



AYDIN ADNAN MENDERES ÜNİVERSİTESİ
Hemşirelik Fakültesi

Doküman No: HF-151

İlk Yayın Tarihi: 03.02.2026

Revizyon Tarihi:

Revizyon No:

Doküman Adı: BECERİ KONTROL LİSTESİ FORMU

Öğrencinin Adı Soyadı	
Numarası	
Dersin Adı	HF301 - Kadın Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği
Becerinin Uygulandığı Tarih ve Saat:	
Becerinin Adı	Genital Hijyen Eğitimi
Sorumlu Öğretim Elemanı	İMZA:

Yönerge: Bu form derslerin laboratuvar uygulamaları sırasında öğrencinin beceriyi basamaklarına uygun gerçekleştirme durumunu değerlendirmek ve öğrenciye geri bildirim vermek amacı ile hazırlanmıştır. Öğretim elemanı laboratuvar uygulamaları sırasında öğrencinin beceri basamaklarını gerçekleştirme durumunu aşağıdaki puanlama ölçütlerini kullanarak değerlendirir ve öğrenciye geribildirimde bulunur.

0= Geliştirilmesi Gerekir: Basamağın yanlış uygulanması veya atlanması

1= Yeterli: Basamağın doğru ve sırasında uygulanması fakat eğitimci rehberliğine ihtiyaç duyulması

2= Ustalaşmış: Basamağın duraksamadan ve eğiticinin rehberliğine ihtiyaç duymadan doğru ve sırasında uygulanması

**Bu form dersin laboratuvar uygulamasında kullanılmak üzere ilgili becerinin uygulama basamaklarını içerecek şekilde sorumlu öğretim elemanı tarafından hazırlanır ve öğrenciler ile paylaşılır.*

**Her öğrenci bu formu ilgili dersin laboratuvar uygulamasında yanında bulundurmak zorundadır.*

Beceri Basamakları	I.Uyg	II.Uyg	III.Uyg
Hazırlık: Kullanılacak araç-gereçleri (vulva maketi, broşür, resim, ped, menstrual kap, tampon vb.) hazırlama			
Kadın ile tanışma -Kendini tanıtmak -Kadını tanıma			
Kadına verilecek eğitimi açıklama -Eğitimin amacını söyleme -Eğitimin içeriğini söyleme -Eğitimin süresini söyleme			
Kadına genital bölgeyi broşür ve maket kullanarak anlatma			
Genital hijyenin önemini açıklama -Vulva sağlığının korunması -Enfeksiyonların önlenmesi -İrritasyonların (tahrişlerin) önlenmesi -Doğru hijyen uygulamalarının kazanılması için önemlidir			
Tuvalette girmeden önce ve tuvaletten çıktıktan sonra ellerini yıkaması gerektiğini söyleme			
Tuvalette yumuşak, kokusuz ve beyaz tuvalet kâğıdı kullanması gerektiğini söyleme			
Genital bölgesini ön taraftan arka tarafa doğru temizlemesi gerektiğini söyleme			
Genital bölgesini önden arkaya temizlemesi gerekliliğinin önemini açıklama -Dışkıdaki bakterilerin vajina ve idrar yollarına taşınmasını önleyeceğini söyleme -İdrar yolu enfeksiyonlarını (İYE) önlemede etkili olduğunu söyleme			
İç çamaşırını hergün değiştirmesi gerektiği konusunda bilgi verme			
İç çamaşırının sentetik olmayan, akıntının takip edilebilmesi için beyaz renkte ve nefes alan türde olması gerektiğini söyleme			
Genital bölgenin kuru tutulmasının önemini söyleme			
Genital bölgede kozmetik ürünler (parfüm, deodorant, losyon vb.) kullanılmaması gerektiğini söyleme			
Genital bölgenin hava almasını engelleyecek sıkı tayt, sentetik kıyafetleri tercih etmemesi gerektiğini söyleme			

Vajinal duşun (vajinanın içinin yıkanması) o bölgedeki doğal koruyucu bariyeri (vajinal florayı) bozarak vajinaya zarar verebileceğini söyleme			
Genital bölgenin tüy temizliği ile ilgili bilgi verme -Makasla tüyleri kısaltmayı önerme -Lazer epilasyon önerme -Jilet temizliği yapacak ise bilgi verme (temiz ve keskin jilet kullanmak, kayganlaştırıcı krem/jel sürmek, kıl çıkış yönünde ilerlemek, bıçağı düzenli değiştirmek ve işlem sonrası kokusuz krem uygulayarak nemlendirmek) -Ağda ve tüy dökücü kremler tahrişe neden olduğu için önerilmez			
Eğer menstrual siklusu devam ediyorsa; menstruasyon döneminde kullanabileceği ürünlerin (hijyenik ped, tampon, menstrual kap vb.) kullanım kuralları hakkında bilgi verme -Ped kullanımı: Pedlerin değişme sıklığı akıdaki yoğunluğa göre değişmekle birlikte genellikle 4 saatte bir değiştirilmelidir; ısı-nem artışı ve irritasyonu önlemek için parfümlü ürünlerden kaçınılmalıdır. -Tampon kullanımı: Vajinanın içine yerleştirilir. Yerleştirilirken tampon işaret parmağıyla tutulmalı ve ipin serbestçe aşağıya sarkması sağlanmalıdır. Tampon vajina girişine doğru, hafifçe yukarı ve sırtta doğru bir açıyla yerleştirilmelidir. İp, vajinanın dışından sarkıyor olmalıdır. Çıkarılırken ipin ucundan tutulup nazikçe çekilmelidir. Tamponlar için öneri, en fazla 4-8 saatte bir değiştirmektir; daha uzun kullanım Toksik Şok Sendromu (TSS) riskini artırır; gece boyunca 8 saati aşacaksa tercih edilmemelidir. Farklı boy tamponlar kanamanın miktarına göre tercih edilebilir. -Menstrüel Kap: Vajinanın içine yerleştirilir. Yerleştirilirken kabın tabanından tutularak sapı aşağıda kalacak şekilde katlanır ve rahim ağzına tam oturması sağlanır. Kaplar yaklaşık 8-12 saate kadar kullanılabilir. Bu süre dolunca tabanı tutulup sıkıştırılarak vakum özelliğini kaybetmesi sağlanır ve çıkarılır, boşaltılıp suyla durulanarak yeniden kullanılabilir. 10 yıl boyunca kullanılabilir bir üründür. Adet başında ve sonunda kabın kaynar suda 5 dk bekletilmesi ya da özel jeli ile yıkanması gerekir. Kaplar bez kese içerisinde veya hava alacağı temiz bir alanda saklanmalıdır. Regl Kilodu: Kullanmadan önce soğuk suda (en fazla 30°), hassas programda yıkanmalıdır. Yumuşatıcı, çamaşır suyu ve leke çıkarıcı kullanılmamalıdır. Kurutma için kalorifer peteğine konmamalı, kurutma makinasına atılmamalıdır. Değiştirme sıklığı akış yoğunluğuna bağlı olmakla birlikte, 12 saati geçmemelidir.			
Varsa sorularını yanıtlama			
Gözlem ve Geri Bildirimler:			
.....			
Hazırlayan	Kontrol Eden	Onaylayan	
Ölçme ve Değerlendirme Komisyonu	Dekan Yardımcısı	Dekan	