

## ข้อเสนอแนวคิด/วิธีการ เพื่อพัฒนางานหรือปรับปรุงให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น

๑. ชื่อผลงานเรื่อง พัฒนารูปแบบการให้ความรู้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นและสามี โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ ๓

๒. ระยะเวลาที่ดำเนินการ ปีงบประมาณ ๒๕๕๕

๓. สรุปเค้าโครงเรื่อง

### ๓.๑ หลักการและเหตุผล

วัยที่เหมาะสมสำหรับการตั้งครรภ์ควรเป็นวัยที่มีความพร้อมทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม แต่ในปัจจุบันปัญหาการตั้งครรภ์โดยไม่มีความพร้อมในกลุ่มวัยรุ่นหญิงไทยมีอัตราที่สูงจนน่าเป็นห่วง ซึ่งจากการรวบรวมสถิติของกรมอนามัยจากต้นปี ๒๕๕๓ เป็นต้นมา พบว่า อัตราการตั้งครรภ์ของเด็กหญิงที่มีอายุต่ำกว่า ๑๕ ปีเพิ่มสูงขึ้นถึง ๔๐๐ % โดยปี ๒๕๕๒ มีเด็กวัยรุ่นที่มีอายุต่ำกว่า ๑๕ ปี ตั้งครรภ์เพียง ๒,๕๐๐ ราย แต่ถึงวันนี้พบแล้วถึง ๑๐,๐๐๐ ราย ถือว่าเป็นสถิติที่สูงมาก (นายแพทย์สมยศ ดีรัศมี, ๒๕๕๓) ตามแผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติฉบับที่ ๑๐ (พ.ศ. ๒๕๕๐ - ๒๕๕๔) ได้กำหนดเป้าหมายของการตั้งครรภ์ในสตรีวัยรุ่นไว้ไม่เกิน ร้อยละ ๑๐ จากข้อมูลสถิติคลินิกฝากครรภ์ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ ๓ พบมารดาวัยรุ่นตั้งครรภ์เข้ามาใช้บริการ ในปี พ.ศ.๒๕๕๒ - ๒๕๕๔ พบว่า มีแนวโน้มเพิ่มขึ้น ร้อยละ ๑๗.๓๗ , ๑๙.๓๘ และ ๒๒.๕๙ ตามลำดับ การตั้งครรภ์ในวัยรุ่นจะมีอันตรายต่อมารดาและทารกมากกว่าการตั้งครรภ์ในวัยผู้ใหญ่ เพราะพัฒนาการต่าง ๆ ของร่างกายยังไม่เจริญเติบโตเต็มที่ เมื่อมีการตั้งครรภ์ก็จะทำให้การพัฒนาทางด้านต่าง ๆ หยุดชะงักและก่อให้เกิดภาวะเสี่ยงต่อมารดาและทารก ไม่ว่าจะเป็นภาวะโลหิตจาง การแท้ง ภาวะความดันโลหิตสูง ศีรษะไม่ได้สัดส่วนกับเชิงกราน และการคลอดก่อนกำหนด ซึ่งภาวะเหล่านี้ทำให้เกิดอันตรายของมารดาสูงขึ้น ส่วนทารกพบว่า มีน้ำหนักน้อย มีความพิการสูง มีปัญหาความผิดปกติในระบบประสาทต่าง ๆ ปัญญาอ่อน เจ็บป่วยบ่อย เสียชีวิตง่าย (วันเพ็ญ ศรีสวัสดิ์, ๒๕๔๙) หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นส่วนใหญ่มักขาดความพร้อมทั้งด้านร่างกายและจิตใจ แม้ว่าจะเป็น การตั้งครรภ์ที่มีการเตรียมความพร้อมและเป็นครรภ์ที่ต้องการ ก็ยังมีภาวะเสี่ยงสูง ถ้าหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นมีการปฏิบัติตัวที่เป็นแบบแผนการดำเนินชีวิตในระยะตั้งครรภ์ที่ถูกต้อง จะช่วยให้มารดาและทารกในครรภ์มีสุขภาพ แข็งแรง

คลินิกฝากครรภ์ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ ๓ ได้ตระหนักถึงปัญหาดังกล่าว จึงมีแนวคิดที่จะพัฒนารูปแบบการให้ความรู้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นและสามี เพื่อส่งเสริมสุขภาพของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นให้ได้รับการดูแลระหว่างตั้งครรภ์ ทารกในครรภ์มีสุขภาพที่ดี เกิดรอดปลอดภัย ตลอดจนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ และสามีหรือญาติมีความรู้ และทักษะในการดูแลสุขภาพหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นและการแสดงบทบาทในฐานะผู้ช่วยเหลือได้

### ๓.๒ บทวิเคราะห์/แนวคิด/ข้อเสนอแนะ

หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นโดยส่วนใหญ่ยังขาดความรู้ และประสบการณ์ ประกอบกับวุฒิภาวะที่ยังไม่พร้อมจะส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ และอารมณ์อย่างมาก หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นอาจจะไม่สนใจดูแลสุขภาพของตนเองและทารกในครรภ์ มีการปฏิบัติตัวที่ไม่ถูกต้องเกี่ยวกับโภชนาการ เช่น การรับประทานอาหารไม่เพียงพอ ทั้งปริมาณและคุณภาพ การพักผ่อน การออกกำลังกาย การทำงาน การใช้จ่ายสิ่งเสพติด และสารอื่น ๆ ในขณะที่ตั้งครรภ์ หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นและทารกในครรภ์จึงเสี่ยงต่อการเกิดอันตรายเพิ่มมากขึ้น

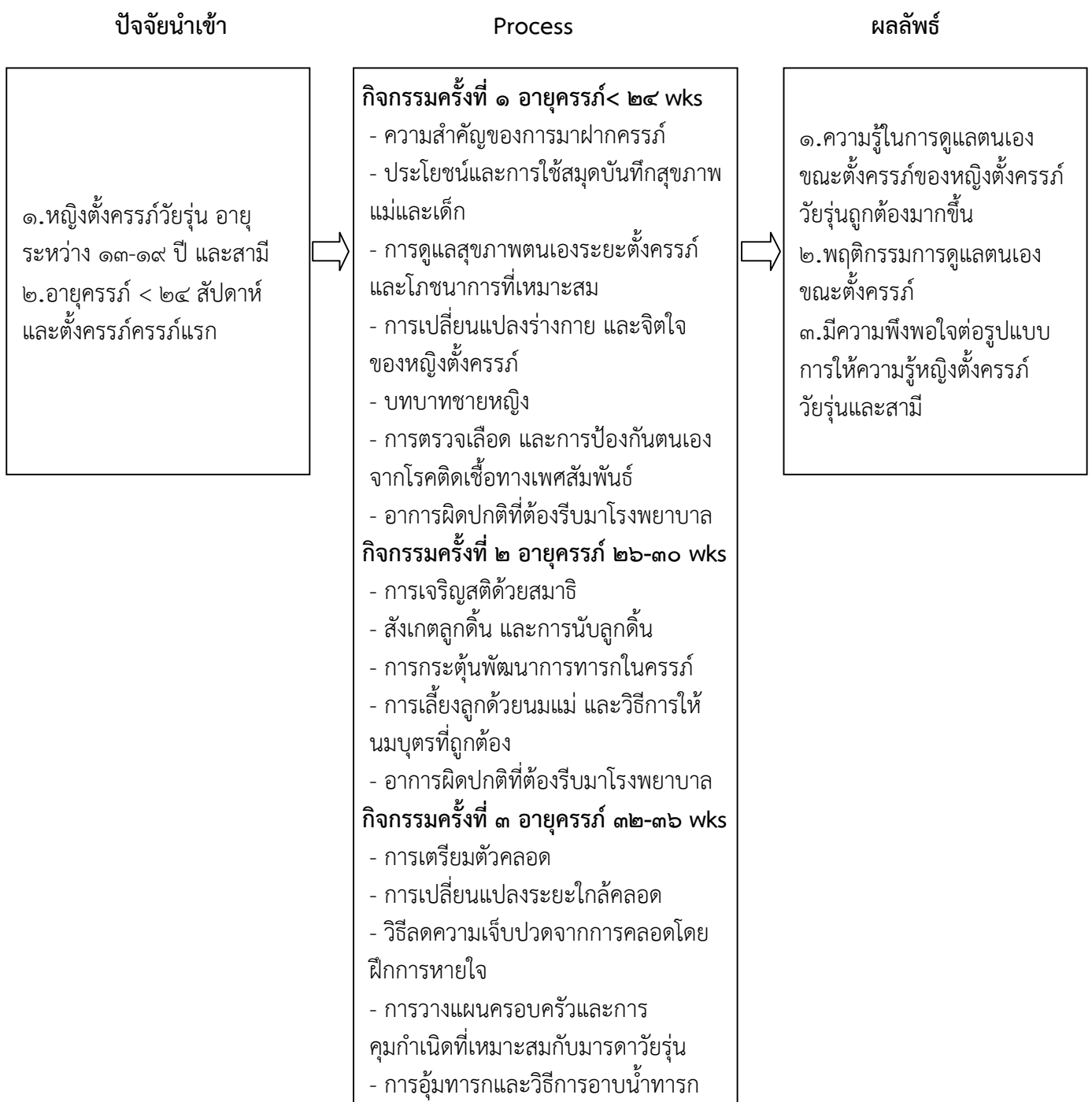
คลินิกฝากครรภ์ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ ๓ มีระบบการให้ความรู้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น เป็นไปตามระบบการดำเนินงานสำหรับหญิงตั้งครรภ์ผู้ใหญ่ แต่ก็พบปัญหาคือ หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นขาดความสนใจในการดูแลตนเองและทารกในครรภ์ ไม่มาฝากครรภ์ตามนัด ไม่กินยาบำรุงครรภ์ งดรับประทานอาหารเช้า ดังนั้นเพื่อเป็นการส่งเสริมให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นได้มีการดูแลตนเองในระยะตั้งครรภ์ได้ผลดี จึงต้องมีการพัฒนารูปแบบการให้ความรู้ในหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นและสามี เพื่อให้เหมาะสมกับกลุ่มวัย และความต้องการ เนื่องจากการ

ให้ความรู้ในเรื่องที่เฉพาะเจาะจง และสำคัญ ๆ จะทำให้เกิดการพัฒนาความสามารถในการดูแลตนเองขณะตั้งครรภ์ได้ดียิ่งขึ้น สามารถดูแลตนเองได้อย่างถูกต้อง ลดภาวะแทรกซ้อนที่อาจจะเกิดขึ้นขณะตั้งครรภ์ มารดาคลอดปลอดภัย ทารกเกิดรอดและมีน้ำหนักไม่น้อยกว่า ๒,๕๐๐ กรัม ตลอดจนสามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้และสามารถวางแผนครอบครัวและคุมกำเนิดได้อย่างเหมาะสม

### วัตถุประสงค์

เพื่อพัฒนารูปแบบการให้ความรู้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นและสามี ในคลินิกฝากครรภ์ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ ๓

### กรอบแนวคิด



## วิธีการดำเนินงาน

### ขั้นตอนที่ ๑ ขั้นเตรียมการ

- วิเคราะห์ปัญหาความต้องการพัฒนา
- ศึกษาตำรา เอกสารงานวิจัยเกี่ยวกับรูปแบบการให้ความรู้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น
- คณะทำงานสนทนากลุ่ม ระดมสมองพัฒนารูปแบบในการให้ความรู้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น

### ขั้นตอนที่ ๒ ขั้นดำเนินการ

- สร้าง Model การให้ความรู้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นและสามี (โรงเรียนพ่อแม่วัยใส) โดยจัดทำโปรแกรมการให้ความรู้ แผนการสอน สื่อการสอน อุปกรณ์ต่างๆ และคู่มือการดูแลตนเองขณะตั้งครรภ์ของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น รูปแบบการให้ความรู้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นและสามี (โรงเรียนพ่อแม่วัยใส) ดังนี้

กิจกรรมครั้งที่ ๑ อายุครรภ์ < ๒๔ สัปดาห์

- ความสำคัญของการมาฝากครรภ์
- ประโยชน์และการใช้สมุดบันทึกสุขภาพแม่และเด็ก
- การดูแลสุขภาพตนเองระยะตั้งครรภ์ และโภชนาการที่เหมาะสมสำหรับหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น
- การเปลี่ยนแปลงร่างกาย และจิตใจของหญิงตั้งครรภ์
- บทบาทชายหญิง
- การตรวจเลือด และการป้องกันตนเองจากโรคติดเชื้อทางเพศสัมพันธ์
- อาการผิดปกติที่ต้องรีบมาโรงพยาบาล

กิจกรรมครั้งที่ ๒ อายุครรภ์ ๒๖-๓๐ สัปดาห์

- การเจริญสติด้วยสมาธิ
- สังเกตลูกดิ้น และการนับลูกดิ้น
- การกระตุ้นพัฒนาการทารกในครรภ์
- การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และวิธีการให้นมบุตรที่ถูกต้อง
- อาการผิดปกติที่ต้องรีบมาโรงพยาบาล

กิจกรรมครั้งที่ ๓ อายุครรภ์ ๓๒-๓๖ สัปดาห์

- การเตรียมตัวคลอด
- การเปลี่ยนแปลงระยะใกล้คลอด
- วิธีลดความเจ็บปวดจากการคลอดโดยฝึกการหายใจ
- การวางแผนครอบครัวและการคุมกำเนิดที่เหมาะสมกับมารดาวัยรุ่น
- การอุ้มทารกและวิธีการอาบน้ำทารก

- จัดทำเอกสารแบบทดสอบความรู้ (Pretest-Posttest) แบบสอบถามความพึงพอใจต่อรูปแบบการให้ความรู้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นและสามี (โรงเรียนพ่อแม่วัยใส) และแบบสอบถามพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครั้งแรก (ใช้ของศิริธร มังคะมณี (๒๕๔๗)

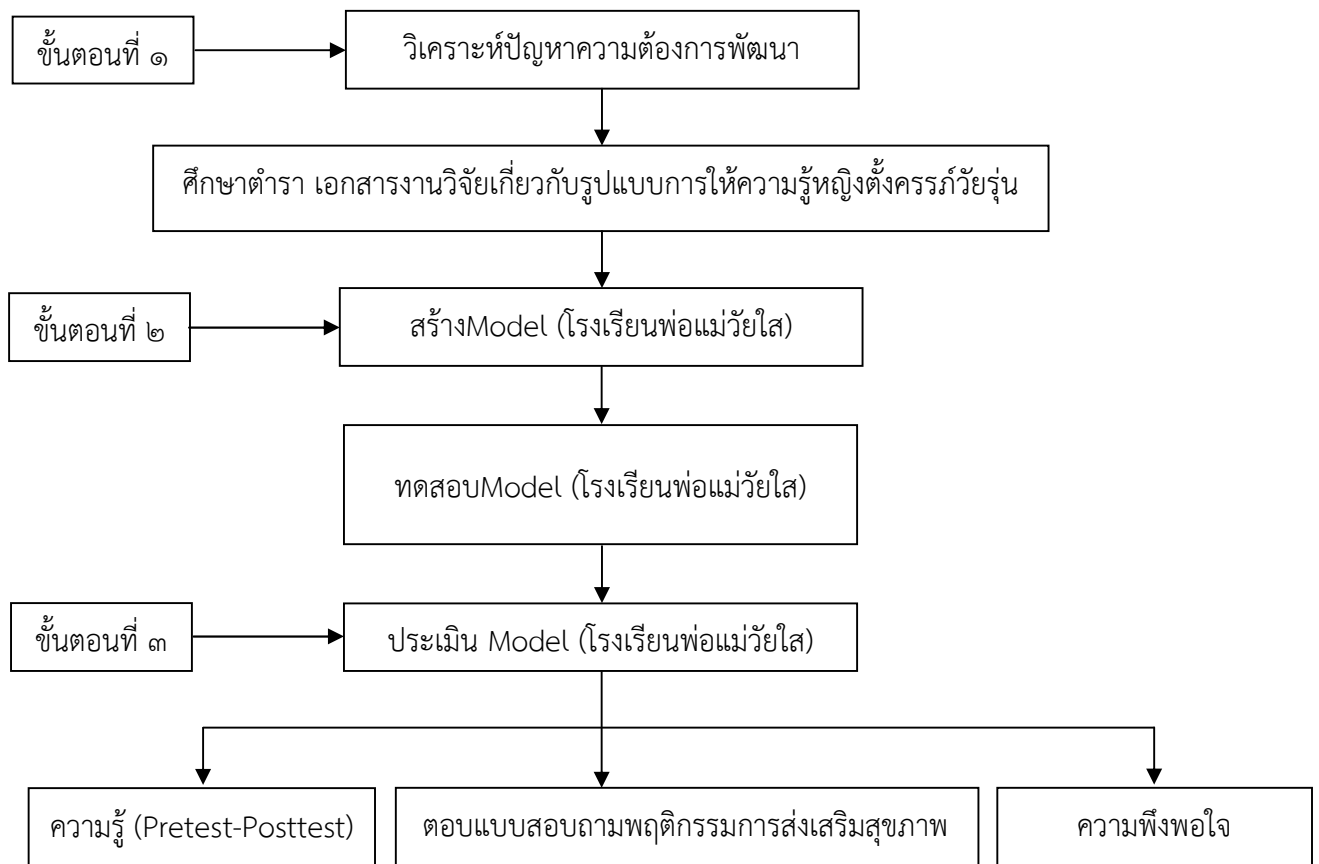
- ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบคุณภาพของรูปแบบการให้ความรู้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นและสามี (โรงเรียนพ่อแม่วัยใส) ตรวจสอบความถูกต้องของเนื้อหาที่เพิ่มจากโปรแกรมเดิมในเรื่อง การตรวจเลือด และการป้องกันตนเองจากโรคติดเชื้อทางเพศสัมพันธ์ การเจริญสติด้วยสมาธิ การกระตุ้นพัฒนาการทารกในครรภ์ และความเป็นไปได้ของการนำไปใช้จริง หลังจากนั้นนำเสนอแนะมาปรับปรุงแก้ไขให้ถูกต้องและครอบคลุมมากยิ่งขึ้น

- นำแบบสอบถามความรู้ ความพึงพอใจ และแบบสอบถามพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครั้งแรก ไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่าง ๓๐ คน แล้วนำข้อมูลจากการทดลองใช้มาหาความเที่ยงตรงโดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์ของครอนบาค

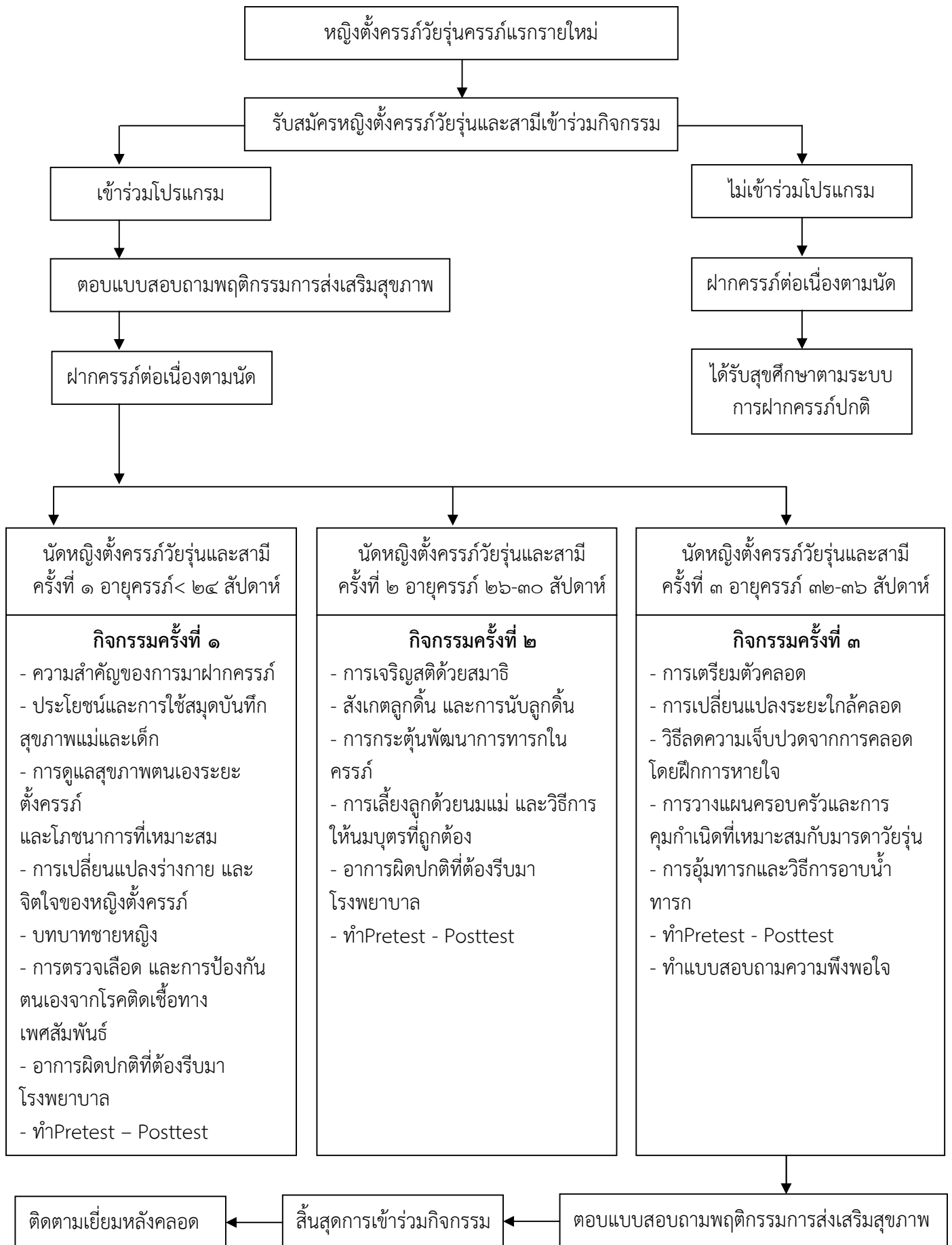
### ขั้นตอนที่ ๓ ขั้นสรุป

- ประเมินรูปแบบของโปรแกรมการให้ความรู้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นและสามี (โรงเรียนพ่อแม่วัยใส) ในด้านความรู้ ความพึงพอใจของผู้รับบริการ และพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครั้งแรก
- รวบรวมข้อมูลที่ได้จากกลุ่มตัวอย่างมาตรวจสอบความสมบูรณ์ แล้วนำมาวิเคราะห์ทางสถิติ
- วิเคราะห์ปัญหา และอุปสรรคในการปฏิบัติ นำข้อมูลที่ได้มาปรับปรุงรูปแบบการดำเนินงาน
- สรุปผลการพัฒนารูปแบบการให้ความรู้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นและสามี (โรงเรียนพ่อแม่วัยใส)

### การดำเนินงานพัฒนารูปแบบการให้ความรู้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นและสามี (โรงเรียนพ่อแม่วัยใส)



รูปแบบการให้ความรู้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นและสามี (โรงเรียนพ่อแม่วัยใส)



## วิธีการศึกษา

### ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นที่มีอายุระหว่าง ๑๓-๑๙ ปี ที่มารับบริการในคลินิกฝากครรภ์ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ ๓ ระหว่างเดือน ตุลาคม ๒๕๕๔ – กันยายน ๒๕๕๕ การเลือกกลุ่มตัวอย่างเป็นการเลือกแบบ เฉพาะเจาะจง โดยกำหนดคุณสมบัติดังนี้ ๑. มีอายุระหว่าง ๑๓-๑๙ ปี ๒. ตั้งครรภ์เป็นครรภ์แรก ๓. ฝากครรภ์เป็นครั้งแรกและมีอายุครรภ์ไม่เกิน ๒๔ สัปดาห์ ๔. สม่ครใจและยินดีเข้าร่วมศึกษาจนเสร็จสิ้นกระบวนการ ๕. พูด อ่าน เขียน ภาษาไทยได้คล่อง

### เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา

๑. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลประกอบด้วย แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป แบบสอบถาม พฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกของศิริธร มังคะมณี (๒๕๔๗) แบบทดสอบ ความรู้ (Pretest-Posttest) และแบบสอบถามความพึงพอใจต่อรูปแบบการให้ความรู้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นและสามี

๒. เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการศึกษาประกอบด้วย โปรแกรมการสอนที่จัดทำขึ้นเพื่อส่งเสริม พฤติกรรมการดูแลตนเองขณะตั้งครรภ์ของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น แผนการสอน สื่อการสอน และคู่มือการดูแลตนเอง ขณะตั้งครรภ์ของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น

### การเก็บรวบรวมข้อมูล

เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป แบบทดสอบความรู้ (Pretest-Posttest) แบบสอบถามพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรก และแบบสอบถามความพึงพอใจต่อ รูปแบบการให้ความรู้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นและสามี ในหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นที่มารับบริการและเข้าร่วมโปรแกรมให้ ความรู้ในคลินิกฝากครรภ์โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ ๓

### การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป ด้วยสถิติร้อยละ แบบสอบถามความพึงพอใจต่อรูปแบบการให้ความรู้ หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นและสามี ด้วยสถิติร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน แบบสอบถามพฤติกรรมการส่งเสริม สุขภาพของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรก และแบบทดสอบความรู้ ด้วยการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความรู้ก่อนและหลัง เข้าอบรมโปรแกรม ให้ความรู้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นและสามี ด้วยสถิติ Paired t – test

### ๓.๓ ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑. มีรูปแบบการให้ความรู้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นและสามี ในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ ๓
๒. หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นและสามี ได้รับการเตรียมความพร้อมในการดูแลตนเองขณะตั้งครรภ์ ระหว่างการ คลอด การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และสามารถวางแผนครอบครัวและการคุมกำเนิดที่เหมาะสม
๓. หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นและสามี มีความพึงพอใจต่อรูปแบบการให้ความรู้ในเรื่องการดูแลตนเองขณะ ตั้งครรภ์ การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ การวางแผนครอบครัวและการคุมกำเนิดที่เหมาะสม

### ๓.๔ ตัวชี้วัดความสำเร็จ

๑. หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นมีพฤติกรรมการดูแลตนเองขณะตั้งครรภ์ถูกต้องมากขึ้น ร้อยละ ๗๐
๒. มีความพึงพอใจต่อรูปแบบการให้ความรู้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นและสามี ไม่ต่ำกว่า ร้อยละ ๘๕

(ลงชื่อ).....

(นางสาวศิริรัตน์ พุมมา )

ผู้เสนอแนวคิด

วันที่ ...../...../.....