans türleri gibi bilişsel bozuklukları olan bireylerde terapötik bir rol oynayabileceği vurgulanmaktadır (Friedmann ve ark. 2015; Resnick ve ark., 2006).

Evcil hayvan sahipliği, genç bireylerde yalnızlıkla başa çıkma bağlamında da önemli bir psikososyal destek unsuru olarak değerlendirilmektedir. Özellikle tek başına

yaşayan genç kadınlar arasında yapılan araştırmalar, evcil hayvanların yalnızlık hissini azaltıcı etkisinin olduğunu göstermektedir. Bu bulgular, evcil hayvanların yalnızlıkla mücadelede sadece fiziksel bir varlık değil, aynı zamanda duygusal bir bağ kurma aracı olduğunu da ortaya koymaktadır (Zasloff ve Kidd, 1994).

Hayvanlar, sosyal algılar üzerinde önemli bir etkiye sahip olup, insanlar arasındaki etkileşimleri şekillendirebilmektedir. Lockwood (1983) bu etkileri, hayvanların sosyal bağlar kurmada ve insanlarla olan ilişkilerde nasıl bir rol oynadığını incelemiştir. Bu bağlamda, hayvanlar sadece duygusal destek sağlamakla kalmaz, aynı zamanda sosyal etkileşimler ve algılar üzerinde de güçlü bir biçimde şekillendirici rol oynarlar. Benzer şekilde, hayvan destekli aktiviteler, özellikle çocuklar ve hastalar üzerinde terapötik etkiler yaratabilmektedir. Caprilli ve Messeri (2006) tarafından yapılan bir pilot çalışmada, hayvan destekli etkinliklerin, özellikle hastanelerde çocukların psikolojik iyilik hâli üzerinde olumlu etkiler yarattığı bulunmuştur.

Evcil hayvanların, özellikle köpek ve kedilerin, bireylerin psikolojik ve fizyolojik durumları üzerinde önemli etkiler yarattığı çeşitli araştırmalarla gösterilmiştir. Allen ve arkadaşları (2002), evcil hayvanların varlığının, insanlardaki kardiyovasküler reaktiviteyi olumlu yönde etkileyerek stres seviyelerini azalttığını ve rahatlamayı teşvik ettiğini ortaya koymuşlardır. Benzer şekilde, Friedmann ve arkadaşlarının (1990) yaptığı bir çalışmada, hayvanların varlığında bireylerin kardiyovasküler yanıtlarının daha düşük olduğu ve stresli durumlarla başa çıkmada evcil hayvanların önemli bir rol oynadığı bulunmuştur.

Hayvan destekli aktiviteler, özellikle otizm spektrum bozukluğu (OSB) olan çocuklar için sosyal işlevsellik üzerinde olumlu etkiler yaratmaktadır. O'Haire ve ark. (2014) tarafından yapılan bir çalışmada, sınıf ortamında gerçekleştirilen hayvan destekli etkinliklerin, OSB tanısı almış çocukların sosyal becerilerini geliştirdiği ve sosyal etkileşimlerde belirgin bir artış sağladığı bulunmuştur. Bu bulgular, evcil hayvanların, özellikle eğitim ortamlarında, çocukların sosyal becerilerini güçlendirme ve sosyal bağlar kurmalarına yardımcı olma potansiyeline sahip olduğunu göstermektedir.

Gebelik döneminde evcil hayvan sahipliği, gebelerin ve doğum sonrasında annelerin mental sağlık durumları üzerinde önemli bir etkiye sahip olduğu

düşünülmektedir (Matsumura ve ark., 2022). Oksitosin hem insanlar hem de hayvanlar arasında bağlanmayı güçlendiren bir hormon olup, özellikle hayvanlarla etkileşimde bulunmanın, oksitosin seviyelerinde artış sağladığı ve bu artışla birlikte bireylerin sosyal bağlarının ve duygusal yanıtlarının da iyileştiği bulunmuştur (Beetz ve ark., 2012). Levine ve ark. (2007) tarafından yapılan bir araştırma, gebelik ve postpartum dönemde oksitosin seviyelerinin bireysel farklılıklar gösterdiğini ve bu seviyelerin anne ile fetus arasındaki duygusal bağlanma süreçlerini etkileyebileceğini ortaya koymuştur. Çalışma, oksitosinin yalnızca doğum sırasında değil, aynı zamanda annenin bebeğiyle duygusal bağ kurma sürecinde de önemli bir hormon olduğunu göstermektedir. Bu bulgular, oksitosinin anne-bebek ilişkisi üzerindeki etkilerini anlamada önemli bir temel sağlamaktadır. Matsumura ve ark. (2022) tarafından yapılan bir ulusal kohort çalışmasında, gebelikte evcil hayvan sahipliğinin, annelerin doğumdan sonraki bir yıl süresince mental sağlıklarını etkileyebileceği bulunmuştur. Çalışma, evcil hayvanların özellikle doğum sonrası depresyon ve anksiyete semptomları üzerinde olumlu etkiler yaratabileceğini ve bu etkilerin annenin psikolojik iyileşme sürecine katkıda bulunabileceğini göstermektedir. Ayrıca, evcil hayvan sahipliğinin, annelerin yalnızlık duygularını azaltarak sosyal destek sağladığını ve bu durumun annelerin genel ruh halini iyileştirdiğini vurgulanmaktadır.

Beetz ve ark. (2012) tarafından yapılan bir inceleme, insan-hayvan etkileşimlerinin, bireylerin stres seviyelerini azalttığını, duygusal refahlarını artırdığını ve oksitosin hormonunun bu süreçte önemli bir rol oynadığını göstermektedir. Annelik tutumları, evcil hayvan sahipliği ve doğum sonrası depresyon semptomları arasındaki ilişki, psikolojik sağlık alanında önemli bir araştırma konusudur. Temesi ve ark. (2020), evcil hayvan sahipliğinin, özellikle annelik rolüyle ilgili tutumlar ve doğum sonrası depresyon semptomlarıyla ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Çalışma, evcil hayvanların, annelerin duygusal ve psikolojik destek mekanizmalarını güçlendirebileceğini ve bu desteğin doğum sonrası depresyonun etkilerini hafifletebileceğini göstermektedir. Ayrıca, annelikle ilgili tutumların, evcil hayvan sahipliğine olan yaklaşımı ve bunun sonucunda bireylerin psikolojik sağlık durumlarını nasıl şekillendirdiği de vurgulanmıştır. Çağan ve arkadaşlarının (2024) evcil hayvan sahibi olmanın maternal bağlanmaya etkisinin inceledikleri çalışmada ise evcil hayvan sahibi olan anneler ile evcil hayvan sahibi

olmayan anneler arasında maternal bağlanma düzeyleri bakımından fark olmadığı belirlenmiştir.

Erken yaşamda evcil hayvan sahipliği, bebeklerin gelişimi üzerinde önemli etkiler yaratabilmektedir. Minatoya ve ark. (2020) tarafından yapılan bir prospektif kohort çalışmasında, kedi ve köpek sahipliğinin, bebeklerin gelişimsel süreçleri üzerinde belirgin bir etkisi olduğu bulunmuştur. Çalışma, özellikle erken yaşlarda evcil hayvanlarla etkileşimde bulunan bebeklerin sosyal ve duygusal gelişimlerinin, evcil hayvan sahibi olmayan bebeklere göre daha olumlu olduğunu ortaya koymuştur.

2.2. Prenatal Dönem

Gebelik süreci, kadının yaşamında hem fizyolojik hem de psikososyal açıdan önemli değişimleri beraberinde getiren doğal bir olaydır. Ovum ile sperm hücresinin birleşmesiyle gerçekleşen fertilizasyon, gebeliğin başlangıcını oluşturur (Klima 2019; Taşkın, 2023). Bu süreç; kadının hormonal, anatomik, fizyolojik ve biyokimyasal sistemlerinde belirgin değişikliklerin meydana geldiği ve doğumla sonlanan dinamik bir dönemi kapsar. Klinik uygulamalarda gebelik süresi, son adet tarihinin ilk gününden itibaren hesaplanmakta olup, ortalama 280 gün, yani 40 hafta ya da her biri 28 gün olan 10 lunar ay olarak kabul edilmektedir (Kızılkaya Beji, 2016; Taşkın, 2023).

Gebelik belirtileri; bireyin kendisi tarafından hissedilen subjektif belirtiler, sağlık profesyonelleri tarafından gözlemlenebilen olası/objektif belirtiler ve tanıyı kesinleştiren pozitif belirtiler olmak üzere üç ana kategoride değerlendirilmektedir. Subjektif belirtiler arasında amenore, bulantı ve kusma, sık idrara çıkma, memelerde dolgunluk ve hassasiyet, fetal hareketlerin hissedilmesi, genel halsizlik ve yorgunluk, ciltte pigmentasyon artışı, dış eti hipertrofisi, vajinal akıntı, abdominal genişleme, kilo artışı ve konstipasyon yer almaktadır. Olası belirtiler ise pelvik organlarda gözlenen değişiklikler, uterusun büyümesi, uterus içinde seslerin duyulması (uterin soufflé), uterus kasılmaları, ballotman bulgusu, gebelik testlerinin pozitif sonuç vermesi ve çeşitli immünolojik testler gibi dışsal gözlem ve muayeneye saptanabilen bulgulardır. Kesin gebelik belirtileri ise yalnızca gebelikle ilişkili olan ve diğer tıbbi durumlarla karışma olasılığı bulunmayan, tamamen objektif verilere dayanan bulgulardır. Bunlar arasında fetal kalp seslerinin

duyulması, fetüsün ve fetal hareketlerin palpasyonla hissedilmesi, ultrasonografi ile fetüsün görüntülenmesi ve radyolojik olarak fetüsün tanımlanması yer almaktadır.

2.2.1. Gebelikte Görülen Değişiklikler

Gebelik süresince anne vücudunda meydana gelen anatomik ve fizyolojik değişimler, gebeliğe uyum süreci olarak adlandırılmaktadır. Bu değişimlerin temel amacı, fetüsün gelişimini desteklemek, onun metabolik ihtiyaçlarını karşılamak, doğum kanalının uygun şekilde şekillenmesini sağlamak ve doğum sonrası bebeğin beslenmesini mümkün kılmaktır. Anne organizmasındaki bu adaptasyonlar hem fetüs hem de anne için sağlıklı bir gebelik sürecinin sürdürülebilmesini temin eder (Kızılkaya Beji, 2016; Taşkın, 2023).

2.2.1.1. Üreme Sistemi

2.2.1.1.1. Uterus

Gebelik süresince uterusun şekli ve iç hacmi, büyüyen fetüs ve plasantanın gereksinimlerine uyum sağlayacak şekilde değişiklik göstermektedir. Gebelik öncesinde yaklaşık 7,5 cm uzunluğunda, 50–70 gram ağırlığında ve yaklaşık 10 mL iç hacme sahip olan uterus, gebeliğin son döneminde (miadında) 28 cm uzunluğa, 800–1200 gram ağırlığa ve 500 mL'lik bir iç hacme ulaşmaktadır. Uterusun büyümesi, gebeliğin ilk altı haftasında hiperplazi (hücre sayısında artış) ile, takip eden haftalarda ise hipertrofi (hücre hacminde artış) ve kas liflerinde uzama yoluyla gerçekleşmektedir. Altıncı haftaya kadar ters armut şeklini koruyan uterus, 12. haftaya kadar yuvarlak bir görünüm kazanmakta, sonrasında ise büyüyerek pelvis dışına taşmaktadır. Gebeliğin 20. haftasında fundus, umblikus hizasına ulaşırken, 36. haftada sternumun alt ucu olan ksifoid seviyesine kadar ilerlemektedir. Uterus, pelvis dışına çıktıktan sonra, solda yer alan rektum ve sigmoid kolonun anatomik konumu nedeniyle genellikle sağa doğru rotasyon yapmaktadır (Pekcan ve Beydağ, 2022; Taşkın, 2023).

2.2.1.1.2. Serviks

Temel olarak fibröz bir doku yapısına sahiptir. Gebelik sürecinde, artan östrojen ve progesteron hormonlarının etkisiyle servikste vaskülarizasyon belirgin şekilde artar ve bu durum, servikte karakteristik koyu mavi bir renk değişimine yol açar. Artan vaskülarizasyona bağlı olarak serviksin dokusal yoğunluğu azalır ve yumuşama meydana gelir. Gebelik öncesinde burun ucu sertliğinde olan serviks, konsepsiyon sonrası süreçte kulak memesinin yumuşaklığına benzer hâle gelir; bu yumuşama durumu Godell belirtisi (Godell's sign) olarak tanımlanır. Ayrıca gebelikte servikal glandlarda belirgin bir proliferasyon gözlenir. Servikal kanal, gebelik süresince progesteron hormonunun etkisiyle servikal bezlerin salgıladığı muköz bir tıkaçla dolarak kapanır. Bu muköz tıkaç, uterus ile dış ortam arasında bir bariyer oluşturarak fetüsün enfeksiyonlardan korunmasını sağlar. Doğumun yaklaşmasıyla birlikte bu muköz tıkaç, hafif kanlı muköz bir akıntı şeklinde atılır ve bu durum halk arasında "nişane" ya da "kanlı işaret" olarak bilinmektedir (Taşkın, 2023).

2.2.1.1.3. Vajina ve Vulva

Gebelik döneminde, artan over hormonlarının etkisiyle vajinanın damar yapısında belirgin bir genişleme ve buna bağlı olarak kanlanmada artış meydana gelir. Bu değişim, servikte olduğu gibi vajinada da mor ve ödemli bir görünüm oluşturur ve bu duruma Chadwick belirtisi adı verilir. Gebelik süresince vajinal mukozada kalınlaşma, rugae (mukoza kıvrımları) belirginleşmesi, kas tabakasında hipertrofi ve konnektif dokuda gevşeme gözlenir. Bu yapısal değişiklikler, vajinanın doğum sürecine adaptasyonunu destekler. Ayrıca, vajinal hücrelerde glikojen miktarının artmasına bağlı olarak vajinal akıntı miktarında da artış meydana gelir (Pekcan ve Beydağ, 2022; Taşkın, 2023). Vajinal epitelde bulunan laktobasillerin glikojeni laktik aside dönüştürmesi sonucu vajinal pH düşer ve asidik bir ortam oluşur. Bu asidik ortam, patojen mikroorganizmalara karşı doğal bir koruma sağlar. Ancak glikojenden zengin bu ortam, Candida albicans gibi mantar enfeksiyonlarının gelişimi için de elverişli hâle gelir ve gebelikte inatçı kandidiyazis vakalarına daha sık rastlanmasına neden olur (Taşkın, 2023).

2.2.1.1.4. Overler ve Tubalar

Gebelik süreci boyunca, gonadotropinlerin fizyolojik etkisiyle ovulasyon geçici olarak baskılanır. Sinsityotrofoblast hücrelerinden salınan insan koriyonik gonadotropin (hCG) hormonu, korpus luteumun fonksiyonel olarak devamını sağlar ve korpus luteum, gebeliğin yaklaşık 12. haftasına kadar yüksek düzeyde progesteron sekresyonu gerçekleştirerek endometriyumun gebeliğe uygun ortamını korur. On ikinci haftadan itibaren ise progesteron üretimi plasental trofoblast hücreleri tarafından devralınır. Bu dönemde tuba uterinalarda, artan hormonal etkilere bağlı olarak hafif düzeyde hipertrofi meydana gelir. Mukozal epitel hücrelerinde yassılaşma gözlenirken, endosalpinx stromasında ise desidualizasyon benzeri yapısal değişiklikler gelişir. Bu adaptif değişimler, gebelik süresince uterin ortamın korunmasına ve embriyonik gelişimin desteklenmesine katkıda bulunur.

2.2.1.1.5. Memeler

Gebelik sürecinde memelerde meydana gelen değişimler, gebeliğin en erken belirtilerinden biri olarak kabul edilir. Östrojen ve progesteron hormonlarının etkisiyle memelerde şekil ve görünüm değişiklikleri oluşur; dolgunluk ve hassasiyette artış gözlenir. Sekizinci gebelik haftasından itibaren meme hacminde belirgin bir artış meydana gelir ve meme dokusu daha lobüler bir yapı kazanır. Areola, gebelik ilerledikçe pigmentasyon artışı gösterir, çapı genişler ve erektel (daha belirgin ve dik) bir hâl alır. Areola üzerinde bulunan ve yağ bezlerinden oluşan Montgomery tüberkülleri belirginleşir. İkinci trimesterden itibaren, bazı kadınlarda kolostrum (ilk süt) sekresyonu başlayabilir. Ayrıca, gebelik süresince artan kilo alımına bağlı olarak, memelerde stria gravidarum (gebelik çatlakları) oluşumu da gözlenebilir (Pekcan ve Beydağ, 2022).

2.2.1.2. Kardiyovasküler Sistem

Gebeliğin 6–8. haftalarında başlayan ve 32. haftada maksimum seviyeye ulaşan maternal kan hacmi, gebe olmayan bireylerle karşılaştırıldığında yaklaşık %40–50 oranında artış göstermektedir. Bu artış, serum albümin konsantrasyonundaki düşüş ile birleşerek serum kolloid ozmotik basıncının azalmasına ve sonuç olarak hemodilüsyonel

anemi gelişimine neden olmaktadır. Kalp debisi ise 28–32. haftalar arasında en yüksek seviyeye ulaşmakta ve bu dönemden itibaren doğuma kadar nispeten sabit bir düzeyde seyretmektedir.

Ayrıca gebelik sırasında uterin kan akımı yaklaşık 10 kat, renal kan akımı ise %50 oranında artış göstermektedir. Bu hemodinamik değişiklikler, özellikle gebelik öncesinde hipertansiyonu bulunan ve antihipertansif tedavi alan hastalar açısından klinik önem taşımaktadır (Taşkın, 2023; Pekcan ve Beydağ, 2022; Ede ve Nergiz Ünal, 2017).

Gebelik sürecinde üst ekstremitelerde venöz basınç yaklaşık %40-50 oranında artarken, alt ekstremitelerdeki basınç artışı daha belirgin düzeydedir. Vena kava inferior ve femoral venlerde kapakçık bulunmaması nedeniyle, gebelikte bu damarlarda basınç yükselmekte ve bunun sonucunda hemoroid, bacak ve vulvada varis oluşumu sıklıkla gözlenmektedir. Alt ekstremitelerde venlerdeki basınç artışı ve eşlik eden plazma kolloid ozmotik basıncındaki azalma, yatay pozisyonunda ödem gelişmesine neden olabilmektedir. Gebelikte "fizyolojik ödem" olarak tanımlanan bu durum sonucunda, interstisyel alanda yaklaşık 2000-2500 ml sıvının biriktiği tahmin edilmektedir. Postpartum dönemde ise bu sıvı intraselüler alana geri çekilmekte ve birkaç gün içinde böbrekler aracılığıyla vücuttan atılmaktadır (Pekcan ve Beydağ, 2022).

2.2.1.3. Solunum Sistemi

Gebelik döneminde, progesteron düzeyindeki artışa bağlı olarak solunum sisteminde damarlanmanın artışı ve üst solunum yollarında ödem gibi anatomik değişiklikler meydana gelmektedir. Birinci trimesterden itibaren solunum hacminde (tidal volüm) artış gözlenmekte olup, bu artış %30-50 oranına ulaşabilmektedir. Bu süreçte solunum hızı büyük ölçüde sabit kalırken, dakikadaki ventilasyon hacmi anlamlı şekilde (%30-50) artış göstermektedir. Ayrıca, fetüsün büyümesine bağlı olarak artan abdominal basınç nedeniyle diyafram 4-5 cm yukarı doğru yer değiştirmektedir. Bu anatomik değişiklikler neticesinde maternal plazmadaki karbondioksit azalır ve solunum alkaloza yatkınlık artmaktadır (Pekcan ve Beydağ, 2022; Ede ve Nergiz Ünal, 2017).

2.2.1.4. Gastrointestinal Sistem

Gebelik döneminde progesteron hormon düzeylerindeki artış, mide boşalmasının gecikmesine ve ince bağırsak geçiş süresinin yaklaşık %30-50 oranında uzamasına yol açmaktadır. Progesteronun etkisiyle ortaya çıkan gecikmiş mide boşalması ve büyüyen uterusun mekanik baskısı sonucunda mide içi basınç artmaktadır. Buna ek olarak, alt özofageal sfinkterin istirahat kas tonusundaki azalma, gebelik sürecinde gastroözofageal reflü gelişimi için uygun bir ortam oluşturmaktadır (Costantine, 2014).

Östrojen ve progesteron hormonları, bilirubin metabolizması ve atılımını etkileyerek kolestatik sarılığın gelişimine zemin hazırlayabilmektedir. Bazı gebelerde kolestaz, yalnızca kaşıntı şikâyeti ile kendini gösterebilir. Spider anjioma, kaşıntı, alkalin fosfataz düzeylerinde artış ve palmar eritem, gebelikte kolestaza bağlı olarak fizyolojik sınırlar içerisinde gözlenebilen bulgulardır. Gebelik sürecinde karaciğerin kan akımı ve boyutlarında anlamlı bir değişiklik meydana gelmezken, büyüyen uterusun etkisiyle karaciğer yukarı ve arkaya doğru yer değiştirebilir. Bu durum ise karaciğer fonksiyonlarında serum fosfataz ve serum kolesterol düzeyinde artışa albümin ve serum protein düzeylerinde düşüşe sebep olmaktadır. birtakım değişikliklere neden olmaktadır (Costantine, 2014; Pekcan ve Beydağ, 2022).

2.2.1.5. Üriner Sistem

Gebeliğin ilk ve son trimesterlerinde, uterusun pelvis içinde mesane üzerine yaptığı baskı sonucunda mesane kapasitesinde azalma meydana gelir ve buna bağlı olarak sık ve acil idrara çıkma şikayetleri yaygın şekilde gözlenir. Bu yakınmalara yanma hissinin eşlik etmesi, üriner sistem enfeksiyonu olasılığı açısından dikkatle değerlendirilmelidir. İkinci trimesterde ise uterusun abdominal kaviteye doğru yükselmesiyle birlikte mesane üzerindeki baskı azalır ve sık idrara çıkma şikayetlerinde gerileme gözlenir. Ayrıca, gebelikte progesteron hormonunun düz kaslar üzerindeki gevşetici etkisi nedeniyle mesane kapasitesi artmakta, peristaltik hareketler azalmakta ve buna bağlı olarak idrar stazı gelişmektedir. Bu durum, gebelik döneminde üriner sistem enfeksiyonu riskinin artmasına yol açmaktadır (Taşkın, 2023).

Böbreklerde ise glomerüler filtrasyon hızı (GFH) birinci trimesterden itibaren %50 oranında artmaya başlamaktadır. GFH artmasına bağlı olarak kadınlarda glikozüri görülmekte olup idrar yolu enfeksiyonu için önemli bir altyapı oluşturmaktadır (Costantine, 2014; Pekcan ve Beydağ, 2022).

2.2.1.6. Kas İskelet Sistemi

Gebelik döneminde kas- iskelet sistemindeki değişikliğe bağlı olarak anne adayın postür ve bedensel güçte değişiklik meydana gelmektedir. Bu değişikliklerin temel nedeni olarak ağırlık merkezi ve yerçekimi hattının değişmesi, kilo alımı ve sıvı retansiyonu, hormonal değişiklikler olarak ele alınmaktadır (Pekcan ve Beydağ, 2022).

Gebelik sürecinde pelvik eklemlerde meydana gelen gevşeme, pelvik hareketliliği artırarak kadının yürüyüşünde salınımlı bir görünüm oluşmasına neden olur. Büyüyen uterusun öne doğru yer değiştirmesi, lumbosakral bölgede lordozun artmasına yol açar. Bu durum, sakroiliak eklem üzerine binen yükü artırarak gebelikte bel ağrıların sık görülmesine sebebiyet verir (Taşkın, 2023).

2.2.1.7. Metabolik Değişiklikler

Gebelik döneminde plasenta ve fetüsün artan ihtiyaçları doğrultusunda metabolizmada birtakım değişiklikler meydana gelmektedir. Bunlardan en önemlisi vücut ağırlığı artışıdır. Gebelikte ortalama 12.5 kilo alımı normal olarak kabul edilmekle beraber Beden Kitle İndeksi' (BKİ) ne göre değişiklik göstermektedir. Aynı zamanda gebelikte kilo alımının amacı sağlıklı bir gebelik yaşayıp ortalama 3000-4000 gr ağırlığında bebek dünyaya getirmektir. Kazanılan toplam vücut ağırlığının büyük bir kısmını fetüs, plasenta ve omniyotik mayi oluşturmaktadır. Trimesterlere göre bakıldığında ise vücut ağırlığındaki artış ilk trimesterde daha azken son trimesterde daha fazla olmaktadır (Pekcan ve Beydağ, 2022).

Gebelik sürecinde karbonhidrat metabolizmasındaki değişiklikler, plasentadan salınan çeşitli hormonların etkisiyle şekillenir. Normal bir gebelikte, plasentanın salgıladığı Growth Hormone, Kortikotropin Salgılatıcı Hormon (CRH), Human Plasental

Laktojen (HPL), Tümör Nekrozis Faktörü-alfa (TNF- α) ve progesteron gibi hormonlar, diyabetojenik özellik gösterir. Bu hormonlar, gebelikte tipik olarak görülen insülin direncine, hafif açlık hipoglisemisine, postprandiyal hiperglisemiye ve hiperinülinemiye yol açar. İnsülin direnci, fetüse sürekli ve yeterli miktarda glikoz geçişini sağlamak amacıyla gelişir (Costantine, 2014; Pekcan ve Beydağ, 2022).

Gebeliğin son trimesterında fetüsün büyüme hızı en yüksek seviyede olduğundan dolayı esansiyel yağ asitlerine ihtiyaç artar ve buna bağlı olarak görülen en önemli değişiklik hiperlipidemidir. Trigliserid düzeyinde de önemli miktarda artış görülür doğum eylemi sırasında 2-3 katına çıkar ve post partum 6. Ayda azalmaya başlar. Gebelikte görülen bu değişikliklerin nedeni annenin enerji deposunu korumak ve fetüsün glikoz ihtiyacını karşılamaktır (Taşkın, 2023).

2.2.1.8. Cilt ve Saçlı Deri

Gebelikte meydana gelen hormonal değişikliklere bağlı olarak stria gravidarum, kloazma, saç ve tırnak değişiklikleri ile birlikte çeşitli vasküler değişiklikler gibi birçok fizyolojik deri bulgusu gözlemlenebilmektedir (Bakar Dertlioğlu ve ark., 2011). Gebelik döneminde, östrojen ve progesteron hormonlarındaki artışa bağlı olarak melanosit stimulan hormon (MSH) düzeyinde yükselme meydana gelmekte ve bu durum ciltte belirgin pigmentasyon değişikliklerine yol açmaktadır. Bu pigmentasyon artışı özellikle areolada ve genital bölgede yüzde ise alın ve burunda görülmektedir. Yüzde meydana gelen bu değişikliğe kloasma veya toplum içinde gebelik maskesi olarak adlandırılmaktadır (Pekcan ve Beydağ, 2022).

Deri altı yağ ve bağ dokusunun azalmasına bağlı olarak ciltte stria adı verilen çatlaklar oluşmaktadır. Bu çatlaklar genellikle gebeliğin 6. Ayından sonra görülmektedir (Pekcan ve Beydağ, 2022).

2.2.1.9. Psikolojik Değişiklikler

Doğum sonrası dönemde, kadının beden imgesinde meydana gelen değişiklikler, aileye yeni bir bireyin katılması ve aile içindeki sorumlulukların artması gibi faktörler,

önemli ruhsal ve davranışsal değişimlere yol açabilir. Bu süreçte, kadının bebeğe bakımıyla ilgili artan stres, bu değişimlerin yoğunluğunu artırabilir (Taşkın, 2023). Lohusalık dönemi, kadınların duygusal ve fiziksel açıdan büyük bir değişim yaşadıkları, bunun sonucunda ruhsal sorunlarla karşılaşabilecekleri bir dönemdir. Beden imgesindeki değişiklikler, yeni sorumluluklar ve çevresel faktörler, kadınların ruhsal sağlıklarını etkileyebilir, bu da depresyon, anksiyete gibi psikolojik sorunların görülme sıklığını artırabilir (Yavuz ve Bilge, 2021).

2.3. Prenatal Bağlanma

Bağlanma, en temel anlamıyla bireyin kendisi için anlam taşıyan diğer kişilere karşı geliştirdiği güçlü duygusal bağlılık olarak tanımlanmaktadır (Fraley ve Shaver, 2000). Bağlanma kuramının geliştiricisi olan Bowlby'e (1982) göre bağlanma, bireye güvenlik, rahatlık ve destek sağlayan duygusal bir bağ olarak tanımlanır. Bu kuramsal çerçevede bağlanma, kişinin korku, yorgunluk veya hastalık gibi durumlarda belirli bir figürle yakınlık kurma ya da ona ulaşma yönünde hissettiği güçlü arzu olarak ifade edilmektedir. Bağlanma davranışının ortaya çıkabilmesi için bireyin bir tehdit algısı yaşaması ya da bağlanma figüründen ayrılması gibi tetikleyici unsurların bulunması gerekmektedir (Bowlby, 1982). Bu süreç, yaşamın erken dönemlerinde, özellikle bebeklik çağında başlamaktadır (Fraley ve Shaver, 2000). Bebeklik döneminde, temel bakım verene yönelik olarak gelişen bağlanma stili, bireyin çocukluk, ergenlik ve yetişkinlik dönemlerinde kurduğu romantik ilişkiler başta olmak üzere, genel sosyal ilişkileri ve sosyal yaşamını sürdürme biçimini önemli ölçüde etkilemektedir. Bağlanma biçimlerinin yaşamın ilerleyen dönemlerinde bireyler arası etkileşimler üzerindeki belirleyici rolü, literatürde sıkça vurgulanmaktadır. (Meredith ve ark, 2007; Fraley ve Shaver, 2000).

Anne adayının gebelik boyunca bebeğine sevgi, şefkat ve gereksinimlerine özen göstermesi, onunla etkileşim kurması, bebeğini korumak amacıyla geliştirdiği emosyonel davranışların tümü prenatal bağlanmayı tanımlanmaktadır (Akarsu ve Oskay, 2017; Nacar ve Gökkaya, 2019). Gebelik süreci, anne ile fetüs arasında kurulan ilk duygusal ilişkinin temelini oluşturmaktadır (Bilgin ve Alpar, 2018). Bağlanma süreci genellikle gebeliğin yaklaşık 18. haftasında, annenin fetüsün hareketlerini ilk kez hissetmesiyle başlamakta; gebeliğin ilerlemesiyle birlikte fetüsün bireysel bir varlık olarak algılanması,

anneninin onunla daha derin bir etkileşime geçmesini ve bağın güçlenmesini sağlamaktadır (Bekmezci ve Özkan, 2016; Yılmaz ve Beji, 2010). Nitekim pek çok kadının, ultrason sırasında bebeğinin hareketlerini gördüğünde ya da hissettiğinde bebekle güçlü bir içsel bağ kurabildiği ifade etmektedir (Yılmaz ve Beji, 2010). Prenatal bağlanmanın, doğum sonrası dönemde anne-bebek arasındaki bağın gelişiminde ve uzun vadede anne-çocuk ilişkisinin niteliğinde belirleyici bir rol oynadığı belirtilmektedir. Ayrıca, bu erken bağlanmanın çocuğun ilerleyen dönemlerdeki duygusal, bilişsel ve fiziksel gelişimi üzerinde önemli etkileri olduğu vurgulanmaktadır (Yılmaz ve Beji, 2010). Gebe ile fetüs arasında sağlıklı bir gebelik süreci yaşanabilmesi, büyük ölçüde prenatal bağlanmanın güvenli ve güçlü bir şekilde kurulmasına bağlıdır (Akarsu ve Oskay, 2017). Prenatal bağlanmanın niteliği yalnızca gebelik sürecinin sağlıklı ilerlemesine katkı sağlamakla kalmaz; aynı zamanda bireyin yaşam boyu gelişimini etkileyen duygusal ve bilişsel temellerin de oluşmasında belirleyici bir rol oynar. Bu bağlanma, yalnızca bireyin değil, aynı zamanda kuşaklar arası aktarılan duygu, düşünce ve davranış kalıplarını da şekillendirme potansiyeline sahiptir (Gürol ve ark., 2020; Koç ve ark., 2020, Tunçel ve Süt, 2019).

Prenatal bağlanma, çeşitli bireysel ve durumsal etkenlerden etkilenebilmektedir. Annenin yaşı, eğitim düzeyi, sosyoekonomik durumu, daha önce yaşanan fetüs kayıpları, gebeliğin planlı olup olmaması, gebelik sayısı, gebelik haftası, gebeliğin doğal yollarla olması ve bebeğin cinsiyeti gibi değişkenler bu duygusal sürecin niteliğini belirleyebilmektedir (Dereli Yılmaz ve Kızılkaya Beji, 2013; Badem ve Zeyneloğlu, 2021). Ayrıca, gebelik haftasının ilerlemesiyle birlikte vücutta meydana gelen fizyolojik ve psikolojik değişimler de prenatal bağlanmayı olumlu ya da olumsuz yönde etkileyebilmektedir (Badem ve Zeyneloğlu, 2021). Öncü ve Aktaş'ın (2024) Riskli gebeliği olan ve olmayan kadınlarda prenatal bağlanma ve prenatal stresin değerlendirilmesi amacıyla yaptıkları çalışmada riskli gebelik grubunda prenatal bağlanma düşük, prenatal stres yüksek bulunurken; riskli gebeliği olmayan grupta prenatal bağlanma düzeyi yüksek, prenatal distres düzeyi düşük bulunmuştur. Özkan ve Çankaya'nın (2023) gerçekleştirdiği çalışmada, erken doğum tehdidi bulunan gebelerin prenatal bağlanma düzeylerinin ve gebeliğe uyumlarının, tehdidi olmayan gebelere kıyasla anlamlı düzeyde daha düşük olduğu saptanmıştır. Atalay ve Özyürek'in (2022) yürüttüğü çalışmada, gebelikte depresyon, anksiyete ve stres düzeylerinin prenatal

bağlanma üzerinde anlamlı bir etkisi olduğu saptanmıştır. Araştırma bulguları, yüksek düzeyde depresyon, anksiyete ve stres yaşayan gebelerin, fetüsle duygusal bağ kurma düzeylerinin daha düşük olduğunu ortaya koymuştur.

Gebelik öyküsü, prenatal bağlanma süreci üzerinde belirleyici bir rol oynamaktadır. Kavlak ve arkadaşlarının (2021) infertilite tedavisi sonrası gebe kalan kadınlar üzerinde yürüttükleri çalışmada, bu bireylerin prenatal bağlanma düzeylerinin, spontan gebelik yaşayan kadınlara kıyasla daha düşük olduğu tespit edilmiştir. Araştırmada elde edilen bulgular, infertilite sürecinin kadında duygusal ve psikolojik olarak yıpratıcı etkiler yaratabileceğini ve bu durumun gebelik sürecinde fetüsle duygusal bağ kurmayı zorlaştırabileceğini göstermektedir. Bu bağlamda, infertilite öyküsü olan gebelere yönelik destekleyici psikososyal müdahalelerin prenatal bağlanmayı güçlendirmede önemli olabileceği ifade edilmektedir.

Prenatal bağlanmayı etkileyen bir diğer etmen ise sosyal ve eş desteği olarak kabul edilmektedir (Atalay ve Özyürek, 2022). Riskli gebeliklerde prenatal bağlanma süreci hem fiziksel hem de psikolojik stres faktörlerinden etkilenecek daha kırılgan bir yapıya bürünebilmektedir. Bu tür durumlarda annenin sosyal destek sistemlerinin varlığı, prenatal bağlanmanın sürdürülmesi ve güçlendirilmesi açısından kritik bir rol oynamaktadır. Erkal Aksoy ve arkadaşlarının (2016) çalışmasında, sosyal desteğin prenatal bağlanma üzerindeki olumlu etkileri vurgulanmakta; özellikle riskli gebelik geçiren kadınlarda destekleyici çevresel faktörlerin, bağlanma sürecini olumlu yönde etkileyebileceği belirtilmektedir. Benzer şekilde prenatal bağlanmanın gelişiminde annenin bireysel özellikleri kadar, içinde bulunduğu sosyal çevre ve özellikle eş ilişkisi de belirleyici rol oynamaktadır. Küçükkaya ve arkadaşlarının (2020) yaptığı araştırmada, gebelik döneminde çiftler arası uyumun yüksek olduğu durumlarda, anne adaylarının prenatal bağlanma düzeylerinin de anlamlı biçimde daha yüksek olduğu saptanmıştır. Bu bulgu, eşler arası iletişimin, duygusal destek ve karşılıklı anlayışın, annenin gebelik sürecine adaptasyonu ve fetüsle kurduğu bağın kalitesi üzerinde önemli bir etkisi olduğunu göstermektedir.

Annenin bebeğiyle kurduğu bağın güçlenmesine katkı sağlayan çeşitli psikososyal ve deneyimsel faktörler bulunmaktadır. Planlı bir gebelik yaşanması, gebeliğin aile

bireyleri tarafından onaylanması, fetüsün hareketlerinin hissedilmesi, fetüsün bir birey olarak algılanması ve ultrason muayeneleri gibi etmenler prenatal dönemde bağlanmayı artırmaktadır. Doğum sonrası dönemde ise annenin bebeğini görmesi, ona fiziksel temas kurması ve bakım süreçlerine aktif olarak katılması, maternal bağlanmayı pekiştiren önemli unsurlar arasında yer almaktadır (Badem ve Zeyneloğlu, 2021). Prenatal bağlanmanın gelişiminde psikososyal etmenlerin yanı sıra gebelik sürecine eşlik eden fizyolojik değişimlerin de etkili olduğu bilinmektedir. Nacar ve Timur Taşhan'ın (2019) yürüttüğü çalışmada, gebelerin uyku özellikleri ile prenatal bağlanma düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiş ve yetersiz ya da kalitesiz uyku ile prenatal bağlanmanın olumsuz yönde etkilendiği sonucuna ulaşılmıştır. Bulgular, kaliteli uyku deneyiminin, annenin fetüsüyle kurduğu duygusal bağı güçlendiren bir unsur olduğunu ortaya koymakta; gebelikte uyku düzenine yönelik farkındalık yaratılmasının, sağlıklı prenatal bağlanmayı desteklemede önemli olduğunu göstermektedir (Nacar ve Timur Taşhan, 2019).

Prenatal dönemde yürütülen sağlık hizmetleri kapsamında, belirli özellikler taşıyan gebelerin dikkatle değerlendirilmesi gerekmektedir. Özellikle 30 yaş ve üzeri olan, düşük eğitim seviyesine sahip, çok sayıda gebelik ve çocuk öyküsü bulunan, gebeliği planlanmamış olan, gebeliğini öğrendiğinde olumsuz duygular bildiren, gebelik sürecinde sağlıklı yaşam davranışlarını benimsemeyen ve sigara ya da alkol kullanan kadınların prenatal bağlanma düzeylerinin düşük olabileceği göz önünde bulundurulmalıdır. Bu nedenle, bağlanma düzeyi düşük ve risk grubunda yer alan gebelerin erken dönemde tanımlanması, bu bireylere yönelik bakımın önceliklendirilmesi ve profesyonel destek mekanizmalarına yönlendirilmesi büyük önem taşımaktadır. Ayrıca, istenmeyen gebeliklerin ve idealin üzerinde çocuk sahibi olmanın prenatal bağlanma üzerinde olumsuz etkiler oluşturabileceği dikkate alınarak, aile planlaması hizmetlerine erişimin artırılması ve bireylere uygun danışmanlık verilmesi önerilmektedir. Gebelerin ve doğacak bebeklerin sağlığını korumak amacıyla, olumlu sağlık davranışlarının önemi vurgulanmalı ve bu davranışları teşvik edecek bilinçlendirme çalışmaları sistematik biçimde yürütülmelidir (Badem ve Zeyneloğlu, 2021; Küçükkaya ve ark., 2020; Atalay ve Özyürek, 2022).

2.4. Prenatal Stres

Gebelik, annede sadece psikolojik değişikliklere yol açmakla kalmaz, aynı zamanda psikosomatik ve fizyolojik değişikliklere de sebep olan bir süreçtir (Rollè ve ark., 2020). Gebelik ve doğum sürecinde meydana gelen fizyolojik, psikolojik ve sosyal değişimlere birçok kadın kolaylıkla uyum sağlarken, bazı kadınlarda ise hafif, orta ve şiddetli düzeylerde ruhsal hastalıklar gelişebilmektedir (Yeşilçiçek Çalık & Aktaş, 2011). Kadının ruhsal durumu ve yaşantısı, gebeliğin seyri üzerinde etkili olduğu gibi; gebeliğin kendisi de kadının ruhsal ve duygusal yaşantısı üzerinde önemli etkiler yaratmaktadır (Ortaarık ve ark., 2012).

Literatürde prenatal dönemde maruz kalınan stresin, maternal ve fetal sağlık üzerinde iki temel mekanizma aracılığıyla etkili olabileceği öne sürülmektedir. İlk mekanizma, gebelik sürecinde artan psikolojik stresin biyolojik sistemler üzerindeki doğrudan etkilerini kapsamaktadır. Bu durum, özellikle maternal hipotalamus-hipofiz-adrenal (HPA) aksının aktivasyonu sonucu artan stres hormonlarının (örneğin kortizol) dolaşımında yüksek düzeylere ulaşmasıyla ilişkilidir. Bu biyokimyasal değişiklikler hem annenin hem de fetüsün fizyolojik dengesini olumsuz yönde etkileyebilmektedir. İkinci mekanizma ise, stres yaşayan gebelerin çeşitli sağlıksız davranışlara yönelme olasılığının artmasıyla ilgilidir. Bu kapsamda, prenatal dönemde artan stres düzeyleri; sigara, alkol veya diğer maddelerin kullanımı, yetersiz beslenme ve prenatal sağlık kontrollerinin ihmal edilmesi gibi riskli davranışların ortaya çıkmasına neden olabilir. Bu tür dolaylı etkiler de maternal ve fetal sağlık üzerinde olumsuz sonuçlar doğurabilir (Usta ve Balıkcı, 2012).

Geçmiş yıllarda gebelik, "psikiyatrik bozukluklar" açısından koruyucu bir dönem olarak kabul edilirken, günümüzde bu görüş artık geçerliliğini yitirmiştir. Günümüzde, kadınlar gebeliği sadece neşe, doyum, olgunluk, kendini gerçekleştirme ve mutluluk kaynağı olarak algılamamakta; aynı zamanda stres, endişe, kaygılı bekleyiş ve aşırı yüklenme gibi olumsuz ruhsal durumların da yaşanabileceği bir süreç olarak değerlendirebilmektedir (Taşkın, 2016).

Prenatal stresin fetüse nasıl aktarıldığı konusu, anne-fetüs etkileşimi bağlamında önemli bir araştırma alanıdır. Sze ve Brunton (2024), bu biyolojik aktarımın temel

mekanizmalarını kapsamlı bir şekilde ele almıştır. Araştırmaya göre, gebelik sırasında annenin yaşadığı psikolojik stres, öncelikle HPA aksının aktivasyonu yoluyla sistemik düzeyde fizyolojik değişikliklere neden olur. Bu süreçte salgılanan glukokortikoid hormonları (özellikle kortizol) plasenta aracılığıyla fetüse geçebilir. Normalde plasenta, 11 β -hidroksisteroid dehidrogenaz tip 2 (11 β -HSD2) enzimi sayesinde kortizolün fetüse geçişini sınırlar; ancak yüksek düzeyde stres altında bu koruyucu bariyerin etkinliği azalabilir (Sze & Brunton, 2024). Maternal dolaşımdan fetal beyin dokusuna ulaşabilen stres hormonları arasında katekolaminler, kortikotropin salgılatıcı hormon (CRH) ve adrenal steroidler bulunmaktadır. Annede gözlenen stresin plasental arterlerde daralmaya yol açarak fetüse giden kan akışını ve dolayısıyla hayati öneme sahip besin maddeleri ile oksijenin taşınmasını azalttığı da gösterilmiştir (Weinstock 2008). Bu durum, fetüsün normal gelişim sürecini ve fizyolojik işlevlerini riske atabilecek bir etki yaratmaktadır. Literatürde yer alan çeşitli çalışmalarda; spontan abortus, antenatal kanamalar, artmış uterin arter direnci, gebelik hipertansiyonları, plasental anomaliler, preterm doğum eylemi, zor ve müdahaleli doğumlar, intrauterin gelişme geriliği, düşük doğum ağırlığı, düşük APGAR skorları, fetal mortalite ve doğum sonrası depresyon gibi birçok obstetrik komplikasyonun gebelikte yaşanan stresle ilişkili olabileceği belirtilmektedir (Ortaarık ve arkadaşları 2012; Yali ve Lobel 2002). Bunlara ek olarak, annenin gebelik sürecinde yoğun stres yaşamasının, doğacak çocuğun çocukluk, ergenlik ve erişkinlik dönemlerine kadar uzanabilecek kalıcı fiziksel ve psikolojik sağlık sorunlarına zemin hazırlayabileceği de vurgulanmaktadır (Ortaarık ve ark., 2012). Gebelik boyunca kadının yaşadığı fizyolojik ve psikolojik değişimlere uyum sağlayamaması ve bu süreçte yeterli sosyal destekten yoksun olması, ruhsal açıdan savunmasız bir duruma gelmesine neden olabilir (Ortaarık ve arkadaşları 2012). Ayrıca maternal stres, bağışıklık sistemi üzerinden de etkili olabilir. Artan proinflamatuvar sitokin düzeyleri, plasental işlevi bozarak fetal gelişimi olumsuz yönde etkileyebilir. Bu süreçte stresin, fetüsün bağışıklık sistemi gelişimini baskılanmasının sonucu olarak; yenidoğan döneminde solunum yolu enfeksiyonları başta olmak üzere çeşitli enfeksiyon hastalıklarının görülme sıklığını artırabileceği öne sürülmektedir (Weinstock 2008). Stresin bu çoklu biyolojik yollarla aktarımı, fetal beyin gelişimini, davranışsal regülasyonu ve doğum sonrası stres yanıt sistemlerini şekillendirme potansiyeline sahiptir (Sze & Brunton, 2024). Bu bulgular, prenatal stresin yalnızca psikolojik bir deneyim olmaktan öte, doğrudan fizyolojik

etkilerle fetüsün gelişimsel yolculuğunu şekillendiren karmaşık bir süreç olduğunu ortaya koymaktadır (Sze & Brunton, 2024).

Yapılan bir araştırmada, primipar gebelerin eş desteği algısı ile doğum öncesi algıladıkları stres düzeyi arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Eş desteği arttıkça, gebelerin doğum öncesi stres algılarının belirgin şekilde azaldığı gözlemlenmiştir (Yanılmaz & Beydağ, 2023). Bu dönemde ortaya çıkabilecek psikolojik sorunların erken evrede tanımlanarak uygun şekilde yönetilememesi durumunda, doğum sonrası dönemde karşılaşılan ek stres faktörleri ile birlikte bu durum, postpartum hüzün ya da depresyon gibi ciddi ruhsal bozukluklara evrilebilir (Lancaster ve arkadaşları, 2010). Benzer şekilde Aslı Sis ve Atasever'in (2020) yaptığı çalışmada stres düzeyini etkileyen faktörler arasında; yaş, eğitim düzeyi, eşin eğitim düzeyi ve mesleği, aile tipi, ekonomik durum, gebelik haftası, gebelik sayısı, gebeliği istememe durumu, gebelikte yaşanan problemler, alınan doğum öncesi bakım sayısı ve doğum sonrası bebek bakımına yardım edecek birinin bulunup bulunmaması gibi değişkenler istatistiksel olarak anlamlı düzeyde etkili bulunmuştur. Özellikle 24 yaş ve altındaki, ilkökul mezunu olan, eşi işçi olan, geniş ailede yaşayan, ekonomik durumu kötü olan, gebeliğini istemeyen, gebeliğinde problem yaşayan ve doğum sonrası bebek bakımına yardım edecek kimsesi bulunmayan gebelerin stres düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Karataş Baran ve arkadaşlarının (2020) gebelerin algılanan stres düzeylerinin ve stres nedenlerinin değerlendirmek amacıyla yaptıkları çalışmada, riskli gebelerde algılanan stres düzeyinin anlamlı derecede yüksek olduğu belirlenmiştir. Yine aynı çalışmaya göre riskli gebelik tanısı, gebelikteki tehlike belirtileri, olumsuz durumların ortaya çıkması ve gebelik süreciyle ilgili belirsizlikler gibi stres nedenleri riskli gebelerde daha fazla oranda görülürken, doğumla ilgili korkular nedeniyle stres yaşama durumu normal gebelerde daha fazla görülmektedir.

Kaya Şenol ve Pekyiğit'in (2024) yaptığı çalışmaya göre prenatal stres ile prenatal bağlanma arasında negatif kolerasyon olduğu bulunmuş olup prenatal stres düzeyindeki artma prenatal bağlanmayı azaltmaktadır. Bir başka çalışmaya göre ise, gebeliğe özgü daha yüksek stres düzeylerinin, maternal-fetal bağlanmanın daha güçlü olmasını sağladığı tespit edilmiştir (Chang ve ark., 2016).

Gebelikte stres düzeyini etkileyen bir diğer etmen ise uyku kalitesidir. Araştırma bulgularına göre, gebeliği isteyerek yaşamayan, gebeliği planlı olmayan ve düzenli prenatal kontrole gitmeyen kadınların uyku kalitelerinin düşük, algıladıkları stres düzeylerinin ise yüksek olduğu belirlenmiştir (Ertekin Pınar ve ark., 2014).

Bilişsel Davranışçı Terapi'nin (BDT), gebe bireylerde depresyon ve anksiyete semptomlarını azaltmada etkili bir müdahale yöntemi olduğu çeşitli çalışmalarla ortaya konmuştur. Bu müdahalenin uzun vadeli etkilerini değerlendirmeyi amaçlayan bir takip çalışmasında, Bleker ve arkadaşları, doğumdan beş yıl sonra, gebelik sürecinde BDT uygulanan kadınların çocukları ile bu tür bir müdahaleye maruz kalmamış kontrol grubundaki kadınların çocukları arasında nörogelişimsel farklılıkların olup olmadığını incelemiştir. Elde edilen bulgular, prenatal dönemde uygulanan BDT'nin, stres yanıtı ile ilişkili sinir lifi demetlerinde kortikal kalınlık, gri madde yoğunluğu ve beyaz madde lif kesitleri açısından olumlu etkilerle ilişkili olduğunu göstermektedir (Bleker ve ark., 2019a). Ancak, söz konusu çalışmanın keşif niteliğinde olduğu ve elde edilen bulguların daha büyük ve kapsamlı örneklemelerle yürütülecek araştırmalarla teyit edilmesi gerektiği vurgulanmalıdır. Aynı araştırma grubu tarafından yürütülen bir diğer çalışmada ise, prenatal dönemde psikolojik stres maruziyetinin çocukların nörogelişimsel gelişimi ve genel sağlık durumu üzerindeki etkileri ele alınmıştır. Bulgular, gebelik süresince yaşanan psikolojik stresin çocukların beyin gelişimi, davranışsal özellikleri ve sağlık göstergeleri üzerinde kalıcı etkiler bırakabileceğini göstermektedir (Bleker ve ark., 2019b). Bu bulgular, gebelikte ruh sağlığına yönelik erken müdahalelerin hem anneler hem de çocuklar açısından kritik önem taşıdığını ortaya koymaktadır (Bleker ve ark., 2019b).

Gebelik sürecinde stresin olumsuz etkilerinden korunabilmek için anne adayının psikolojik ve fizyolojik iyi oluşunu destekleyecek yaşam alışkanlıklarını benimsemesi büyük önem taşımaktadır. Bu bağlamda, bireyin kendine yönelik olumlu bir bakış açısı geliştirmesi, stresle baş etme kapasitesini artırmada temel bir unsurdur. Ayrıca gebelik boyunca dengeli ve yeterli beslenme, düzenli ve kaliteli uyku alışkanlıklarının sürdürülmesi, sigara ve alkol gibi zararlı alışkanlıklardan uzak durulması, düzenli fiziksel aktivite yapılması ve prenatal sağlık kontrollerine aksatılmadan katılım sağlanması, stres düzeylerini azaltmada etkili davranışlar arasında yer almaktadır (Aslı Sis ve Atasever, 2020). Bunlara ek olarak, gevşeme tekniklerinin (örneğin derin nefes egzersizleri,

meditasyon ya da kas gevşetme çalışmaları) kullanılması da gebelerin stresle başa çıkma becerilerini geliştirmelerine katkı sağlayabilmektedir. Bu tür bütüncül yaklaşımlar, yalnızca annenin ruhsal ve fiziksel sağlığını değil, aynı zamanda fetüsün sağlıklı gelişimini de destekleyici niteliktedir (Sözeri ve ark., 2006; Ertekin Pınar ve ark., 2014). Gebelik sürecinde, anne adaylarının uyku kalitesi ve stres yönetimi konularında bilgilendirilmesi büyük önem taşımaktadır. Bu bağlamda, gebelere yönelik eğitim ve danışmanlık hizmetlerinde, hem uyku hijyenine ilişkin bilgiler verilmesi hem de stresin etkileri ve baş etme yöntemleri hakkında farkındalık kazandırılması önerilmektedir. Ayrıca, her bireyin yaşam koşulları, psikososyal durumu ve stres algısı farklılık gösterebileceğinden, uygulanacak müdahalelerin kişiselleştirilmesi; yani bireyin ihtiyaçlarına, özelliklerine ve tercihlerine uygun şekilde planlanması gerekmektedir (Ertekin Pınar ve ark., 2014).

2.5 Evcil Hayvan Sahibi Olmanın Prenatal Bağlanma ve Prenatal Stres Üzerine Etkileri

İnsanlarda gözlenen annelik duyguları, yalnızca insan yavrularına değil, aynı zamanda insan dışı hayvanlara da yöneltilebilmektedir. Evcil hayvan sahiplerinin hayvanlarına karşı sergiledikleri davranışlar, ebeveynlik davranışlarıyla birçok açıdan paralellik göstermektedir. Bu bağlamda, sahipler ile evcil hayvanları arasındaki etkileşim biçimleri, anne-çocuk ilişkisinde gözlemlenen davranış kalıplarına benzer özellikler taşımaktadır. Özellikle, sürekli ilgi ve bakım gerektiren evcil köpekler, yetişkinlik dönemlerinde de sahiplerine bağımlı bir tutum sergilemektedir (Askew, 1996).

Matsumura ve arkadaşları (2022) tarafından yürütülen geniş ölçekli bir doğum kohort çalışması, evcil hayvan sahipliğinin annelerin gebelik süreci ve doğum sonrası bir yıla kadar olan dönemdeki ruhsal durumlarıyla ilişkili olduğunu göstermiştir. Araştırmada, özellikle evcil hayvanlarla kurulan bağın, annelerin yalnızlık hissini hafifletebileceği ve depresif belirtileri azaltabileceği sonucuna ulaşılmıştır. Bununla birlikte araştırma bulguları, sahip olunan evcil hayvanın türüne göre annelerin ruh sağlığı üzerindeki etkilerin farklılık gösterdiğini ortaya koymaktadır. Özellikle köpek sahipliği, perinatal ve postpartum dönemlerde anne ruh sağlığı açısından koruyucu bir etkiye sahipken, kedi sahipliği bu süreçte olası bir risk faktörü olarak belirlenmiştir. Bu durum,

evcil hayvan türünün, annelik sürecindeki psikolojik dayanıklılığı buna bağlı olarak stresi etkileme potansiyelinin göz ardı edilemeyeceğini göstermektedir.

Temesi ve arkadaşlarının (2020) yaptıkları çalışmada evcil hayvanı olan kadınların anneliği yük olarak görme oranları daha yüksek bulunmuştur. Yine aynı çalışmada çocukları ya da evcil hayvanları bulunmayan kadınlar, Zahmetli Annelik alt ölçeğinde en yüksek puanları elde etmiştir. Bu grubu, çocuğu olmayan ancak evcil hayvanı bulunan kadınlar ile evcil hayvan sahibi anneler takip etmiştir; her iki grubun puanları birbirine oldukça yakındır. Buna karşılık hem çocuk sahibi olup hem de evcil hayvanı bulunmayan anneler, Zahmetli Annelik ölçeğinde en düşük puanları göstermiştir. Bu çalışma, evcil hayvan sahipliğinin bağlanmayı güçlendirme veya stresi azaltma potansiyeline sahip olmasına rağmen, bazı durumlarda kadınlar tarafından ek bir yük olarak da algılanabileceğini ortaya koymaktadır.

Zhang ve arkadaşlarının (2022) yürüttüğü Çin Doğum Kohort Çalışması, hamile kadınlarda evcil hayvan sahipliği ile düşük tehlikesi arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Çalışmanın bulgularına göre, evcil hayvan sahipliği, özellikle köpek sahipliği, düşük yapma riskinde artış ve yüksel tansiyon ile ilişkilendirilmiştir. Araştırmada, evcil hayvanlarla temasın, doğrudan bulaşıcı hastalık riski ve fiziksel yaralanmalar yoluyla olası biyolojik mekanizmalarla düşük riskini artırabileceği öne sürülmüştür. Bununla birlikte, sosyoekonomik ve yaşam tarzı faktörlerinin de bu ilişki üzerinde etkili olabileceği belirtilmiştir. Çalışma, hamilelik sürecinde evcil hayvan sahipliğinin dikkatle değerlendirilmesi gerektiğini vurgulamaktadır. Aynı çalışmadan çıkan sonuca göre evcil hayvan, özellikle kedi veya köpek gibi bakım gereksinimi yüksek olan türlerin sahipliği, hamile kadınlarda ilave sorumluluk yaratarak stres düzeylerini artırabileceğini ortaya çıkarmıştır. Köpek sahiplerinin köpek sahibi olmayanlara kıyasla daha yüksek stres düzeyleri bildirdiğini ortaya koyarak, evcil hayvan sahipliğinin sanıldığı gibi her zaman stres azaltıcı bir etki göstermediğini vurgulamıştır. Bu bulgu, özellikle prenatal dönemde stresin spontan düşük riskini artırabileceği yönündeki literatürle birlikte ele alındığında, hamilelik sürecinde evcil hayvan bakımının potansiyel psikolojik ve biyolojik risk faktörleri açısından daha dikkatli değerlendirilmesi gerektiğini düşündürmektedir (Zhang ve ark., 2022).

Nagasawa ve arkadaşlarının (2015) gerçekleştirdiği çalışma, insanlar ile köpekler arasındaki bağın biyolojik temellerini ortaya koymayı amaçlamıştır. Araştırmada, köpeklerin sahipleriyle kurduğu göz teması sırasında her iki tarafta da oksitosin düzeylerinde anlamlı bir artış gözlemlenmiştir. Bu durum, insan-köpek ilişkisini güçlendiren karşılıklı bir "oksitosin-bakış döngüsü"nün varlığına işaret etmektedir. Oksitosin sisteminin aktivasyonu, sosyal ödül mekanizmalarını güçlendirmekte ve hipotalamus-hipofiz-adrenal (HPA) ekseninin stres kaynaklı yanıtlarını baskılamaktadır. Bu çift yönlü işleyiş, yalnızca bireyin sosyal etkileşimlerde daha yüksek bir haz deneyimlemesini sağlamakla kalmamakta, aynı zamanda stresin olumsuz etkilerini de azaltmaktadır. Bu nedenle, oksitosin aracılı bu nörobiyolojik süreçlerin, anne adayları ile bebek arasındaki pozitif bağlanmanın ve maternal davranış döngülerinin oluşumunu kolaylaştırabileceği ileri sürülmüştür. Oksitosin temelli bu etkileşim, karşılıklı güven, yakınlık ve koruma davranışlarının biyolojik temelini oluşturmada, dolayısıyla sağlıklı ebeveyn-çocuk ilişkilerinin gelişimine katkıda bulunmaktadır (Nagasawa ve ark., 2015).

Weng ve Ankrom (2016) hamile kadınlarda ve yeni annelerde hayvan teması uygulamaları ve algıları ve ilgili sağlık sonuçları isimli çalışmalarında hamile kadınların ve yeni annelerin evcil hayvanlarla temaslarına ilişkin uygulamalarını ve algılarını, ayrıca bu temasın sağlıkla ilgili potansiyel sonuçlarını incelemiştir. Araştırmada, katılımcıların büyük çoğunluğunun evcil hayvan sahipliğini pozitif bir deneyim olarak algıladığı; bununla birlikte, evcil hayvan temasının belirli sağlık riskleri, özellikle zoonotik enfeksiyonlar açısından farkındalık gerektirdiği belirtilmiştir. Yine aynı çalışmada hamilelik döneminde evcil hayvanlarla etkileşimin prenatal stres üzerinde olumlu etkiler yaratabileceğini ve bazı kadınlar için evcil hayvanların stres azaltıcı bir kaynak olarak algılandığını öne sürmektedir. Ancak, evcil hayvan sahipliği ile doğacak bebeğe yönelik prenatal bağlanma süreçleri arasında doğrudan bir ilişki olduğuna dair sınırlı kanıt bulunmaktadır. Genel olarak, evcil hayvan sahipliğinin sosyal destek sağlama ve ruh sağlığı üzerinde olumlu etkiler yaratma potansiyeline sahip olduğu vurgulanmaktadır (Weng ve Ankrom, 2016).

Literatür incelendiğinde, evcil hayvan sahipliğinin prenatal bağlanma ve prenatal stres üzerindeki etkilerini inceleyen çok sayıda çalışma bulunmamaktadır. Bu alandaki

literatür boşluğunu doldurabilmek için, evcil hayvan sahipliğinin hamilelik dönemindeki etkilerini daha kapsamlı şekilde ele alacak araştırmalara ihtiyaç duyulmaktadır.



3. GEREÇ VE YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Türü

Araştırma tanımlayıcı ve ilişki arayıcı bir çalışmadır.

3.2. Araştırmanın Amacı

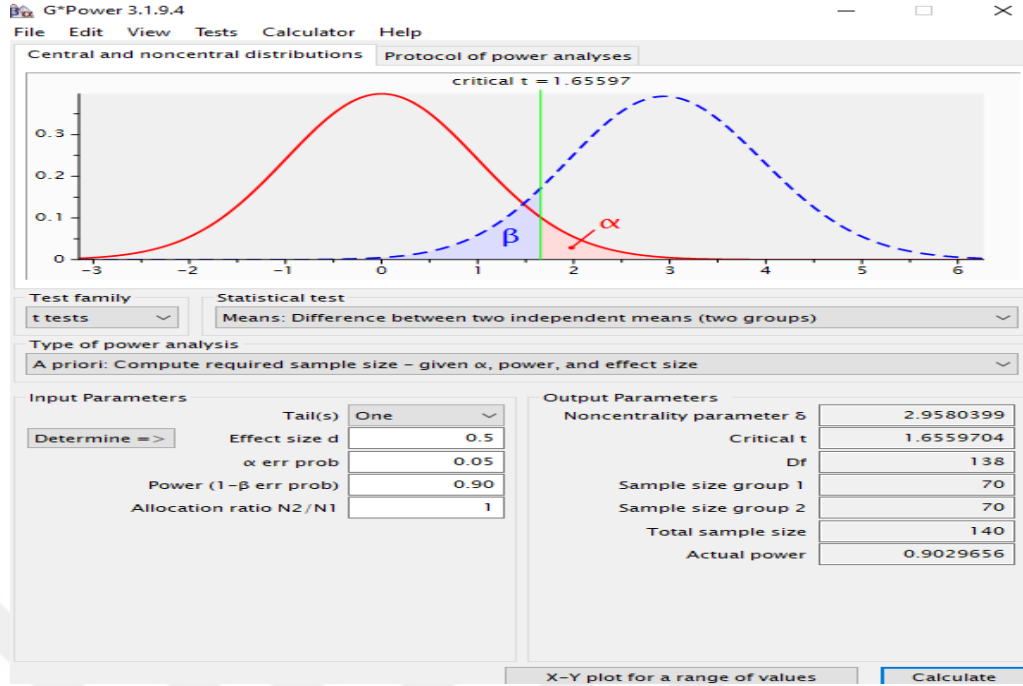
Araştırmanın amacı, gebelik döneminde evcil hayvan sahipliğinin anne adaylarının prenatal bağlanma ve stres düzeyleri üzerindeki etkisini incelemek ve bu iki değişken arasındaki ilişkiyi ortaya koymaktır.

3.3. Araştırmanın Yapıldığı Yer ve Özellikleri

Araştırma, Tokat İlinde yer alan bir üniversite hastanesinin kadın doğum polikliniklerinde yapılmıştır. Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi, 2019 yılında 501 hasta yatağı, 88 yoğun bakım yatağı ve 12 palyatif bakım yatağı olmak üzere toplam 585 tescilli yatak kapasitesi ile hizmet sunmakta olup, fiilî olarak 601 hasta yatağı ile faaliyet göstermekteydi. Artan hasta talebi doğrultusunda yoğun bakım ve palyatif bakım yatak sayılarında yapılan fiziki düzenlemeler sonucunda, palyatif bakım yatakları dâhil olmak üzere hasta yatak sayısı 513'ten 519'a, yoğun bakım yatak sayısı ise 88'den 96'ya çıkarılmıştır. Bu düzenlemeler neticesinde toplam yatak kapasitesi 615'e yükseltilmiş, ilgili tescil işlemleri tamamlanarak hizmet sunumuna başlanmıştır. Hastanede 4 poliklinik ve poliklinik katında 2 NST odası 1gebe okulu bulunmaktadır.

3.4. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

Araştırmanın evrenini Tokat il merkezinde yer alan bir üniversite hastanesinin kadın doğum polikliniklerine başvuran, 18-49 yaş grubundaki primipar gebeler oluşturmaktadır. Araştırma örneklemini ise, G* power 3.1.9.4, 0.5 etki büyüklüğü (Cohen, 1988), %90 güç ve %5 hata payı ile hesaplanmıştır. Güç analizi sonucuna göre; araştırmada 70 evcil hayvana sahip olan, 70 evcil hayvana sahip olmayan primipar gebe olmak üzere en az 140 katılımcı yeterli bulunmuştur.



Şekil 3.2. G Power 3.1 Programı Güç Analizi

3.5. Araştırmaya Dâhil Edilme Kriterleri

1. En az ilkokul mezunu olmak
2. Türkçe dil yeterliliğine sahip olmak
3. 36-39. haftalar arasında primipar gebe olmak
4. Araştırmaya katılmaya gönüllü olmak

3.6. Araştırmadan Dışlanma Kriterleri

1. Riskli gebeliği olmak
2. Herhangi bir psikiyatrik hastalığı bulunmak

3.7. Araştırmanın Bağımlı-Bağımsız Değişkenleri

3.7.1. Bağımsız Değişkenler

Bağımsız değişkenleri; yaş, eğitim durumu, eşin eğitim durumu, çalışma durumu, eşin çalışma durumu, algılanan gelir durumu, evlilik süresi, eş ile ilişki durumu,

yaşanılan yer, aile tipi, evcil hayvana sahip olma veya olmama, gebelik haftası, gebe kalma yöntemi, gebeliğin planlı olması veya olmaması, gebelikte alınan bakım sayısı, doğum sonrası destek olacak kimsenin varlığı, evlilik süresi gibi özellikler bağımsız değişkenler olarak sıralanmaktadır.

3.7.2. Bağımlı Değişkenler

Prenatal bağlanma ve gebelik ile ilişkili algılanan stres düzeyleri bağımlı değişkenleri oluşturmaktadır.

3.8. Veri Toplama Araçları

Araştırmada üç tip veri toplama aracı kullanılmıştır. Veri toplama araçları; Tanıtıcı Özellikler Formu, Prenatal Bağlanma Envanteri ve Doğum Öncesi Algılanan Stres Ölçeği'dir.

3.8.1. Tanıtıcı Özellikler Formu (Ek-1): Bu form, araştırmacılar tarafından literatür taraması yapılarak hazırlanmıştır (Coşkun ve ark, 2021; Badem ve Zeyneloğlu, 2021). Bu formda; gebelerin demografik ve obstetrik özelliklerinden oluşan 25 sorudan oluşmaktadır. Demografik özellikler; yaş, eğitim durumu, çalışma durumu, eşinin eğitim düzeyi, eşinin mesleği, aile tipi, ekonomik durum, evlilik süresi, doğum öncesi alınan bakım sayısı, evcil hayvan sahibi olma durumu ve sahip olunan evcil hayvanın türü, sayısı ve sahip olunan evcil hayvan ile geçirilen süreyi içermektedir. Obstetrik özellikler içerisinde ise; gebelik haftası, gebeliği isteme durumu, abortus yaşama durumu, alınan doğum öncesi bakım sayısı, planlanan doğum şekli, doğum sonrası bebek bakımına yardım edecek birinin bulunma durumu sorgulanmaktadır.

3.8.2. Prenatal Bağlanma Envanteri (The Prenatal Attachment Inventory) (Ek-2): 1993 yılında Mary Muller tarafından geliştirilmiştir (Elkin, 2015). Gebelik boyunca kadınların yaşadıkları düşünceleri, duyguları, durumları açıklamak ve prenatal dönemde annenin bebeğe bağlanma düzeyini belirlemek amacıyla geliştirilen ölçek, 21 maddeden oluşmaktadır. Her madde 1 ile 4 arasında puan alabilen dörtlü likert tiptedir. 1:Hiçbir zaman, 2:Bazen, 3:Sık sık, 4:Her zaman şeklinde puanlanan ölçekten en az 21 en fazla 84

puan alınabilmektedir. Gebenin aldığı puanın artması bağlanma düzeyinin de arttığını göstermektedir. Ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenilirliği Yılmaz ve Beji tarafından yapılmış ve iç tutarlılık kat sayısı 0,84 olarak bildirilmiştir (Yılmaz ve Beji, 2013). Bu araştırmada ölçeğin Cronbach alfa katsayısı 0.88 olarak bulunmuştur.

3.8.3. Doğum Öncesi Algılanan Stres Ölçeği (Antenatal Perceived Stress Inventory-DÖASÖ) (Ek-3): Razurel ve ark. tarafından prenatal dönemde algılanan stresi değerlendirmek için 2014 yılında geliştirilmiştir (Razurel ve ark., 2014). Atasever ve Sis Çelik tarafından 2018 yılında Türkçe geçerlilik güvenilirliği yapılmıştır (Atasever ve Sis Çelik, 2018).

Ölçek 36-39. gebelik haftasındaki gebelere uygulanmaktadır. 5’li likert tipinde (çok fazla=5 puan, çok=4 puan, oldukça=3 puan, biraz=2 puan, hiç=1 puan) olan ölçek toplam 12 maddeden ve 3 alt boyuttan oluşmaktadır. Gebelik döneminde algılanan stres puanı ölçek madde puanlarının toplanması ve madde sayısına bölünmesi ile elde edilmektedir. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 1, en yüksek puan ise 5’tir. Ölçekten alınan toplam puanın artışı gebeler tarafından algılanan stres düzeyinin arttığını göstermektedir. “*Medikal ve obstetrik riskler / fetal sağlık (medical and obstetric risks/fetal health)*” alt boyutu 3 maddeden oluşmaktadır. Bu maddeler 8, 9 ve 10. maddelerdir. “*Gebelik esnasındaki psikososyal değişiklikler (psychosocial changes during pregnancy)*” alt boyutu 5 maddeden oluşmaktadır. Bu maddeler 1, 2, 3, 5 ve 7. maddelerdir. “*Doğum beklentisi (prospect of childbirth)*” alt boyutu 4 maddeden oluşmaktadır. Bu maddeler 4, 6, 11 ve 12. maddelerdir. Alt boyutların puanı hesaplanırken her bir alt boyutta yer alan madde puanları toplanır ve madde sayısına bölünür. 1-5 puan arasında her bir alt boyutun ortalama puanı elde edilir.

Razurel ve ark. tarafından yapılan geçerlilik güvenilirlik analizi sonucuna göre ölçeğin toplam Cronbach’s alfa katsayısının 0.75 olduğu belirlenmiştir. Atasever ve Sis Çelik tarafından yapılan geçerlilik güvenilirlik analizi sonucuna göre ise; ölçeğin toplam Cronbach’s alfa katsayısının 0.70 olduğu tespit edilmiştir. Bu araştırmada ölçeğin Cronbach alfa katsayısı 0.87 olarak bulunmuştur.

3.9. Verilerin Toplanması

Veriler araştırmacı tarafından 02.01.2025-15.05.2025 tarihleri arasında, Tokat İl Sağlık Müdürlüğü'ne bağlı üniversite hastanesinin kadın doğum polikliniklerine başvuran primipar gebelerle yüz yüze görüşme yöntemi ile toplanmıştır.

3.10. Araştırmanın Etik Boyutu

Araştırmaya başlamadan önce Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi Klinik Araştırmalar Etik Kurulu'ndan etik onay (Ek 5) ve ilgili kurumdan izin (Ek 6) alındıktan sonra veriler toplanmaya başlanmıştır. Çalışmaya gönüllü olarak katılan tüm primipar gebe kadınlara çalışmanın konusu, amacı ve yöntemi hakkında bilgi verilerek, sözlü ve yazılı onamları alınmıştır.

3.11. Araştırma Verilerinin Değerlendirilmesi

Araştırmada elde edilen veriler, bilgisayar ortamında SPSS (Statistical Package for Social Sciences) Windows 25.0 programları kullanılarak analiz edilmiştir. Verilerin değerlendirilmesinde, araştırmaya katılan bireylerin tanıtıcı özelliklerini belirlemek amacıyla sayı, yüzde, ortalama ve standart sapma gibi tanımlayıcı istatistiksel yöntemlerden yararlanılmıştır.

Elde edilen verilerin analizinde uygun istatistiksel testlerin seçilebilmesi için öncelikle verilerin normal dağılıma uygunluğu değerlendirilmiştir. Normal dağılım varsayımı Q-Q Plot grafikleri incelenerek ve çarpıklık-basıklık (skewness-kurtosis) değerleri ± 3 aralığında olup olmadığı kontrol edilerek test edilmiştir (Chan, 2003:280-285; Shao, 2002). İnceleme sonucunda verilerin normal dağılım gösterdiği belirlenmiştir.

Bu doğrultuda, veriler parametrik testler kullanılarak analiz edilmiştir. İki bağımsız grup arasındaki farkı belirlemek amacıyla bağımsız örneklem t testi, ikiden fazla bağımsız grubun karşılaştırılmasında ise tek yönlü varyans analizi (ANOVA) uygulanmıştır. Ölçeklerden elde edilen puanlar arasındaki ilişkiyi değerlendirmek için Pearson korelasyon analizi kullanılmıştır. Varyansların homojen olduğu durumlarda çoklu karşılaştırmalar için Bonferroni testi kullanılmıştır. Tüm istatistiksel analizlerde anlamlılık düzeyi $p < 0.05$ olarak kabul edilmiştir.

4.BULGULAR

Evcil hayvana sahip olan ve olmayan primipar gebelerin prenatal bağlanma ve prenatal stres düzeylerinin belirlemek amacıyla yapılan çalışmadan elde edilen bulgular aşağıda verilmiştir.

Tablo 4.1. Evcil Hayvana Sahip Olan ve Olmayan Primipar Gebelerin Tanımlayıcı Özelliklerine Göre Dağılımı (n: 156)

Değişkenler		Evcil hayvanı Olan		Evcil Hayvanı Olmayan	
		n	%	n	%
Yaş	≤29 yaş	46 ($\bar{X} \pm SS$, 28.30±3.78)	56.4	44 ($\bar{X} \pm SS$, 28.53±3.58)	59.0
	>29 yaş	34	43.6	32	41
Eğitim durumu	İlköğretim	3	3.8	1	1.3
	Lise	13	16.7	14	17.9
	Üniversite	55	70.5	52	66.7
	Lisansüstü	7	9	11	14.1
Eş eğitim durumu	İlköğretim	2	6.4	2	2.6
	Lise	23	32.1	23	29.5
	Üniversite	51	52.6	51	65.4
	Lisansüstü	2	9.0	2	2.6
Çalışma durumu	Evet	43	55.1	33	42.3
	Hayır	35	44.9	45	57.7
Eş çalışma durumu	Evet	78	100	76	97.4
	Hayır			2	2.6
Yaşanılan yer	Köy / kasaba	5	6.4	18	2.6
	İlçe	13	16.7	58	23.1
	İl	60	76.9	76	74.4
Aile tipi	Çekirdek	76	97.4	2	97.4
	Geniş	2	2.6	47	2.6
Aile gelir durumu	Gelir=Gider	48	61.5	23	60.3
	Gelir>Gider	21	26.9	8	29.5
	Gelir< Gider	9	11.5	5	10.3
Evlilik süresi	<1 yıl	2	2.6	20	6.4
	1 yıl	13	11.5	19	19.2
	2 yıl	22	25.6	16	30.8
	3 yıl	7	15.4	6	19.2
	4 yıl	9	12.8	4	10.3
	≥5 yıl	14	32.0	5	14.1

Tablo 4.1. (Devam) Evcil Hayvana Sahip Olan ve Olmayan Primipar Gebelerin Tanımlayıcı Özelliklerine Göre Dağılımı (n: 156)

Eş ile olan ilişki durumu	Çok iyi	46	59.0	24	66.7
	İyi	30	38.5	2	30.8
	Orta / kötü	2	2.6	44	2.6
Gebelik haftası	36	41	51.3	20	56.4
	37	19	24.4	4	25.6
	38	10	14.1	10	5.1
	39	8	10.3	8	12.8
Daha önce düşük yapma durumu	Evet	15	19.2	70	10.3
	Hayır	62	80.8	74	89.7
Planlı gebelik	Evet	72	92.3	4	94.9
	Hayır	6	7.7	38	5.1
Alınan doğum öncesi bakım sayısı	Hiç	48	61.5	12	48.7
	Sadece 1 kez	9	11.5	12	15.4
	2-4 kez	8	10.3	7	15.4
	5-7 kez	4	5.1	7	9.0
	≥8 kez	9	11.5	9	11.5
Planlanan doğum şekli	Vajinal doğum	49	62.8	52	66.7
	Sezaryen doğum	29	37.2	26	33.3
Doğum sonrası sosyal destek varlığı	Evet	62	79.5	70	89.7
	Hayır	16	20.5	8	10.3
Toplam		78	100.0	78	100

Evcil hayvana sahip olan ve olmayan primipar gebelerin tanımlayıcı özelliklerine ilişkin dağılım Tablo 4.1’de verilmiştir. Evcil hayvana sahip olan gebelerin yaş ortalaması 28.30 ± 3.78 olup; %56.4’ü 29 yaş ve altındadır; evcil hayvana sahip olmayan gebelerin yaş ortalaması ise 28.53 ± 3.58 olup, %59’u 29 yaş ve altındadır. Evcil hayvana sahip olan gebelerin %70.5’i ve eşlerin %52.6’sı üniversite mezunu; evcil hayvanı olmayan gebelerin %66.7’sinin, eşlerin ise %65.4’ünün üniversite mezunu olduğu belirlenmiştir. Evcil hayvana sahip olan primipar gebelerin %55.1’i bir işte çalışırken, eşlerin tamamının çalıştığı; evcil hayvana sahip olmayan gebelerin %42.3’ünün, eşlerin ise %97.4’ünün gelir getiren bir işte çalıştığı belirlendi. Primipar gebelerin %76.9’unun il merkezinde yaşadığı ve %97.4’ünün çekirdek aile yapısına sahip olduğu; evcil hayvana sahip olmayan gebelerin ise %74.4’ünün il merkezinde yaşadığı ve %97.4’ünün çekirdek aile yapısına sahip olduğu bulunmuştur. Evcil hayvana sahip olan primipar gebelerin gelirinin

%61.5’inde gelir ve giderin denk olduğu, %32.0’nın 5 yıl ve daha uzun süredir evli olduğu, eş ile ilişki durumunun %59.0’ında “çok iyi” düzeyde olduğu belirlenmiştir. Evcil hayvana sahip olmayan primipar gebelerin ise gelir durumunun %60.3’ünde gelirin gidere denk olduğu, gebelerin 30.8’inin 2 yıldır evli olduğu ve %66.7’sinin eşiyle ilişkisini “çok iyi” olarak tanımladığı saptanmıştır. Evcil hayvana sahip olan primipar gebelerin %51.3’ünün, evcil hayvana sahip olmayan primipar gebelerin ise %56.4’ünün 36. gebelik haftasında olduğu belirlenmiş olup; evcil hayvana sahip olan primipar gebelerin %80.8’inin, evcil hayvana sahip olmayan primipar gebelerin ise 89.7’sinin düşük öyküsünün bulunmadığı; evcil hayvana sahip olan primipar gebelerin %92.3’ünün, evcil hayvana sahip olmayan primipar gebelerin ise 94.9’unun planlı gebeliğe sahip olduğu saptanmıştır. Evcil hayvana sahip olan primipar gebelerin %61.5’inin hiç doğum öncesi bakım almadığı, %62.8’inin vajinal doğum planladığı ve %79.5’inin doğum sonrası sosyal destek alacağı; evcil hayvana sahip olmayan primipar gebelerin %48.7’sinin hiç doğum öncesi bakım almadığı, %66.7’sinin vajinal doğum planladığı ve %89.7’sinin doğum sonrası sosyal destek alacağını ifade ettiği belirlenmiştir.

Tablo 4.2. Evcil Hayvana Sahip Olan Primipar Gebelerin Evcil Hayvanlarına Yönelik Tanımlayıcı Özelliklerin Dağılımı (n: 78)

Değişkenler		n	%
Sahip olunan evcil hayvan sayısı	Bir	49	62.8
	İki	12	15.4
	Üç	11	14.1
	Dört ve üzeri	6	7.7
Sahip olunan evcil hayvanla birlikte yaşama süresi	≤1 yıl	11	14.1
	2 yıl	20	25.6
	3 yıl	14	17.9
	4 yıl	13	16.7
	≥5 yıl	20	25.6
Sahip olunan evcil hayvanın bakımını üstlenen kişi	Kendisi	67	85.9
	Eşi	46	62.8
	Ebeveyni	4	5.1
Evcil hayvanla fiziksel temasta bulunma durumu	Hiç	2	2.6
	Kısmen	2	2.6
	Ara ara	8	10.3
	Sık sık	10	12.8

Tablo 4.2. (Devam) Evcil Hayvana Sahip Olan Primipar Gebelerin Evcil Hayvanlarına Yönelik Tanımlayıcı Özelliklerin Dağılımı (n: 78)

	Her zaman	56	71.8
Sahip olunan evcil hayvanla beraber uyuma durumu	Hiç	15	19.2
	Kısmen	3	3.8
	Ara ara	12	15.4
	Sık sık	15	19.2
	Her zaman	33	42.3
Toplam		78	100.0

Evcil hayvana sahip olan primipar gebelerin evcil hayvanlarına yönelik tanımlayıcı özelliklerin dağılımı tablo 4.2.'de verilmiştir.

Evcil hayvanı olan primipar gebelerin evcil hayvan türü dağılımı incelendiğinde çoğunluğu (%78.2) kedi sahipliği yapmakta olup, %62.8'i tek evcil hayvana sahiptir. Ayrıca gebelerin evcil hayvanla birlikte yaşama süresinin 2 yıl ile 5 yıl ve üzeri olan gebelerin oranı %25.6 olduğu, çoğunluğunun (%85.9) kendisinin evcil hayvanın bakım sorumluluğunu aldığı, %71.8'inin evcil hayvanlarıyla her zaman temas halinde olduğu, %42.3'ünün her zaman evcil hayvanlarıyla beraber uyuduğu tespit edilmiştir.

Tablo 4.3. Evcil Hayvana Sahip Olan ve Olmayan Primipar Gebelerin Prenatal Bağlanma Envanteri Puanları Karşılaştırılması (n:156)

Değişken	Med	$\bar{X}$	SS	t	p
Prenatal Bağlanma Envanteri					
Evcil Hayvanı Olan	73.50	71.68	9.59	1.568	0.119
Evcil Hayvanı Olmayan	70.50	69.40	8.56		

*Pearson korelasyon Analizi

Evcil hayvana sahip olan ve olmayan primipar gebelerin prenatal bağlanma envanteri puanları karşılaştırılmasına yönelik dağılım tablo 4.3.' te verilmiştir. Evcil hayvanı olan ve olmayan gebelerin doğum öncesi bağlanma envanteri puanları karşılaştırıldığında; evcil hayvanı olan primipar gebelerin puan ortalaması 71.68 ± 9.59 ;

evcil hayvanı olmayan primipar gebelerin ise puan ortalaması 69.40 ± 8.56 olarak bulunmuştur. Yapılan bağımsız örneklem t testi sonucunda, iki grup arasında anlamlı bir fark saptanmamıştır ($t = 1.568$, $p = 0.119$, $p > 0.05$).

Tablo 4.4. Evcil Hayvanı Olan ve Olmayan Primipar Gebelerin Doğum Öncesi Algılanan Stres Ölçeği ve Alt Boyutlarının Karşılaştırılması

Değişken		Med	$\bar{X}$	SS	t	p
Doğum Öncesi Algılanan Stres Ölçeği	Evcil Hayvanı Olan	2.42	2.54	0.87	0.782	0.435
	Evcil Hayvanı Olmayan	2.17	2.43	0.80		
Gebelik Esnasındaki Psikososyal Değişiklikler	Evcil Hayvanı Olan	2.60	2.55	0.95	0.953	0.342
	Evcil Hayvanı Olmayan	2.20	2.41	0.94		
Doğum Beklentisi	Evcil Hayvanı Olan	2.75	2.76	0.95	0.103	0.918
	Evcil Hayvanı Olmayan	2.50	2.75	0.98		
Medikal ve Obstetrik Riskler / Fetal Sağlık	Evcil Hayvanı Olan	2.00	2.21	0.99	1.119	0.265
	Evcil Hayvanı Olmayan	2.00	2.05	0.76		

* $p < 0.05$ ** Independent Samples t-test

Evcil hayvanı olan ve olmayan primipar gebelerin doğum öncesi algılanan stres ölçeği ve alt boyutlarının karşılaştırılmasına yönelik dağılım tablo 4.4.' te verilmiştir. Genel doğum öncesi algılanan stres ölçeği puan ortalamaları açısından evcil hayvanı olan primipar gebelerin puan ortalaması 2.54 ± 0.87 , evcil hayvanı olmayan primipar gebelerin puan ortalaması 2.43 ± 0.80 olarak belirlenmiş ve iki grup arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmamıştır ($t = 0.782$, $p = 0.435$).

Medikal ve obstetrik riskler / fetal sağlık ölçek alt boyutunda; evcil hayvanı olan primipar gebelerin puan ortalaması 2.21 ± 0.99 , evcil hayvanı olmayan primipar gebelerin puan ortalaması 2.05 ± 0.76 olarak bulunmuştur. Primipar gebelerin medikal ve obstetrik riskler / fetal sağlık ölçek alt boyutu stres düzeyleri arasında iki grup arasında anlamlı fark saptanmamıştır ($t = 1.119$, $p = 0.265$). Gebelik esnasındaki psikososyal değişiklikler ölçek alt boyutunda; evcil hayvanı olan primipar gebelerin puan ortalaması 2.55 ± 0.95 , evcil hayvanı olmayan primipar gebelerin puan ortalaması 2.41 ± 0.94 olarak elde edilmiş olup; iki grup arasında istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmamıştır ($t = 0.953$, $p = 0.342$). Doğum beklentisi ölçek alt boyutunda; evcil hayvanı olan primipar gebelerin puan ortalaması 2.76 ± 0.95 , evcil hayvanı olmayan primipar gebelerin puan ortalaması 2.75 ± 0.98 olup; iki grup arasında anlamlı bir fark saptanmamıştır ($t = 0.103$, $p = 0.918$).

Tablo 4.5. Evcil Hayvanı Olan ve Olmayan Primipar Gebelerin Sosyodemografik Özelliklerine Göre Prenatal Bağlanma Envanteri Puanlarının Karşılaştırılması

Değişkenler		Evcil Hayvanı Olan				Evcil Hayvanı Olmayan			
		$\bar{X}$	SS	Test Değeri	p	$\bar{X}$	SS	Test Değeri	p
Yaş	≤29 yaş	72.36	9.19	0.715**	0.477	69.26	8.31	-0.168**	0.867
	>29 yaş	70.79	10.14			69.59	9.05		
Eğitim durumu	İlköğretim	73.67	4.16	0.411***	0.745	61.00	-	0.432***	0.731
	Lise	69.31	12.04			68.29	7.16		
	Üniversite	71.87	9.31			69.81	9.57		
	Lisansüstü	73.71	9.21			69.64	4.61		
Eş eğitim durumu	İlköğretim	73.00	10.22	1.156***	0.332	73.50	4.95	0.312***	0.817
	Lise	70.64	7.62			68.26	7.53		
	Üniversite	71.10	10.92			69.76	9.24		
	Lisansüstü	77.86	5.43			69.00	5.66		
Çalışma durumu	Evet	71.81	9.61	0.136**	0.892	70.48	8.81	0.960**	0.340
	Hayır	71.51	9.70			68.60	8.39		
Eş çalışma durumu	Evet	71.68	9.59	-	-	69.16	8.54	-1.536**	0.129
	Hayır	-	-			78.50	0.71		
Yaşanılan yer	Köy / kasaba	67.40	18.74	0.546***	0.581	69.50	0.71	0.353***	0.704
	İlçe	72.46	8.69			70.89	7.49		
	İl	71.87	8.89			68.93	9.02		
Aile tipi	Çekirdek	72.24	8.83	3.372**	0.001*	69.51	8.62	0.733**	0.466
	Geniş	50.50	17.68			65.00	5.66		

Tablo 4.5. (Devam) Evcil Hayvanı Olan ve Olmayan Gebelerin Sosyodemografik Özelliklerine Göre Prenatal Bağlanma Envanteri Puanlarının Karşılaştırılması

Aile gelir durumu	Gelir=Gider	73.40	10.54	2.142***	0.125	68.36	8.33	2.079***	0.132
	Gelir>Gider	68.48	7.21			72.35	7.64		
	Gelir< Gider	70.00	7.37			67.00	11.19		
Evlilik süresi	<1 yıl	84.00	0.00	1.018***	0.421	63.20	9.58	0.804***	0.570
	1 yıl	72.56	7.35			68.53	9.26		
	2 yıl	72.85	7.31			70.75	9.71		
	3 yıl	72.17	7.79			69.20	5.39		
	4 yıl	68.80	13.08			67.50	11.20		
	5 yıl	72.07	11.73			72.75	6.18		
	>5	68.18	10.35			71.71	4.99		
Eş ile olan ilişki durumu	Çok iyi	72.15	9.70	0.481***	0.620	70.27	7.80	1.006***	0.371
	İyi	70.63	9.74			67.96	9.77		
	Orta / kötü	76.50	0.71			64.00	14.14		
Gebelik haftası	36	71.20	9.69	0.595***	0.620	69.27	8.55	0.635***	0.595
	37	73.32	8.51			69.60	9.79		
	38	73.00	6.39			74.50	6.81		
	39	68.38	14.80			67.50	6.65		
Daha önce düşük yapma durumu	Evet	69.67	12.73	-0.904**	0.369	74.25	4.46	1.713**	0.091
	Hayır	72.16	8.73			68.84	8.76		
Planlı gebelik	Evet	71.71	9.80	0.091**	0.927	69.07	8.64	-1.474**	0.145
	Hayır	71.33	7.20			75.50	3.87		
Alınan doğum öncesi bakım sayısı	Hiç	73.71	7.61	3.620***	0.010*	69.13	9.25	0.433***	0.777
	Sadece 1 kez	64.78	9.92		1>2	69.33	10.30		

Tablo 4.5. (Devam) Evcil Hayvanı Olan ve Olmayan Gebelerin Sosyodemografik Özelliklerine Göre Prenatal Bağlanma Envanteri Puanlarının Karşılaştırılması

	2-4 kez	67.25	6.84			70.25	6.93		
	5-7 kez	63.50	19.74			72.57	2.70		
	≥8 kez	75.33	10.61			67.00	8.73		
Planlanan doğum şekli	Vajinal doğum	70.51	10.22	-1.409**	0.163	68.52	8.31	-1.286**	0.202
	Sezaryen doğum	73.66	8.20			71.15	8.95		
Doğum sonrası sosyal destek varlığı	Evet	71.06	10.13	-1.117**	0.267	69.49	8.10	0.268**	0.790
	Hayır	74.06	6.85			68.63	12.61		

*p<0.05, ** Independent Samples T Test ***Tek yönlü varyans analizi **** Bonferroni

Evcil hayvanı olan ve olmayan primipar gebelerin sosyodemografik özelliklerine göre prenatal bağlanma envanteri puanlarının karşılaştırılmasına yönelik dağılım tablo 4.5.'te verilmiştir. Evcil hayvanı olan primipar gebelerin aile tipine göre prenatal bağlanma envanteri puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu saptanmıştır ($p<0.05$). Çekirdek aile tipine sahip olan primipar gebelerin prenatal bağlanma envanteri puan ortalamalarının (72.24 ± 8.83), geniş aile tipine sahip olan primipar gebelerin puan ortalamalarına (50.50 ± 17.68) göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Evcil hayvanı olan primipar gebelerin alınan doğum öncesi bakım sayısına göre prenatal bağlanma envanteri puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu saptanmıştır ($p<0.05$). Hiç doğum öncesi bakım almayan primipar gebelerin prenatal bağlanma envanteri puan ortalamaları sadece bir kez doğum öncesi bakım alan primipar gebelerin puan ortalamalarına göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bununla birlikte evcil hayvana sahip olan ve olmayan primipar gebeler arasında yaş, eğitim durumu, yaşanılan yer, eş ile ilişki durumu, gebelik haftası, daha önce düşük yapma durumu, planlanan doğum şekli ve doğum sonrasında sosyal destek varlığı açısından istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmamıştır ($p>0.05$).

Tablo 4.6. Evcil Hayvana Sahip Olan Primipar Gebelerin Evcil Hayvan Özelliklerine Göre Prenatal Bağlanma Envanteri Puanlarının Karşılaştırılması (n:78)

Değişken		$\bar{X}$	SS	Test Değeri	p
Evcil hayvan türü	Kedi	72.23	8.23	0.959**	0.340
	Köpek	71.67	13.69	-0.004**	0.997
	Kuş	71.73	14.21	0.018**	0.986
	Diğer	68.00	10.02	-0.886**	0.378
Evcil hayvan sayısı	Bir	72.16	9.86	0.165***	0.920
	İki	70.17	9.18		
	Üç	70.91	9.38		
	Dört ve üzeri	72.17	10.57		
Evcil hayvanla birlikte yaşama süresi	≤1 yıl	70.45	11.79	1.443***	0.228
	2 yıl	68.95	10.83		
	3 yıl	69.57	8.86		
	4 yıl	74.31	5.60		
	≥5 yıl	74.85	9.01		
Evcil hayvanın bakımını üstlenen kişi	Kendim	71.38	9.54	-0.647**	0.519
	Eş	73.04	8.09	1.648**	0.103
	Ebeveyn	72.00	3.46	0.059**	0.953
	Diğer	84.00	-	1.299**	0.198
Evcil hayvanla fiziksel temasta bulunma durumu	Hiç	56.00	1.41	1.897***	0.120
	Kısmen	75.00	12.73		
	Ara ara	69.38	14.68		
	Sık sık	69.70	7.44		
	Her zaman	72.80	8.78		

Tablo 4.6. (Devam) Evcil Hayvana Sahip Olan Primipar Gebelerin Evcil Hayvan Özelliklerine Göre Prenatal Bağlanma Envanteri Puanlarının Karşılaştırılması (n:78)

Evcil hayvanla gece beraber uyuma durumu	Hiç	72.53	9.58	0.557***	0.694
	Kısmen	63.67	22.28		
	Ara ara	72.08	7.54		
	Sık sık	72.20	8.26		
	Her zaman	71.64	9.69		

*p<0.05, **Tek yönlü varyans analizi

Evcil hayvana sahip olan primipar gebelerin evcil hayvan özelliklerine göre prenatal bağlanma envanteri puanlarının karşılaştırılması yönelik tablo 4.6.' da verilmiştir. Evcil hayvan türü, evcil hayvan sayısı, evcil hayvanla birlikte yaşama süresi, evcil hayvanın bakımını üstlenen kişi, fiziksel temas durumu ve birlikte uyuma durumuna göre prenatal bağlanma puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmamıştır ($p>0.05$). Bununla birlikte, evcil hayvanıyla beş yıl ve üzeri süredir yaşayan ($\bar{X}=74.85\pm9.01$) ve evcil hayvanının bakımını eşi yapan ($\bar{X}=73.04\pm8.09$) primipar gebelerin prenatal bağlanma düzeyi puan ortalaması diğer gruplara kıyasla daha yüksektir. Ayrıca, evcil hayvanıyla her zaman fiziksel temas halinde olan primipar gebelerin ($\bar{X}=72.80\pm8.78$) bağlanma puan ortalamaları daha yüksek bulunmuştur.



Tablo 4.7. Evcil Hayvanı Olan ve Olmayan Primipar Gebelerin Sosyodemografik Özelliklerine Göre Doğum Öncesi Algılanan Stres Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması

Değişkenler		Evcil Hayvanı Olan				Evcil Hayvanı Olmayan			
		$\bar{X}$	SS	Test Değeri	p	$\bar{X}$	SS	Test Değeri	p
Yaş	≤29 yaş	2.49	0.88	-0.472**	0.638	2.49	0.83	0.722**	0.473
	>29 yaş	2.59	0.86			2.35	0.78		
Eğitim durumu	İlköğretim	3.58	1.01	1.719***	0.170	1.92	-	1.344***	0.267
	Lise	2.44	1.06			2.27	1.14		
	Üniversite	2.53	0.81			2.55	0.70		
	Lisansüstü	2.31	0.67			2.11	0.72		
Eş eğitim durumu	İlköğretim	3.13	1.24	1.921***	0.134	1.92	0.35	1.024***	0.387
	Lise	2.73	0.90			2.39	0.92		
	Üniversite	2.35	0.78			2.50	0.75		
	Lisansüstü	2.48	0.81			1.67	0.94		
Çalışma durumu	Evet	2.62	0.81	0.959**	0.341	2.33	0.65	-0.938**	0.351
	Hayır	2.43	0.93			2.50	0.90		
Eş çalışma durumu	Evet	2.54	0.87	-	-	2.45	0.80	1.600**	0.114
	Hayır	-	-			1.54	0.29		
Yaşanılan yer	Köy / kasaba	1.57	0.36	3.985***	0.023* 3>1	2.92	1.77	1.375***	0.259
	İlçe	2.42	0.64			2.19	0.56		
	İl	2.64	0.89			2.49	0.83		

Tablo 4.7. (Devam) Evcil Hayvanı Olan ve Olmayan Primipar Gebelerin Sosyodemografik Özelliklerine Göre Doğum Öncesi Algılanan Stres Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması

Aile tipi	Çekirdek	2.57	0.85	1.953**	0.054	2.44	0.81	0.765**	0.447
	Geniş	1.38	0.53			2.00	0.12		
Aile gelir durumu	Gelir=Gider	2.52	0.88	0.236***	0.790	2.46	0.79	1.329***	0.271
	Gelir>Gider	2.50	0.80			2.52	0.82		
	Gelir< Gider	2.72	1.03			2.00	0.79		
Evlilik süresi	<1 yıl	1.88	1.24	3.226***	0.007* 1>4	2.25	1.11	1.102***	0.370
	1 yıl	3.27	0.98			2.58	0.78		
	2 yıl	2.29	0.64			2.57	0.87		
	3 yıl	2.40	0.91			2.16	0.50		
	4 yıl	1.97	0.82			2.45	1.04		
	5 yıl	2.82	0.68			1.79	0.68		
	>5 yıl	2.82	0.84			2.70	0.63		
Eş ile olan ilişki durumu	Çok iyi	2.36	0.92	5.132***	0.008* 3>1	2.34	0.81	1.054***	0.353
	İyi	2.71	0.67			2.63	0.79		
	Orta / kötü	4.04	0.29			2.50	0.71		
Gebelik haftası	36	2.46	0.81	2.320***	0.082	2.45	0.77	1.183***	0.322
	37	2.35	0.79			2.61	0.96		
	38	3.14	0.92			1.92	0.25		
	39	2.51	1.02			2.19	0.67		
Daha önce düşük yapma durumu	Evet	2.46	0.83	-0.367**	0.715	2.24	1.01	-0.707**	0.482
	Hayır	2.55	0.88			2.45	0.78		
Planlı gebelik	Evet	2.50	0.87	-1.124**	0.264	2.40	0.77	-1.576**	0.119
	Hayır	2.92	0.78			3.04	1.30		
Alınan doğum öncesi bakım sayısı	Hiç	2.57	0.87	0.298***	0.878	2.52	0.91	1.268***	0.290
	Sadece 1 kez	2.67	1.17			2.08	0.63		
	2-4 kez	2.56	0.46			2.65	0.69		

Tablo 4.7. (Devam) Evcil Hayvanı Olan ve Olmayan Primipar Gebelerin Sosyodemografik Özelliklerine Göre Doğum Öncesi Algılanan Stres Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması

	5-7 kez	2.40	1.43						
	≥8 kez	2.27	0.58						
Planlanan doğum şekli	Vajinal doğum	2.56	0.91	0.342**	0.733	2.46	0.80	0.380**	0.705
	Sezaryen doğum	2.49	0.80			2.38	0.83		
Doğum sonrası sosyal destek varlığı	Evet	2.54	0.81	0.101**	0.920	2.43	0.79	-0.102**	0.919
	Hayır	2.52	1.08			2.46	0.97		

*p<0.05, ** Independent Samples T Test, ***Tek yönlü varyans analizi **** Bonferroni

Evcil Hayvanı olan ve olmayan primipar gebelerin sosyodemografik özelliklerine göre prenatal bağlanma envanteri puanlarının karşılaştırılması tablo 4.5.' te verilmiştir.

Evcil hayvanı olan primipar gebelerde yaşanan yer ($p=0.023$), evlilik süresi ($p=0.007$) ve eş ile olan ilişki durumu ($p=0.008$) değişkenlerine göre doğum öncesi algılanan stres düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur. Buna göre; il merkezinde yaşayan gebelerin ($\bar{X}=2.64\pm0.89$) kırsal bölgede (köy/kasaba) yaşayanlara ($\bar{X}=1.57\pm0.36$) göre daha yüksek stres düzeyine sahip oldukları saptanmıştır. Ayrıca, evlilik süresi 1 yıl olan katılımcıların ($\bar{X}=3.27\pm0.98$) stres düzeylerinin daha yüksek olduğu, evlilik süresi arttıkça stres düzeyinin azalma eğiliminde olduğu görülmüştür. Eşiyle ilişkisini orta veya kötü olarak tanımlayan gebelerin ($\bar{X}=4.04\pm0.29$) stres düzeyleri ise “çok iyi” ilişkisi olanlara ($\bar{X}=2.36\pm0.92$) kıyasla anlamlı derecede yüksek bulunmuştur.

Evcil hayvana sahip olan primipar gebelerde yaş, eğitim durumu, çalışma durumu, aile tipi, gelir durumu, gebelik haftası, gebeliğin planlı olma durumu, alınan doğum öncesi bakım sayısı, planlanan doğum şekli ve doğum sonrası sosyal destek varlığına göre Doğum Öncesi Algılanan Stres Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmamıştır ($p>0.05$). Evcil hayvanı olmayan primipar gebelerde ise sosyodemografik değişkenlerin tümü ile doğum öncesi algılanan stres düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmamıştır ($p>0.05$). Bununla birlikte; plansız gebeliği olan ($\bar{X}=3.04\pm1.30$) ve gelir düzeyi yüksek ($\bar{X}=2.00\pm0.79$) olan evcil hayvanı olmayan primipar gebelerin stres düzeylerinin diğer gruplara göre daha yüksek olduğu gözlenmiştir.

Tablo 4.8. Evcil Hayvana Sahip Olan Primipar Gebelerin Evcil Hayvan Özelliklerine Göre Doğum Öncesi Algılanan Stres Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması

Değişkenler			$\bar{X}$	SS	Test Değeri	p
Evcil hayvan türü	Kedi	Evet	2.69	0.86	3.060**	0.003*
		Hayır	2.00	0.69		
	Köpek	Evet	2.19	1.10	-1.259**	0.212
		Hayır	2.58	0.83		
	Kuş	Evet	2.11	0.72	-1.798**	0.076
		Hayır	2.61	0.87		
	Diğer	Evet	2.10	0.47	-1.164**	0.248
		Hayır	2.57	0.88		
Evcil hayvan sayısı	Bir	2.65	0.89	1.481***	0.227	
	İki	2.51	0.97			
	Üç	2.05	0.55			
	Dört ve üzeri	2.50	0.77			
Evcil hayvanla birlikte yaşama süresi	≤1 yıl	2.52	0.95	0.456***	0.768	
	2 yıl	2.50	0.85			
	3 yıl	2.49	0.84			
	4 yıl	2.83	0.91			
	≥5 yıl	2.43	0.88			
Evcil hayvanın bakımını üstlenen kişi	Kendim	Evet	2.57	0.90	0.785**	0.435
		Hayır	2.35	0.68		
	Eş	Evet	2.45	0.75	-1.191**	0.237
		Hayır	2.69	1.03		
	Ebeveyn	Evet	2.81	0.84	0.548**	0.585
		Hayır	2.52	0.87		
	Diğer	Evet	1.83	-	-0.814**	0.418
		Hayır	2.54	0.87		
Evcil hayvanla fiziksel temasta bulunma durumu	Hiç	1.83	0.24	0.438***	0.781	
	Kısmen	2.42	0.82			
	Ara ara	2.45	1.19			
	Sık sık	2.70	0.84			
	Her zaman	2.55	0.85			
Evcil hayvanla gece beraber uyuma durumu	Hiç	2.23	0.67	1.444***	0.228	
	Kısmen	2.22	1.06			
	Ara ara	2.83	0.97			
	Sık sık	2.83	0.86			
	Her zaman	2.46	0.87			

*p<0.05, ** Independent Samples T Test, ***Tek yönlü varyans analizi

Evcil hayvana sahip olan primipar gebelerin evcil hayvan özelliklerine göre Doğum Öncesi Algılanan Stres Ölçeği puanlarının karşılaştırılması tablo 4.8.' de verilmiştir. Evcil hayvanı olan primipar gebelerin evcil hayvan türü kedi olma durumuna göre doğum öncesi algılanan stres ölçeği puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu saptanmıştır ($p<0.05$). Evcil hayvanı kedi olan primipar gebelerin doğum öncesi algılanan stres ölçeği puan ortalaması (2.69 ± 0.86), evcil hayvanı kedi olmayan primipar gebelerin puan ortalamasına (2.00 ± 0.69) göre daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Tablo 4.9. Evcil Hayvana Sahip Olan ve Olmayan Primipar Gebelerin Prenatal Bağlanma Envanteri ile Doğum Öncesi Algılanan Stres Ölçeği ve Alt Boyutları Arasındaki İlişki

Grup	Değişken	Prenatal Bağlanma Envanteri	
		r	p
Evcil Hayvan Olan	Medikal ve Obstetrik Riskler / Fetal Sağlık	0.135	0.238
	Gebelik Esnasındaki Psikososyal Değişiklikler	0.169	0.140
	Doğum Beklentisi	0.141	0.218
	Doğum Öncesi Algılanan Stres Ölçeği	0.167	0.144
Evcil Hayvan Olmayan	Medikal ve Obstetrik Riskler / Fetal Sağlık	0.195	0.088
	Gebelik Esnasındaki Psikososyal Değişiklikler	0.127	0.269
	Doğum Beklentisi	-0.073	0.525
	Doğum Öncesi Algılanan Stres Ölçeği	0.078	0.498

*Pearson Korelasyon Analizi

Evcil hayvana sahip olan ve olmayan primipar gebelerin prenatal bağlanma envanteri ile doğum öncesi algılanan stres ölçeği ve alt boyutları arasındaki ilişki tablo 4.9.'da verilmiştir. Evcil hayvanı olan ve olmayan primipar gebelerin prenatal bağlanma envanteri ile doğum öncesi algılanan stres ölçeği ve alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı saptanmıştır ($p>0.05$). Evcil hayvanı olan primipar gebelerde prenatal bağlanma ile medikal ve obstetrik riskler/fetal sağlık ($r=0.135$; $p=0.238$), gebelik esnasındaki psikososyal değişiklikler ($r=0.169$; $p=0.140$), doğum beklentisi ($r=0.141$; $p=0.218$) ve doğum öncesi algılanan stres toplam puanı ($r=0.167$; $p=0.144$) arasında pozitif yönde ancak istatistiksel olarak anlamlı olmayan ilişki olduğu bulunmuştur ($p>0.05$).

Evcil hayvanı olmayan primipar gebelerde de benzer şekilde, prenatal bağlanma ile medikal ve obstetrik riskler/fetal sağlık ($r=0.195$; $p=0.088$), gebelik esnasındaki psikososyal değişiklikler ($r=0.127$; $p=0.269$) ve doğum öncesi algılanan stres toplam puanı ($r=0.078$; $p=0.498$) arasında pozitif yönde, doğum beklentisi ($r=-0.073$; $p=0.525$) değişkeniyle ise negatif yönde, ancak istatistiksel olarak anlamlı olmayan ilişki olduğu bulunmuştur ($p>0.05$).



5.TARTIŞMA

Bu araştırma, evcil hayvana sahip olan ve olmayan primipar gebelerin prenatal bağlanma ve prenatal stres düzeylerini belirlemek amacıyla yapılmıştır. Araştırmadan elde edilen bulgular, mevcut literatür çerçevesinde değerlendirilerek ve alan yazındaki benzer ulusal ve uluslararası çalışmalarla karşılaştırmalı olarak 2 başlık altında tartışılmıştır.

5.1. Evcil Hayvana Sahip Olan ve Olmayan Primipar Gebelerde Prenatal Bağlanma ve Prenatal Stresin Sosyodemografik Özelliklere Göre Tartışılması

Gebelik, kadın bedeninde meydana gelen anatomik ve fizyolojik değişimlerin yanı sıra, ruhsal uyum süreçlerini de kapsayan çok boyutlu bir yaşam evresidir. Bu sürecin sağlıklı bir şekilde sürdürülebilmesinde ekonomik durum, aile yapısı, eş desteği, gebeliğin planlı olması ve bebeğin cinsiyetinin istenilen şekilde olması gibi çeşitli faktörler belirleyici rol oynamaktadır. Söz konusu faktörler, annenin doğum öncesi dönemde bebeğine bağlanma düzeyini ve gebelik sürecindeki stres düzeyini doğrudan etkileyebilmektedir (Dereli Yılmaz ve Beji, 2013; Badem & Zeyneloğlu, 2021; Wendland ve ark., 2023). Hassan ve Hassan (2017) tarafından sağlıklı gebeler üzerinde yürütülen bir çalışmada, prenatal bağlanma düzeylerinin kadınların yaşının, gebelik sayısının ve mevcut çocuk sayısının artmasıyla birlikte azalma eğiliminde olduğu belirlenmiştir. Benzer şekilde, literatürde anne yaşının ve çoğul gebelik durumlarının depresif semptomların şiddetini artırdığı; bu durumun ise prenatal bağlanma düzeyini olumsuz yönde etkilediğini gösteren araştırmalar bulunmaktadır (Badem & Zeyneloğlu, 2021; Wendland ve ark., 2023;). Elde edilen sonuçlar, genç annelerin ve ilk gebeliği olan kadınların gebeliğe yönelik daha fazla istek ve ilgi gösterdiklerini ve bu durumun prenatal bağlanma düzeylerinin daha yüksek olmasına katkı sağladığını düşündürmektedir. Bizim çalışmamızda evcil hayvanı olan ve olmayan gebeler arasında yaş, eğitim durumu, gelir düzeyi, yaşanılan yer ve evlilik durumu gibi faktörlerin prenatal bağlanma üzerine bir etkisi olmadığı bulunmuştur.

Çalışmamızda evcil hayvanı olan primipar gebelerin aile tipine göre PBE puanları arasında anlamlı bir fark olduğu görülmektedir ($p<0.05$). Çekirdek aile yapısına sahip olan katılımcıların geniş aile yapısına sahip olan katılımcılara göre, PBE puanlarının daha fazla olduğu belirlenmiştir. Gebelik döneminde eşin ve aile üyelerinin gebe kadına destek vermesi, gebeliğin sağlıklı bir şekilde sürdürülmesi açısından önemlidir (Badem ve Zeyneloğlu, 2021; Teskereci ve ark., 2022). Çalışmamızın verileri değerlendirildiğinde, evcil hayvana sahip ve çekirdek aile yapısında olan primipar gebelerin PBE puanlarının daha yüksek olmasının, evcil hayvanların sosyal destek unsuru olarak algılanmasından veya bu gebelerin eş desteğinin yeterli düzeyde olmasından kaynaklanabileceği düşünülmektedir. Sağlıklı gebelerle yapılan çalışmalarda sosyal destek algısı arttıkça prenatal bağlanmanın da artış göstermesi dikkat çekici bir bulgudur. Daha önce yapılan birçok araştırmada sosyal desteğin, gebelerin psikolojik iyilik halini ve anne-fetus bağına güçlendirdiği ortaya koymuştur (Aksoy ve ark, 2020; Badem ve Zeyneloğlu, 2021; Şanlı ve Akbağ, 2022). Sosyal destek, annenin yalnızlık duygusunu azaltarak stresle başa çıkma becerilerini artırmakta ve annelik rolünü benimsemesini kolaylaştırmaktadır (Şanlı ve Akbağ, 2022). Çalışmamızdan farklı olarak Turan ve ark. (2020)'nın yaptığı çalışmada ise; sosyal destek algısı yüksek olan kadınların prenatal bağlanma düzeylerinin daha düşük olduğu ve gebelik döneminde hormonlara bağlı olarak duygusal değişimlerin yaşandığı, sosyal destek algısının değişebildiği gösterilmiştir. Bu sonuçlara göre gebelik döneminde eşin, aile üyelerinin veya sosyal destek olarak algılanan evcil hayvanların gebe kadına destek vermesi gebeliğin sağlıklı şekilde sürdürülmesine katkı sağlamaktadır.

Gebelik sürecinde prenatal bağlanma düzeyi gebelerin doğum öncesi izlem sayısını, danışmanlık/egitim alma durumunu ve gerekli tarama testlerinin yapılmasını etkileyen bir faktördür. Yapılan çalışmalarda daha az doğum öncesi izlem ve bakım alan, danışmanlık/egitim almayan ve gerekli tarama testlerini yaptırmayan gebelerde prenatal bağlanma düzeylerinin düşük olduğu bulunmuştur (Alan Dikmen ve Çankaya, 2018; Karabulutlu ve ark., 2020). Bu çalışmada evcil hayvanı olan primipar gebelerin alınan doğum öncesi bakım sayısına göre PBE puanları arasında anlamlı bir fark olduğu görülmektedir ($p<0.05$). Alınan doğum öncesi bakım sayısına bakıldığında; doğum öncesi hiç bakım almayan primipar gebelerin prenatal bağlanma envanteri puanının sadece bir kez doğum öncesi bakım alan primipar gebelere göre daha yüksek olduğu saptanmıştır. Bu sonuç, doğum öncesi bakım alma sayısı az olsa bile evcil hayvanı olan primipar

gebelerin duygusal olarak bebeklerine daha fazla bağlanmış olabileceğini göstermektedir. Bir başka açıdan baktığımızda ise; bir kez bakım alınması niceliksel anlam taşısa da niteliksel olarak (yeterli bilgi, duygusal destek vs.) bu bakımın bağlanmayı destekleyici etkisi olmamış olabileceği söylenebilir.

Gebelik dönemi anne adaylarının fizyolojik, psikolojik ve sosyal açıdan kapsamlı değişimlere maruz kaldığı; hormonal dalgalanmalar, çevresel faktörler ve bireysel özelliklerin bu süreçte stres düzeylerini doğrudan etkilediği kritik bir dönemdir. Prenatal stres, yalnızca annenin psikolojik iyi oluşunu değil, aynı zamanda fetüsün sağlıklı gelişimini de önemli ölçüde etkileyen bir değişkendir (Karataş Baran ve ark., 2020). Literatürde, anne adaylarının yaş, eğitim düzeyi, gelir durumu, çalışma durumu ve yaşanılan yer gibi sosyodemografik özelliklerinin yanı sıra; gebelik haftası, gebelik sayısı, gebeliğin planlanma durumu ve gebelik sürecinde yaşanan sağlık sorunları gibi obstetrik faktörlerin de prenatal stres düzeyleri üzerinde belirleyici olduğu bildirilmektedir (Çapık, 2015; Yüksel, 2014). Çalışmamızda, evcil hayvanı olan primipar gebelerin yaşanılan yere göre doğum öncesi algılanan stres ölçeği puanı arasında anlamlı bir fark olduğu bulunmuştur ($p < 0.05$). İl merkezinde yaşayan primipar gebelerin doğum öncesi algılanan stres ölçeği puanlarının, kırsalda yaşayan primipar gebelere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Sağlıklı gebelerde yapılan çalışmalarda da benzer sonuçlar elde edilmiş olup kentsel bölgede yaşayan gebeler kırsal bölgedekilere kıyasla daha yüksek stres algısı bildirmişlerdir (Zust ve ark., 2010; Yılmaz ve ark., 2021). Kentsel bölgelerde yaşayan gebelerin daha yüksek stres yaşamalarında yoğun nüfus, çevresel gürültü, trafik ve sosyal izolasyon gibi faktörlerin etkili olabileceği düşünülmektedir. Bu faktörlere ek olarak, evcil hayvana sahip olan gebelerde hayvan bakımına ilişkin sorumlulukların da yüklenmesi, stres düzeyinin artmasında önemli bir yordayıcı rol oynayabilir. Aynı zamanda gebeler, özellikle şehirde veteriner kontrolleri, zoonotik hastalık riski ya da hayvan tüyü/hijyen konularında daha fazla kaygı duyabilir (Matsumura ve ark., 2022). Bu durum çalışmamıza katılan ve kentsel bölgede yaşayan gebelerin stres düzeylerinin yüksek olmasının nedeni olabilir. Dolayısıyla, yaşanılan yerin sosyoekonomik ve kültürel özellikleri gebelikte stresin önemli belirleyicileri arasında yer almakta; bu durum anne-fetus sağlığı açısından dikkate alınması gereken bir unsur olarak öne çıkmaktadır. Literatürdeki çalışmaların aksine kırsal bölgede yaşayan sağlıklı gebelerin kentsel bölgelerde yaşayan gebelere göre daha yüksek stres düzeyine

sahip olduğunu belirten çalışmalar da mevcuttur (Yang ve ark., 2015; Deshpande ve ark., 2024).

Çalışmamızda evcil hayvanı olan primipar gebelerin evlilik süresine göre doğum öncesi algılanan stres ölçeği puanları arasında anlamlı bir fark olduğu saptanmıştır ($p<0.05$). Yapılan çalışmalarda evlilik süresinin doğum öncesi stresi etkilemediği bulunmuştur (Sis çelik ve Atasever, 2020; Aslan Çakır ve Fışkın Siyahtaş, 2025). Fakat evlilik doyumunun prenatal stresi etkilediğini gösteren çalışmalar mevcuttur (Binici ve Tuncer, 2020; Coşkun ve ark., 2020). Evlilik süresi ve eş uyumunun, gebelik döneminde eş desteğinin yeterli olmasını ve anne adayının sosyal destek ihtiyacının karşılanmasını kolaylaştırarak stres düzeyinin azalmasına katkı sağladığı düşünülmektedir. (Binici ve Tuncer, 2020; Güner, 2023). Çalışmamızda evlilik süresi bir yıl olan ve evcil hayvana sahip primipar gebelerin DÖASÖ puanlarının daha yüksek olmasının nedeni, evliliğin ilk yılının çiftlerin birbirleriyle uyum sağlama ve iletişim kalıplarını oluşturma sürecinde olması olabilir; bu durum gebelikte stres düzeyinin artmasına yol açabilmektedir. Bu dönemde sosyal destek algısı hâlâ sınırlı olabilir ve evcil hayvana sahip gebeler, bakım sorumlulukları ile yeni yaşam düzenlemelerini birlikte yönetmek zorunda oldukları için ek stres yükü yaşayabilmektedir. Dolayısıyla kısa evlilik süresi, özellikle ilk gebeliklerde prenatal stresi artıran bir risk faktörü olarak değerlendirilebilir.

Çalışmamızda evcil hayvanı kedi olan primipar gebelerin DÖASÖ puanları $2,69\pm0,89$ olup, evcil hayvan sahibi olmayan gebelere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Literatür incelendiğinde benzer sonuçlar elde edilmiştir. Weng ve Ankrom (2016), evcil hayvan temasının gebeler ve yeni annelerde sağlık sonuçları üzerindeki etkilerini incelemiştir. Çalışma bulguları, evcil hayvan sahiplerinin gebelik süresince belirli durumlara karşı stres düzeylerinin daha yüksek olabileceğini göstermektedir. Özellikle kedi sahipleri, köpek sahiplerine kıyasla hem kendi sağlıkları hem de bebeklerinin veya doğmamış çocuklarının bir hastalık edinmesi veya evcil hayvan nedeniyle yaralanma riski konusunda daha yüksek anksiyete ve stres yaşamakta olduğu bulunmuştur. Matsumura ve ark. (2022) yaptığı çalışmada da benzer sonuçlar görülmektedir. Çalışmaya göre köpek sahibi olmak anne ruh sağlığı sorunları için koruyucu bir faktör iken, kedi sahibi olmak bir risk faktörü olarak belirlenmiştir.

5.2. Evcil Hayvana Sahip Olan ve Olmayan Primipar Gebelerde Prenatal Bağlanma ve Prenatal Stres Arasındaki İlişkinin Tartışılması

Çalışmamızda evcil hayvana sahip olan ve olmayan primipar gebelerin prenatal bağlanma düzeyleri arasında anlamlı bir fark saptanmamıştır. Bununla birlikte, her iki grubun da prenatal bağlanma puanlarının yüksek düzeyde bulunması, örneklemdaki primipar gebelerin genel olarak gebeliklerine karşı olumlu bir duygusal bağ geliştirdiklerini göstermektedir. Literatürde evcil hayvan ile prenatal bağlanma düzeyini inceleyen uluslararası ve ulusal çalışma bulunmamakla birlikte evcil hayvanlar ile yapılan çalışmalar yaşlılar, otizmlili spektrumlu çocuklar ve kronik hastalığa sahip bireylere odaklanmaktadır (Wright ve ark, 2015; Tapper, 2022; Li ve ark., 2023; Zablan, 2024; Rostekova, 2025). Bu durum, gebelik döneminde evcil hayvanların duygusal destek sağlayıcı rolünün yeterince araştırılmadığını göstermektedir.

İnsan-hayvan etkileşimi (İHE), doğum öncesi dönemde anne adaylarının ruh sağlığı üzerinde potansiyel etkiler yaratabilecek bir sosyal destek ve stres azaltma kaynağı olarak değerlendirilmektedir. McDonald ve arkadaşlarının (2021) anlatımsal incelemesine göre, evcil hayvanlarla kurulan duygusal etkileşimlerin, bireylerin bakım verme davranışları ve annelik rolleriyle ilişkili bilişsel süreçleri etkilediği literatürde giderek daha fazla vurgulanmaktadır (Çaya, 2015). Temesi ve ark. (2022)'nin yaptığı çalışmanın bulguları, kadınların annelik ve evcil hayvan sahipliğine ilişkin bilişsel temsilleri arasında anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir. Kadınların çocukları ve evcil hayvanlarını aile içinde benzer roller üstlenen bireyler olarak algılayabildikleri ve bu algının güçlü duygusal bağların gelişmesine aracılık ettiği söylenebilir. Bu durum, Serpell'in (2002) ortaya koyduğu üzere, anne-bebek ilişkisine benzer biçimde sahip-hayvan arasında da bağ kurulabileceğini desteklemektedir. Ayrıca hem çocuğa hem de evcil hayvana bakım sorumluluğu üstlenen annelerin, bakım yükünü benzer şekilde algılamaları nedeniyle anneliği daha zorlayıcı ve külfetli olarak deneyimleyebilecekleri öne sürülmektedir. Çalışmamızdaki kedi sahipleri primipar gebelerin stres düzeylerinin daha yüksek olması evcil hayvan bakımının bebek bakımı ile özdeşleştirmelerinden kaynaklandığı düşünülebilir.

Matsumura ve ark. (2022) ülke çapındaki doğum kohortuna katılan 80.000'den fazla anneden oluşan bir örnekleme yaptıkları çalışma bulguları, evcil hayvan sahipliğinin prenatal ve doğum sonrası psikolojik sağlık üzerinde türüne bağlı etkileri olduğunu göstermektedir. Köpek sahipliği, gebeliğin ilk ayında ve doğum sonrası altıncı ayında depresif semptom riskinin azalmasıyla, doğum sonrası on ikinci ayında ise psikolojik sıkıntı ile ilişkili olarak daha düşük riskle bağlantılı bulunmuştur. Buna karşılık, kedi sahipliği doğum sonrası altıncı ayda depresif semptom riskinin artmasıyla ve ikinci/üçüncü trimesterde psikolojik sıkıntı ile ilişkili olarak artmış riskle bağlantılı bulunmuştur. Ayrıca hem kedi hem de köpek sahibi olmak, gebeliğin ikinci ve üçüncü trimesterinde psikolojik sıkıntı riskinin artmasıyla ilişkilendirilmiştir. Bu bulgular, evcil hayvan türüne göre gebelerde stres ve depresyon düzeylerinin değişebileceğini göstermektedir. Çalışmamızda, literatürdeki benzer bulgularla uyumlu olarak, evcil hayvanı kedi olan gebelerin stres düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Toksoplazma gondii enfeksiyonu gebeliği riske atabilen bir enfeksiyon türüdür. Bu enfeksiyon gebelikte düşük, konjenital anomaliler ve beyin gelişim bozuklukları gibi ciddi sonuçlara yol açabilen önemli bir sağlık sorunudur (Matsumura ve ark., 2022). Bu bağlamda, evcil hayvan sahipliğinin olası riskleri de araştırmalarda dikkat çekmektedir. Weng ve Ankrom (2016) yaptıkları çalışmada evcil hayvan sahiplerinin, evcil hayvanı olmayanlara kıyasla, kendilerinin ya da bebeklerinin bir hastalık veya yaralanmaya maruz kalma olasılığı konusunda daha az kaygı duydukları belirlenmiştir. Ancak kedi sahiplerinin, köpek sahiplerine göre hem kendileri hem de bebekleri açısından hastalık ve yaralanma riskine ilişkin daha yüksek düzeyde stres yaşadıkları görülmüştür. Genel olarak kedi sahipleri duyarlılık ve şiddet algısı açısından köpek sahiplerinden daha yüksek puan almıştır. Bu durum gebelerin stres düzeyinin daha yüksek çıkmasına sebep olmuştur ve çalışmamızın sonuçlarıyla benzerlik göstermektedir. Adhikari ve arkadaşlarının (2019) 18 yıllık izlem sürecinde 13.725 yetişkin üzerinde gerçekleştirdikleri çalışmada, kedisi olan kadınlarda akciğer kanserine bağlı ölüm oranının, evcil hayvanı olmayan kadınlara göre 2,85 kat daha yüksek olduğu saptanmıştır. Buna karşılık risk, köpek sahiplerinde 1,01 kat, kuş sahiplerinde ise 2,67 kat olarak bulunmuştur. Araştırmacılar bu farkın, kedilerin ve kuşların tüy liflerinin köpeklere kıyasla daha ince olmasından kaynaklanabileceğini öne sürmektedir. Dolayısıyla, özellikle kedi sahipliğinin, köpek sahipliğine ya da evcil hayvan sahibi olmamaya kıyasla

daha yüksek sağlık riski barındırabileceği düşünölmektedir. Bu durum, evcil hayvan bakımının ve potansiyel risklerinin, özellikle kedi sahiplerinde prenatal stres düzeyini artıran bir faktör olabileceğini ortaya koymaktadır.

Prenatal dönemde evcil hayvan sahipliği ile ilgili çalışmalar oldukça sınırlıdır. Çağan ve ark. (2024) yaptıkları araştırmada, evcil hayvan sahibi olan ve olmayan gebeler karşılaştırılmış; maternal bağlanma ölçeğinden elde edilen puanlar değerlendirilmiştir. Bulgular, evcil hayvan sahibi gebelerin maternal bağlanma düzeylerinin daha yüksek olduğunu göstermiştir. Bu durum, evcil hayvanların gebeler için sosyal destek kaynağı olabileceği, duygusal yakınlık ve sorumluluk duygusu geliştirerek anne-bebek bağına olumlu katkı sağlayabileceği şeklinde yorumlanmıştır.

Mevcut bulgular evcil hayvan sahipliğinin gebelik sürecinde anne adaylarının prenatal bağlanma ve psikolojik sağlık düzeyleri üzerinde potansiyel etkiler yaratabileceğini göstermesine rağmen hem ulusal hem de uluslararası literatürde bu konuyu doğrudan ele alan çalışmaların sayısı oldukça sınırlıdır. Özellikle farklı evcil hayvan türlerinin, sosyo-demografik değişkenlerin ve gebeliğın farklı trimesterlerindeki etkilerin kapsamlı biçimde incelendiği araştırmalar mevcut değıldir. Bu durum, alandaki bilgi boşluğunu ortaya koymakta ve gelecekte, evcil hayvan sahipliğinin anne ve bebek sağlığı üzerindeki rolünü daha iyi anlamaya yönelik sistematik ve çok merkezli çalışmaların yürütölmesinin önemini vurgulamaktadır.

6. SINIRLILIKLAR

Bu araştırmanın bazı sınırlılıkları bulunmaktadır. Çalışma verileri belirli bir bölgedeki gönüllü gebelerden toplanmış olup örneklemin sınırlı sayıda katılımcıdan oluşması, sonuçların genellenebilirliğini kısıtlamaktadır. Verilerin öz-bildirim yöntemiyle elde edilmesi, katılımcıların sosyal beğenirlik eğiliminden etkilenmesine ve yanıtların subjektif olmasına neden olabilir.



7. SAYILTILAR

Araştırmaya katılan gebelerin, veri toplama araçlarındaki sorulara dürüst ve içten yanıt verdikleri varsayılmıştır. Araştırmada elde edilen verilerin, çalışmanın amacı doğrultusunda prenatal bağlanma ve stres düzeylerini yansıttığı kabul edilmiştir. Çalışmada kullanılan anket formu ve ölçeklerin uygulama koşullarının (ortam, süre, açıklama vb.) tüm katılımcılar için benzer şekilde sağlandığı varsayılmıştır.



8. SONUÇ VE ÖNERİLER

Evcil hayvana sahip olmayan primipar gebelerin yaş ortalaması 28.53 ± 3.67 olup, gebelerin %59.1'i 29 yaş ve altı olduğu saptanmıştır. Evcil hayvana sahip olan gebelerin ise yaş ortalaması 28.30 ± 3.78 olup, katılımcıların %56.4'ü 29 yaş ve altındadır. Her iki grubun da eğitim seviyesi yüksektir. Evcil hayvanı olan primipar gebelerin çoğunluğu (%78.2) kedi sahibi olup, %62.8'i tek evcil hayvana sahiptir. Ayrıca evcil hayvanı olan primipar gebelerin %25.6'sının evcil hayvanla birlikte yaşama süresinin 2 yıl ile 5 yıl ve üzeri olduğu, çoğunluğunun (%84.6) evcil hayvanlarının bakımından kendisinin sorumlu olduğu bulunmuştur. Evcil hayvanı olan primipar gebelerin %71.8'i evcil hayvanlarıyla her zaman temas halinde olup; olduğu ve %42.3'ünün her zaman evcil hayvanlarıyla gece beraber uyuduğu belirlenmiştir. (Tablo 4.1)

Araştırmada evcil hayvana sahip olan primipar gebelerin prenatal bağlanma düzeyi puan ortalaması (71.68 ± 9.59) ile evcil hayvana sahip olmayan primipar gebelerin puan ortalaması (69.40 ± 8.56) arasında anlamlı bir fark saptanmamış ($p > 0.05$); ancak her iki grubun da bağlanma puanlarının yüksek düzeyde olduğu görülmüştür. (Tablo 4.6)

Çalışmada evcil hayvanı olan ve olmayan primipar gebelerin prenatal bağlanma envanteri ile doğum öncesi algılanan stres ölçeği ve alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı saptanmıştır ($p > 0.05$). Evcil hayvan sahibi olan primipar gebeler arasında çekirdek aile yapısına sahip olanların ve hiç doğum öncesi bakım almayanların prenatal bağlanma düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır. ($p < 0.05$). Ayrıca 5 yıl ve üzeri süredir evcil hayvana sahip olan ve evcil hayvan bakımını eşi yapan gebelerde prenatal bağlanma puanlarının daha yüksek olduğu görülmekle birlikte, bu farkın istatistiksel açıdan anlamlı olmadığı saptanmıştır ($p > 0.05$). (Tablo 4.9)

Prenatal stres düzeyleri incelendiğinde ise evcil hayvanı olan ve olmayan primipar gebelerin doğum öncesi stres düzeyleri “orta düzeyde” bulunmuştur ($2.42 - 2.17$). Primipar gebelerin yaşadıkları yere ve evlilik süresine göre anlamlı farklılıklar gösterdiği saptanmıştır. Kentsel bölgede yaşayan ve evliliğinin ilk yılında olan gebelerin stres düzeyleri anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur (Tablo 4.7). Ayrıca, çalışmada kedi sahiplerinin köpek sahiplerine göre daha yüksek stres düzeyine sahip olmaları dikkat

çekici bir bulgudur. Eş ilişki durumunu “çok iyi” olarak değerlendiren gebelerin stres düzeyleri daha düşük bulunmuştur (Tablo 4.7).

Bu araştırma, literatürde sınırlı sayıda ele alınmış bir alan olan insan hayvan etkileşimi konusuna gebelik psikolojisi perspektifinden ışık tutmaktadır. Bulgular, evcil hayvanların yalnızca fiziksel değil, duygusal refah açısından da önemli bir rol üstlenebileceğini; ancak bu ilişkinin tür, bağlanma biçimi ve yaşam koşulları gibi etmenlerle değişkenlik gösterebileceğini ortaya koymaktadır.

Sonuç olarak, gebelik sürecinde evcil hayvan sahipliği anne adaylarının psikolojik iyilik halini, sosyal destek algısını ve annelik rolüne hazırlık sürecini etkileyebilecek önemli bir çevresel faktör olarak değerlendirilmektedir. Elde edilen sonuç doğrultusunda;

- Gelecek araştırmalar, evcil hayvan türünde özelleşerek gebelikteki stres, anksiyete ve bağlanma düzeyleri üzerindeki etkisini değerlendirebilir.
- Uzunlamasına çalışmalar yapılarak, evcil hayvan sahipliğinin prenatal dönemin yanı sıra postpartum anne-bebek bağlanması üzerindeki etkileri değerlendirilebilir.
- Doğum öncesi eğitim programları içerisinde evcil hayvan sahipliğinin getirdiği sorumlulukların ve olası duygusal etkilerin ele alınması ile gebelerin farkındalık düzeyini artırılabilir.
- Farklı sosyoekonomik düzeylerde olan gebelerle yapılacak çok merkezli araştırmalar yapılarak bulguların genellenebilirliğini artırılabilir.

9. KAYNAKLAR

- Adhikari, A. Jacob, N. K. Hansen, A. R. Wei, Y. Snook, K. Liu, F. Zhang, J. (2019). Owning a pet and risk of death from lung cancer: Findings from an 18-year follow-up of a U.S. national cohort. *Environmental Research*, 173, 379–386. <https://doi.org/10.1016/j.envres.2019.01.037>
- Aksoy, A. Aksu, A. Vefikuluçay Yılmaz, D. Değirmenci, F. (2021). The relationship between prenatal attachment and social support levels of pregnant women in the third trimester and factors affecting this relationship. *Journal of Education and Research in Nursing*, 18(2), 138–144. <https://doi.org/10.5152/jern.2021.82173>
- Akarsu, H. R. ve Oskay, Ü. (2017). Yüksek riskli gebelerin tehlike belirtileri hakkında bilgi ve prenatal bağlanma düzeylerinin belirlenmesi. *Ege Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 33(2), 16-26.
- Alan Dikmen, H. Çankaya, S., (2018) Maternal obezitenin prenatal bağlanma üzerine etkisi. *Acıbadem Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 9:118-123
- Allen, K. M. Blascovich, J. Tomaka, J. Kelsey, R. M., (2002). Presence of human friends and pet dogs as moderators of autonomic responses to stress in women. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(4), 582–589. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.61.4.582>
- Angle, R. L., (1994). Utilization of Pet Bonding Scale to examine the relation between the human/companion animal bond and self-esteem in pre-adolescence. *Houston*, 1994.
- Askew, H. R., (1996). *Treatment of Behaviour Problems in Dogs and Cats: A Guide for the Small Animal Veterinarian*. Oxford: Blackwell Scientific Publications, p. 350. ISBN 0632041088.
- Aslan Çakır, A. Fışkın Siyahtaş, G., (2025). Gebelerde doğum öncesi algılanan stres ve annelik beklentileri arasındaki ilişkinin belirlenmesi. *JOHESAM Journal of Health Sciences and Management*, 2, 39–45. <https://doi.org/10.29228/JOHESAM.54>
- Badem, A., ve Zeyneloğlu, S., (2021). Gebelerin prenatal bağlanma düzeyleri ve etkileyen faktörlerin belirlenmesi. *KAEÜ Sağıl. Bil. Derg.*, 1(1), 37-47.
- Bakar Dertlioğlu, S. Çiçek, D. Uçak, H. Çelik, H. Halisdemir, N., (2011). Gebelikte gözlenen deri değişiklikleri ve gebelik dermatozlarının incelenmesi. *Fırat Tıp Dergisi*, 16(4), 170–174.
- Baskıcı, M. M., (1998). “Evcilleştirme tarihine kısa bir bakış”, *A.Ü.S.B.F.Dergisi*, 53(1-4), ss. 73-94.
- Badem, A ve Zeyneloğlu, S., (2021). Gebelerin prenatal bağlanma düzeyleri ve etkileyen faktörlerin belirlenmesi. *KAEÜ Sağıl. Bil. Derg.* 2021, 1(1), 37-47.
- Başak, M., D., (2024). Evcil hayvan sahiplerinde depresyon ve anksiyete bulgularının araştırılması, Tıpta uzmanlık tezi, Aile Hekimliği Kliniği, Ankara
- Bean, J. F. Vora, A. Frontera, W. R., (2004). Benefits of exercise for community-dwelling older adults. *Archives of Physical Medicine and Rehabilitation*, 85(7 Suppl. 3), S31–S42. <https://doi.org/10.1016/j.apmr.2004.03.010>
- Beetz, A. Uvnäs-Moberg, K. Julius, H. Kotrschal, K., (2012). Psychosocial and psychophysiological effects of human-animal interactions: The possible role of oxytocin. *Frontiers in Psychology*, 3, 234. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2012.00234>

- Bekmezci, H ve Özkan, H., (2016). Gebelikte psikososyal sağlık bakım, prenatal bağlanma ve ebe-hemşirenin sorumlulukları. *Uluslararası Hakemli Kadın Hastalıkları ve Anne Çocuk Sağlığı Dergisi*, 8, 50–60.
- Blades, B.S. (2006). Aurignacian Lithic Economy: Ecological Perspectives from Southwestern France, Springer Science & Business Media, NewYork.
- Bleker, L. S. Milgrom, J. Parker, D. Gemmill, A. W. Holt, C. J. Connelly, A. Burger, H. Roseboom, T. J. de Rooij, S. R., (2019). Brain magnetic resonance imaging findings in children after antenatal maternal depression treatment, a longitudinal study built on a pilot randomized controlled trial. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(10), 1816. <https://doi.org/10.3390/ijerph16101816>
- Bleker, L. S., de Rooij, S. R., Roseboom, T. J. (2019). Prenatal psychological stress exposure and neurodevelopment and health of children. *Children*, 6(10), 133. <https://doi.org/10.3390/children6100133>
- Bleker, L. S. de Rooij, S. R. Roseboom, T. J., (2019b). Prenatal psychological stress exposure and neurodevelopment and health of children. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(19), 3657. <https://doi.org/10.3390/ijerph16193657>
- Bowlby, J., (1982). Attachment and loss: retrospect and prospect, *American Journal of Orthopsychiatry*, 52(4), 578-751.
- Caprilli, S. Messeri, A., (2006). Animal-assisted activity at A. Meyer Children's Hospital: A pilot study. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, 3(3), 379–383. <https://doi.org/10.1093/ecam/nel029>
- Chang, H., Chen, S., Chen, C. (2016). Predictors of antenatal psychosocial stress in Taiwanese women. *Journal of Nursing Research*, 24 (3), 193-200. doi: 10.1097/jnr.0000000000000122
- Chou, Y., (2012). The changing social meanings of pets and their alternative futures. *Journal of Futures Studies*, 17(2), 1–14.
- Chou, Y., (2016). The Changing of Social Meanings of Pets and Their Alternative Futures. (Master's Thesis). Tamkang University Graduate <http://www.metafuture.org/pdf/chouthesis>.
- Costantine, M. M., (2014). Physiologic and pharmacokinetic changes in pregnancy. *Frontiers in Pharmacology*, 5, Article 65. <https://doi.org/10.3389/fphar.2014.00065>
- Coşkun, A. M. Arslan, S. Okcu G., (2020). Gebe kadınlarda gebelik algısının stres, demografik ve obstetrik özellikler açısından incelenmesi. *HEAD*;17(1):1-8
- Coşkuner Potur, D. Doğan Merih, Y. Demirci, N., (2020). Primipar ve multipar gebelerin prenatal bağlanmalarını etkileyen faktörlerin değerlendirilmesi. *Jaren*.;6(1):132-40.
- Çağan, E. S. Taşkın, R. Solmaz, E. Sarı, E., (2024). Evcil hayvan sahibi olmanın maternal bağlanmaya etkisinin incelenmesi. *Nuh'un Gemisi Sağlık Bilimleri Dergisi*,1(1), 25-33.
- Çapık, A. Ejder-Apay, S., Sakar, T., (2015). Determination of the level of distress in pregnant women. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 18 (3), 196-203. <https://doi.org/10.17049/ahsbd.97570>
- Çaya, S. (2015). *Ev hayvanları ve duygusal gelişimdeki rolleri. Uluslararası Eğitim Bilimleri Dergisi / The Journal of International Education Science*, 2(5), 98–112.

- Çoban, H., (2017). “Eski çağda ilk evcil hayvanlar ve deve”, *Journal of Social and Humanities Sciences Research*, 4(11), ss. 554-560.
- Dereli Yılmaz, S. Kızılkaya Beji, N., (2010). Gebelerin stresle başa çıkma, depresyon ve prenatal bağlanma düzeyleri ve bunları etkileyen faktörler. *Genel Tıp Dergisi*, 20(3), 105–113.
- Dereli Yılmaz, S. Kızılkaya Beji, N., (2013). Prenatal bağlanma envanterinin Türkçeye uyarlanması: Güvenilirlik ve geçerlilik çalışması. *Journal of Anatolia Nursing and Health Sciences*, 16(2), 103–109.
- Deshpande, M. Kajale, N. Shah, N. Pai Raiturker, A. Gupte, S. Patankar, L. Bhawra, J. Yadav, S. Katapally, T. R. Khadilkar, A., (2024). Factors affecting sleep quality and prenatal distress among rural and urban women during early pregnancy. *Cureus*, 16(9), e69566. <https://doi.org/10.7759/cureus.69566>
- Ede, G. Nergiz Ünal, R., (2017). Gebelik döneminde fizyolojik ve farmakokinetik değişiklikler ile ilaç-besin ögesi etkileşimleri. *İstanbul Medical Journal*, 18(2), 120–127. <https://doi.org/10.5152/imj.2017.04875>
- Elkin, N., (2015). Gebelerin prenatal bağlanma düzeyleri ve bunları etkileyen faktörler, *Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi*; 24 (6)
- Erkal Aksoy, Y. Dereli Yılmaz, S. Aslantekin, F., (2016). Riskli gebeliklerde prenatal bağlanma ve sosyal destek. *Türkiye Klinikleri Journal of Health Sciences*, 1(3), 163–169. <https://doi.org/10.5336/healthsci.2016-50668>
- Ertekin Pınar, Ş. Arslan, Ş. Polat, K. Çiftçi, D. Cesur, B. Dağlar, G., (2014). Gebelerde uyku kalitesi ile algılanan stres arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Elektronik Dergisi (DEUHYO ED)*, 7(3), 171–177.
- Fraley, R. C. ve Shaver, P. R., (2000). Adult romantic attachment: theoretical developments, emerging, controversies and unanswered questions, *Review of General Psychology*, 4, 132-154.
- Friedmann, E. Galik, E. Thomas, S. A. Hall, P. S. Chung, S. Y. McCune, S., (2015). Evaluation of a pet-assisted living intervention for improving functional status in assisted living residents with mild to moderate cognitive impairment: A pilot study. *American Journal of Alzheimer's Disease and Other Dementias*, 30(3), 276–289. <https://doi.org/10.1177/1533317514545477>
- Franklin, A., (1999). *Animals and Modern Cultures: A Sociology of Human-Animal Relations in Modernity*. London, UK: Sage Publications.
- Friedmann E. Katcher A.H. Lynch J.J. Thomas S.A., (1980). Animal companions and one-year survival of patients after discharge from a coronary care unit. *Public Hlth Rep.*, 95 (4), 307–312.
- Friedmann, E. Thomas, S. A. Cook, L. K. Tsai, C.-C. Picot, S. J., (2007). A friendly dog as potential moderator of cardiovascular response to speech in older hypertensives. *Anthrozoös*, 20(1), 51–63. <https://doi.org/10.2752/089279307780216605>
- Garrity, T. F. Stallones, L. F. Marx, M. B. Johnson, T. P., (1989). Pet ownership and attachment as supportive factors in the health of the elderly. *Anthrozoös*, 3(1), 35–44. <https://doi.org/10.2752/089279390787057829>
- Gökkaya, G., (2019). Evcil Hayvan Sahibi Olan Bireyler İle Evcil Hayvan Sahibi Olmayan Bireylerin Empatik Eğilim ve Yaşam Doyumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, (yüksek lisans tezi), Üsküdar Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul.

- Gürol, A. Ejder Apay, S. Sönmez, T., (2020) Effects of the labour fear on the prenatal attachment and determination of the affecting factors. *Archives of Health Science and Research*, 7(2), 137-145. <https://doi.org/10.5152/ArcHealthSciRes.2020.460568>
- Hassan, N. M. M. ve Hassan, F. M. A., (2017). Predictors of maternal fetal attachment among pregnant women. *IOSR Journal of Nursing and Health Science*, 6(1), 95–106. <https://doi.org/10.9790/1959-06010695106>
- Karabulutlu, Ö. Beydağ, K, Lazoğlu, M., (2020). Prenatal attachment levels and affecting factors of pregnant women living in İstanbul and Kars. *Kafkas J Med Sci*, 10:24-31.
- Karataş Baran, G. Şahin, S. Öztaş, D. Demir, P. Desdicioğlu, R., (2020). Gebelerin algılanan stres düzeylerinin ve stres nedenlerinin değerlendirilmesi [Assessment of perceived stress levels and stress factors in pregnant women]. *Cukurova Medical Journal*, 45(1), 170–180.
- Kaya Şenol, D. Pekiği, A., (2024). Gebelikte Yaşanan Distresin Prenatal Bağlanmaya Etkisi. *Balıkesir Sağlık Bilimleri Dergisi*, 13(1), 144-150.
- Kızılkaya Beji, N., (2016). *Kadın sağlığı ve hastalıkları*. İstanbul: Nobel Tıp Kitabevleri.
- Kirkpatrick, L. A. Koç, Ç. M., (2006). Din psikolojisinde bağlanma teorisi. *Bilimname X*, 133-172.
- Koç, T. Şimşek Küçükkeleş, D. Aydın, S., (2020). Gebelikte prenatal bağlanma ve vücut algısı arasındaki ilişki ve etkileyen faktörler. *Celal Bayar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 7(1), 49-54. <https://doi.org/10.34087/cbusbed.587467>
- Küçükaya, B. Kahyaolu Süt, H. Öz, S. Altan Sarıkaya, N., (2020). Gebelik döneminde çiftler arası uyum ve prenatal bağlanma arasındaki ilişki. *ACU Sağlık Bilimleri Dergisi*, 11(1), 102–110.
- Lancaster, C. A. Gold, K. J. Flynn, H. A. Yoo, H. Marcus, S. M. Davis, M. M., (2010). Risk factors for depressive symptoms during pregnancy: A systematic review. *American Journal of Obstetrics and Gynecology*, 202(1), 5–14. <https://doi.org/10.1016/j.ajog.2009.09.007>
- Li, Y., Chen, X. Zhang, L. Wang, J., (2023). Pet ownership and cognitive decline among older adults living alone: A cohort study. *JAMA Network Open*, 6(4), e2813138. <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2023.2813138>
- Lockwood, R., (1983). The influence of animals on social perception. In A. H. Katcher & A. M. Beck (Eds.), *New perspectives on our lives with animal companions* (pp. 64–71). University of Pennsylvania Press.
- Löllgen, H. Böckenhoff, A. Knapp, G. (2009). Physical activity and all-cause mortality: An updated meta-analysis with different intensity categories. *International Journal of Sports Medicine*, 30(3), 213–224. <https://doi.org/10.1055/s-0028-1128150>
- Lynch, C. E. Magann, E. F. Barringer, S. N. Ounpraseuth, S. T. Eastham, D. G. Lewis, S. D. Stowe, Z. N., (2014). Pet therapy program for antepartum high-risk pregnancies: A pilot study. *Journal of Perinatology*, 34(11), 816–818. <https://doi.org/10.1038/jp.2014.120>
- Matsumura, K. Hamazaki, K. Tsuchida, A. Inadera, H., (2022). Pet ownership during pregnancy and mothers' mental health conditions up to 1 year postpartum: A nationwide birth cohort—the Japan environment and Children's study. *Social Science & Medicine*, 115216. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2022.115216>

- Matsumura, K. Hamazaki, K. Tsuchida, A. Inadera, H., (2022). Pet ownership during pregnancy and mothers' mental health conditions up to 1 year postpartum: A nationwide birth cohort—the Japan environment and Children's study. *Social Science & Medicine*, 115216. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2022.115216>
- Michael D. Purugganan, (2022). What is domestication? *Trends in Ecology & Evolution Opinion* Volume 37, Issue 8 Doi:10.1016/j.tree.2022.04.006
- Meredith, P.J. Strong, J. Feeney, J.A., (2007). Adult attachment variables predict depression before and after treatment for chronic pain, *European Journal of Pain*, 11, 164- 170.
- Minatoya, M. Araki, A. Miyashita, C. Itoh, S. Kobayashi, S. Yamazaki, K. Japan Environment and Children's Study Group., (2020). Cat and dog ownership in early life and infant development: A prospective birth cohort study of Japan environment and children's study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(1), 205. <https://doi.org/10.3390/ijerph17010205>
- Nacar, E. H. ve Gökkaya, F., (2019). Bağlanma ve maternal bağlanma konusunda bir derleme. *Kıbrıs Türk Psikiyatri ve Psikoloji Dergisi*, 1(1), 50-56. <https://doi.org/10.35365/ctjpp.19.1.06>
- Nacar, G. Timur Taşhan, S., (2019). Gebelerin uyku özelliklerinin prenatal bağlanma ile ilişkisi. *Sağlık Bilimleri Dergisi*, 28, 164–171.
- Nagasawa, M. Mitsui, S. En, S. Ohtani, N. Ohta, M. Sakuma, Y. Onaka, T. Mogi, K. Kikusui, T., (2015). Oxytocin-gaze positive loop and the coevolution of human-dog bonds. *Science*, 348(6232), 333–336. <https://doi.org/10.1126/science.1261022>
- O'Haire, M. E. McKenzie, S. J. McCune, S. Slaughter, V., (2014). Effects of classroom animal-assisted activities on social functioning in children with autism spectrum disorder. *Journal of Alternative and Complementary Medicine*, 20(3), 162–168. <https://doi.org/10.1089/acm.2013.0165>
- Onur, E., (2012). İstanbul'da Kedi Köpek Sahiplenmesinin Sosyoekonomik Parametreleri. (Doktora tezi). İstanbul Üniversitesi Zootekni Anabilim Dalı. İstanbul
- Plemons A. M., (2008). Commodifying Fido: Pets As Status Symbols. *Master Thesis. Texas A&M University*, Teksas.
- Ortaarık, E. Tekgöz, İ. Ak, M. Kaya, E., (2012). İkinci trimestir gebelerde depresyon ve anksiyete bozukluğu ile ilişkili faktörlerin değerlendirilmesi. *İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 1(1), 16–20.
- Özkan, T. Çankaya, S., (2023). Erken doğum tehdidi olan ve olmayan gebelerin gebeliğe uyum ve prenatal bağlanma düzeyleri. *Selçuk Sağlık Dergisi*, 4(1), 256 – 274.
- Pekcan, N. Beydağ, K. D., (Ed.). (2022). *Hemşirelik ve ebelik öğrencileri için kadın sağlığı ve hastalıkları*, Nobel Tıp Kitabevi (s. 102:112). Ankara.
- Ramón, M.E. Slater, M.R., and Ward, M.P., (2010). “Companion animal knowledge, attachment and pet cat care and their associations with household demographics for residents of a rural Texas town”, *Preventive Veterinary Medicine*, 94(3-4), pp. 251 263.
- Razurel, C., (2014). Validation of the antenatal perceived stress inventory. *Journal of Health Psychology* ; 19(4):471-81.

- Resnick, B. Ory, M. Hora, K. Rogers, M. Page, P. Lyle, R. Cody, S. Wojtek, C. Z. Bazarre, T. L., (2006). Screening for and prescribing exercise for older adults. *Geriatrics & Aging*, 9(3), 174–182.
https://www.researchgate.net/publication/282559786_Screening_for_and_prescribing_exercise_for_older_adults
- Rostekova, D., (2025). Pet ownership and preservation of cognitive functions in aging. *The Guardian*. <https://www.theguardian.com/science/2025/jul/05/dog-cat-ownership-could-preserve-specific-brain-functions-as-we-age-cognitive-decline>
- Rollè, L. Giordano, M. Santoniccolo, F. Trombetta, T., (2020). Prenatal attachment and perinatal depression: A systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17 (8), 2644.
<https://doi.org/10.3390/ijerph17082644>
- Savaş, T., (2016). “Hayvan ıslahı”, <http://tahirovafarm.com/turker-savas-hayvan-islahi.pdf> (Erişim Tarihi 04.02.2025).
- Serpell, J., (2002). Beneficial effects of pet ownership on some aspects of human health and behaviour. *Journal of the Royal Society of Medicine*, 84(12), 717–720.
<https://doi.org/10.1177/014107689108401208>
- Serpell J.A., (2015). – Animal-assisted therapies: an historic perspective. In Handbook on animal-assisted therapy: theoretical foundations and guidelines for practice (A.H. Fine, ed.). *Academic Press, San Diego, California*, 11–19. doi:10.1016/B978-0-12-801292-5.00002-X.
- Sis Çelik, A. Atasever, İ., (2020). Gebelerde algılanan stres düzeylerinin ve etkileyen faktörlerin belirlenmesi. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*;23(2):267-276. DOI: 10.17049/ataunihem.622304
- Stallones L. Marx M. Garrity T.F. Johnson T.P., (1988). Pet ownership and attachment in relation to the health of US adults, 21 to 64 years of age. *Anthrozoös*, 4 (2), 100–112. doi:10.2752/089279391787057206.
- Şanlı, Y. Aypar Akbağ, N. N., (2022). Effects of stress in pregnancy on prenatal attachment, and contributing factors. *Psychiatria Danubina*, 34(1), 25–33.
<https://doi.org/10.24869/psyd.2022.25>
- Taşkın, L. (2016). Doğum ve Kadın Sağlığı Hemşireliği. Ed. Taşkın L. 13. Baskı. Özyurt Matbaacılık, 259–65. Ankara.
- Taşkın L. (2023). Gebelikte Annenin Fizyolojisi. Ed. Taşkın L. Doğum ve Kadın Sağlığı Hemşireliği. 16. Basım. Akademi Kitabevi. ss. 87-107. Ankara.
- Temesi, A., Bunford, N., Miklósi, Á. (2020). Associations among attitudes towards motherhood, pet-keeping, and postpartum depression symptoms. *Biologia Futura*, 71(1), 153–164. <https://doi.org/10.1007/s42977-020-00007-7>
- Tepper, D. L., (2022). Therapy dogs for children with autism spectrum disorder. *Human-Animal Interaction Bulletin*, 10(1), 1–10. <https://doi.org/10.1079/hai.2022.0010>
- Tuan, Y., (1984). Dominance and Affection: The Making of Pets. New Haven And London: *Yale University Press*.
- Teskereci, G, Akgün, M. Boz, İ., (2023). The precursors’ adaptation to pregnancy, prenatal attachment and maternal self-confidence. *Journal of Obstetrics and Gynaecology*, 43(11), 3552–3559.
<https://doi.org/10.1080/01443615.2022.2158312>
- Turan, Z. Kurt, G. Arslan, H., (2020). Effect of gravidity on social support perception and prenatal attachment. *Cukurova Medical Journal*, 45(3), 1126–1136.
<https://doi.org/10.17826/cumj.732070>

- Usta, M. G. Balıkçı, A., (2012). Prenatal stresin nörogelişimsel etkileri. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*; 4(1): 99-111.
- Voith, V. L., (1985) Attachment of people to companion animals. *Vet Clin N Am Small Anim Pract* 15(2):289-295. [https://doi.org/10.1016/S0195-5616\(85\)50301-0](https://doi.org/10.1016/S0195-5616(85)50301-0)
- Yali, A. M. Lobel, M., (2002). Stress-resistance resources and coping in pregnancy. *Anxiety, Stress, and Coping*, 15(3), 289-309. <https://doi.org/10.1080/1061580021000032422>
- Yanılmaz, P. Beydağ, K. D., (2023). Primipar gebelerin doğum öncesi algıladıkları stres ve eş desteği arasındaki ilişkinin belirlenmesi. *Sağlık ve Toplum*, 33(2), 87-94.
- Yang, S. Kestens, Y. Dahhou, M. Daniel, M. Kramer, M. S., (2015). Neighborhood deprivation and maternal psychological distress during pregnancy: A multilevel analysis. *Maternal and Child Health Journal*, 19(5), 1142-1151. <https://doi.org/10.1007/s10995-014-1623-8>
- Yavuz, M. Y. Bilge, Ç., (2021). Annelik hüznünden postpartum depresyon ve psikoza. *Haliç Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 5(1), 1-10. <https://doi.org/10.48124/hsagbilder.845299>
- Yeşilçiçek Çalık, K. Aktaş, S., (2011). Gebelikte depresyon: Sıklık, risk faktörleri ve tedavisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 3, 142-162.
- Yılmaz, F. A. Gözüyeşil, E. Köse Tuncer, S. Akman, G. Aba, Y. A. Durgun Ozan, Y. Bilgiç, D., (2021). Prenatal distress levels of pregnant women in Turkey and affecting factors: A multicentre study. *Journal of Obstetrics and Gynaecology*, 41(5), 708-713. <https://doi.org/10.1080/01443615.2020.1789950>
- Yılmaz, S. D. ve Beji, K. N., (2010). Gebelerin stresle başa çıkma, depresyon ve prenatal bağlanma düzeyleri ve bunları etkileyen faktörler. *Genel Tıp Dergisi*, 20(3), 99-108.
- Yüksel, F. Akin, S. Durna, Z., (2014). Prenatal distress in Turkish pregnant women and factors associated with maternal prenatal distress. *Journal of Clinical Nursing*, 23 (1-2), 54-64. https://doi.org/10.1111/j.1365_2702.2012.04283.x
- Zablan, S., (2024). Dog ownership and physical activity among older adults. *BMC Psychology*, 12, 104. <https://doi.org/10.1186/s40359-024-02104-x>
- Zasloff, R. L. Kidd, A. H., (1994). Loneliness and pet ownership among single women. *Psychological Reports*, 75(2), 747-752. <https://doi.org/10.2466/pr0.1994.75.2.747>
- Zhang, Z. Yu, Y. Yang, B. Huang, W. Zhang, Y. Luo, Y. Bloom, M. S. Qian, Z. Arnold, L. D. Boyd, R. Wu, Q. Liu, R. Dong, G. Yin, C. China Birth Cohort Study (CBCS) Group. (2022). Association Between Pet Ownership and Risk of Miscarriage Among Pregnant Women: The China Birth Cohort Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(23), 16374. <https://doi.org/10.3390/ijerph192316374>
- Zilcha-Mano S, Mikulincer M, Shaver PR (2012) Pets as safe havens and secure bases: the moderating role of pet attachment orientations. *J Res Pers* 46(5):571-580. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2012.06.005>
- Zust, B. Natwick, L. Oldani, A., (2010). Stress perception among rural and urban perinatal patients. *Online Journal of Rural Nursing and Health Care*, 10(1), 27-35. <https://doi.org/10.14574/ojrnhc.v10i1.89>
- Weinstock, M., (2008). The long-term behavioural consequences of prenatal stress. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 32(6), 1073-1086. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2008.03.002>

- Wendland J. Galli L. Benarous X., (2023). Prenatal attachment in women with twin versus singleton pregnancy: Socio-demographic, mental health and pregnancy-related predictors. *Early Human Development*.
<https://doi.org/10.1016/j.earlhumdev.2023.105789>
- Weng, H. Y. Ankrom, K., (2016). Practices and perceptions of animal contact and associated health outcomes in pregnant women and new mothers. *Frontiers in Veterinary Science*, 3, 5. <https://doi.org/10.3389/fvets.2016.00005>
- Weng, H. Y. Ankrom, K., (2016). Practices and perceptions of animal contact and associated health outcomes in pregnant women and new mothers. *Frontiers in Veterinary Science*, 3, 5. <https://doi.org/10.3389/fvets.2016.00005>
- Westgarth, C. Liu, J. Heron, J. Ness, A. R. Bundred, P. Gaskell, R. M. Dawson, S., (2012). Dog ownership during pregnancy, maternal activity, and obesity: a cross-sectional study. *PloS One*, 7(2), e31315. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0031315>
- Wright, H. F., (2015). Acquiring a pet dog significantly reduces stress in primary carers of children with autism spectrum disorder. *BMC Pediatrics*, 15, Article 35. <https://doi.org/10.1186/s12887-015-0356-7>
- Wrye, J., (2009). Beyond Pets: Exploring Relational Perspectives of Petness. *The Canadian Journal of Sociology / Cahiers canadiens de sociologie*, Vol. 34, No. 4 (October 2016), pp. 1033-1063.

10. EKLER LİSTESİ

Ek. 1 TANITICI ÖZELLİKLER FORMU

Ek. 2 DOĞUM ÖNCESİ BAĞLANMA ENVANTERİ

Ek. 3 DOĞUM ÖNCESİ ALGILANAN STRES ÖLÇEĞİ

Ek. 4 ETİK KURUL ONAY FORMU

Ek. 5 ÇALIŞMA İZNİ FORMU

Ek. 6 ÖLÇEK İZİNLERİ

Ek. 7 ÖZGEÇMİŞ

EKLER

Ek-1 Tanıtıcı Özellikler Formu

1. Yaşınız:
2. Eğitim durumunuz:
 - A. İlkokul B. Ortaokul C. Lise D. Üniversite E. Lisansüstü
3. Eşinizin eğitim durumu:
 - A. İlkokul B. Ortaokul C. Lise D. Üniversite E. Lisansüstü
4. Çalışıyor musunuz?
 - A. Evet B. Hayır (6. soruya geçiniz)
5. Mesleğiniz nedir?.....
6. Eşiniz çalışıyor mu?
 - A. Evet B. Hayır (8. Soruya geçiniz)
7. Eşinizin mesleği nedir?
 - A. İşçi B. Memur C. Serbest meslek D. Diğer (Belirtiniz).....
8. Yaşadığınız yer:
 - A. Köy B. Kasaba C. İlçe D. İl
9. Aile tipiniz:
 - A. Çekirdek aile B. Geniş aile
10. Ailenizin gelir durumu:
 - A. Gelir gidere denk
 - B. Gelir giderden fazla
 - C. Gelir giderden az
11. Kaç yıllık evlisiniz?
12. Eşinizle ilişkinizi nasıl değerlendirirsiniz?
 - A. Çok iyi B. İyi C. Orta D. Kötü
13. Şu an gebeliğinizin kaçınıcı haftasındasınız?.....
14. Daha önce düşük yaptınız mı?

- A. Evet (sayısını belirtiniz) B. Hayır
15. Gebeliğin planlı/İstenme durumu:
A. Planlı/İstenen gebelik B. Plansız/İstenmeyen gebelik
16. Aldığınız doğum öncesi bakım sayısını işaretleyiniz:
A. Sadece 1 B. 2-4 C. 5-7 D. 8 ve üzeri
17. Şuan için planlanan doğum şekliniz:
A. Normal (vajinal) B. Sezaryen
18. Doğum sonrası bebek bakımına yardım edecek kimse(ler) var mı:
A. Evet (belirtiniz.....) B. Hayır
19. Evcil hayvanınız var mı?
A. Evet (20-21-22-23-24-25. Soruları cevaplayınız) B. Hayır
19. Soruya cevabınız evet ise aşağıdaki soruları cevaplayınız.
20. Evcil hayvanınızın türünüz nedir?(Birden fazla şık işaretleyebilirsiniz.)
A. Kedi B. Köpek C. Kuş D. Balık E. Kemirgen/sürüngen
F. Diğer ise belirtiniz.....
21. Evcil hayvanınızın sayısını yazınız.
A. Kedi ()
B. Köpek ()
C. Kuş ()
D. Balık ()
E. Kemirgen/sürüngen ()
F. Diğer ise belirtiniz ()
22. Evcil hayvanınızın sizinle yaşama süresini yazınız:
.....
23. Evcil hayvanınızın bakımını kim üstleniyor?
A. Kendim B. Eş C. Ebeveyn D. Arkadaş E. Diğer.....
24. Evcil hayvanınızla fiziksel temasta bulunur musunuz?
A. Hiç B. Kısmen C. Ara ara D. Sık sık E. Her zaman
25. Evcil hayvanınızla gece beraber uyur musunuz?
A. Hiç B. Kısmen C. Ara ara D. Sık sık E. Her zaman

Ek-2 Prenatal Bağlanma Envanteri

	HER ZAMAN	SIK SIK	BAZEN	HİÇBİR ZAMAN
1. Bebeğimin şu an neye benzediğini merak ederim.	1	2	3	4
2. Bebeğimi adıyla çağırdığımı hayal ederim.	1	2	3	4
3. Bebeğimin hareketini hissetmekten hoşlanırım	1	2	3	4
4. Bebeğimin şimdiden kişiliğinin oluştuğunu düşünürüm.	1	2	3	4

5. Diğer insanların bebeğimin hareketlerini hissetmeleri için ellerini karnımın üzerine koymalarına izin veririm.	1	2	3	4
6. Yaptığım şeylerin bebeğimde bir fark oluşturacağına inanırım.	1	2	3	4
7. Bebeğimle birlikte yapacağım şeyleri planlarım.	1	2	3	4
8. Bebeğimin içimde ne yaptığını diğer insanlarla paylaşıyorum.	1	2	3	4
9. Bebeğimin neresine dokunduğumu hayal ederim.	1	2	3	4
10. Bebeğimin ne zaman uyuduğunu bilirim.	1	2	3	4
11. Bebeğimi hareket ettirebilirim.	1	2	3	4
12. Bebeğim için bir şeyler satın alırım ya da yaparım.	1	2	3	4
13. Bebeğimi sevdiğimi hissedirim.	1	2	3	4
14. Bebeğimin orada ne yaptığını hayal etmeye çalışırım	1	2	3	4
15. Karnımı kollarımla sararak oturmaktan hoşlanırım.	1	2	3	4
16. Bebeğimle ilgili rüya görürüm.	1	2	3	4
17. Bebeğimin niçin hareket ettiğini bilirim.	1	2	3	4
18. Göbeğimin üzerinden bebeğimi okşarım.	1	2	3	4
19. Bebeğimle sırlarımı paylaşıyorum.	1	2	3	4
20. Bebeğimin beni duyduğunu bilirim.	1	2	3	4
21. Bebeğimi düşündüğümde çok heyecanlanırım.	1	2	3	4

Ek-3 Doğum Öncesi Algılanan Stres Ölçeği

	HİÇ	BİRAZ	OLDUKÇA	ÇOK	ÇOK FAZLA
1.Bebeğimin sağlığı konusunda stresli hissediyorum.	1	2	3	4	5
2.Down sendromu gibi Genetik hastalıklar için tarama testleri konusunda stresli hissediyorum.	1	2	3	4	5
3.Ultrason taraması yaptırdığım için stresli hissediyorum.	1	2	3	4	5
4.Hamileliğim boyunca karşılaşılabileceğim sağlık sorunları konusunda stresli hissediyorum.	1	2	3	4	5
5.Daha önce yaptığım ama hamileliğimde yapmadığım şeyler hakkında stresli hissediyorum Hamileliğim sırasında (sigara, alkol kullanımı, dışarı çıkma, seyahat, spor)	1	2	3	4	5
6.Bu süre zarfında kilomda meydana gelecek değişiklikler konusunda stresli hissediyorum.	1	2	3	4	5
7.Hamileliğim sırasında ruhsal durumum ve aşırı duyarlılığım konusunda stresli hissediyorum.	1	2	3	4	5
8.Eşimle ilişkilerim sırasında kendimi stresli hissediyorum.	1	2	3	4	5
9.İşe alınıp alınmayacağım konusunda stresli hissediyorum.	1	2	3	4	5
10.Epizyotomi uygulandığında epidural anestezi altında acı hissedip hissetmeyeceğim konusunda stresli hissediyorum.	1	2	3	4	5
11.Hamileliğim sırasında kendimi yorgun hissettiğim için stresliyim.	1	2	3	4	5
12.Ne zaman doğum yapacağımı bilmediğim için stresli hissediyorum.	1	2	3	4	5

Ek 4: Etik Kurul Onay Formu

Evrak Tarih ve Sayısı: 08.01.2025-519866



T.C.
TOKAT GAZİOSMANPAŞA ÜNİVERSİTESİ
Sağlık Araştırma ve Uygulama Merkezi Müdürlüğü

Sayı : E-21979232-020-519866
Konu : Çalışma İzni

08.01.2025

DAĞITIM YERLERİNE

İlgi : , 06.01.2025 tarihli ve bila sayılı yazı.

Dr. Öğr. Üyesi Ayla KORKMAZ danışmanlığında yüksek lisans öğrencisi Nadire KAHYAOĞLU tarafından yapılması planlanan "Evcil Hayvana Sahip Olan ve Olmayan Primipar Gebelerde Prenatal Bağlanma ve Prenatal Stresin Değerlendirilmesi" başlıklı yüksek lisans tez çalışmasının yapılması uygun görülmüştür.

Bilgilerinize rica ederim.

Prof. Dr. Erkan GÖKÇE
Merkez Müdürü

Dağıtım:
Dr. Öğr. Üyesi Ayla KORKMAZ
Arş. Gör. Nadire KAHYAOĞLU

Ek 5: Çalışma İzni Formu

T.C.
TOKAT GAZİOSMANPAŞA ÜNİVERSİTESİ
Tıp Fakültesi Dekanlığı
Müdahale Olmayan Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu

Sayı : E-15235480-050.04-515709
Konu : 24-MOBAEK-009

30.12.2024

Sayın Dr. Öğr. Üyesi Ayla KORKMAZ
Öğretim Üyesi

Etik Kurulumuzun 12.12.2024 tarihli toplantısında görüşülen **24-MOBAEK-009** kayıt numaralı **"Evcil Hayvana Sahip Olan ve Olmayan Primipar Gebelerde Prenatal Bağlanma ve Prenatal Stresin Değerlendirilmesi"** başlıklı çalışmanız gerekçe, amaç, yaklaşım ve yöntemleri dikkate alınarak incelenmiş ve uygun bulunmuş olup, çalışmanın başvuru dosyasında belirtilen merkezde gerçekleştirilmesinde etik ve bilimsel sakınca bulunmadığına karar verilmiştir.

Bilgilerinizi rica ederim.

Doç. Dr. Muzaffer KATAR
Etik Kurul Başkanı

Ek 6: Ölçek İzinleri

Fwd: PRENATAL BAĞLANMA ENVANTERİ

Gelen Kutusu x

x 8

Sema Yılmaz <[redacted]>

24 Oca Cum 09:41

☆ 😊 ↶ ⋮

Alıcı: ben ▼



Türkçe ▼

Türkçe ▼

E-postayı çevir ↶

→ Çevrilmiş e-postayı yönlendir

Sevgili Nadire,

Prenatal bağlanma envanterini çalışmada kullanmandan memnuniyet duyar, başarılar dilerim...

Selamlar...

6 ek • Gmail tarafından tarandı ⓘ ⬇️ ➕ Tümünü Drive'a ekle



**İlknur ATASEVER**

Alıcı: ben ▼

4 Şub Sal 13:34



Türkçe ▼

Türkçe ▼

E-postayı çevir



→ Çevrilmiş e-postayı yönlendir

Merhaba Nadire Hanım, Ölçeği çalışmanızda kullanabilirsiniz. Kolaylıklar dilerim Sevgiler

Gönderen: Nadire Kahyaoglu <**Gönderildi:** 4 Şubat 2025 Salı 11:18:27**Kime:** İlknur ATASEVER**Konu:** Ölçek izni

Sayın İlknur Hocam,

Ben Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi Kadın Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Anabilim dalında araştırma görevlisi olarak görev yapmaktayım. Doğum öncesi algılanan stres ölçeğinizi yüksek lisans tez çalışmamda kullanmak için izin istiyorum.

Saygılarımla..



ÖZGEÇMİŞ

