



แผนการปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์พยาบาล (Faculty Practice)

รายบุคคล

วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี อุตรดิตถ์

ชื่อ.....นางสาวณัฏฐมน โกศัย.....ตำแหน่ง.....พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ (ด้านการสอน).....
ภาควิชา.....การพยาบาลมารดาและทารกหรือการผดุงครรภ์.....

1. ความเชี่ยวชาญเฉพาะในการปฏิบัติการพยาบาล

- | | |
|---|---|
| ☐ การพยาบาลผู้ป่วยภาวะเฉียบพลัน/อุบัติเหตุ/ฉุกเฉิน | ☐ การพยาบาลผู้ป่วยจิตเวช |
| ☐ การพยาบาลผู้ป่วยในภาวะวิกฤต | ☐ การพยาบาลเวชปฏิบัติทั่วไป/ครอบครัว/ชุมชน |
| ☐ การพยาบาลผู้ป่วยในระยะเจ็บป่วยเรื้อรัง | ☐ การพยาบาลส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรค |
| ☐ การพยาบาลผู้ป่วยในระยะเจ็บป่วยสุดท้าย | ☐ การพยาบาลผู้ป่วยที่ได้รับการตรวจ/การบำบัดพิเศษ |
| ☒ การพยาบาลผดุงครรภ์ | |
| ☐ อื่น ๆ (ระบุ)..... | |

2. กลุ่มผู้ป่วย/ผู้รับบริการเป้าหมาย

2.1 รายบุคคล

- | | |
|---|---|
| ☐ ทารกแรกเกิด | ☐ เด็กและวัยรุ่น |
| ☐ ผู้ใหญ่ | ☐ ผู้สูงอายุ |
| ☐ ผู้ป่วยจิตเวช | ☒ หญิงตั้งครรภ์ |
| ☐ อื่น ๆ เช่น..... | |

2.2 รายครอบครัว/กลุ่ม/ชุมชน(ระบุ)

- ☐ ครอบครัว.....
- ☐ กลุ่ม/ชุมชน.....
- ☐ อื่น ๆ เช่น.....

3. สถานที่ปฏิบัติการพยาบาลในฐานะผู้เชี่ยวชาญ/ผู้ชำนาญการ

3.1 โรงพยาบาลระบุ.....โรงพยาบาลอุตรดิตถ์.....

- ☐ หอผู้ป่วย ระบุ.....
- ☒ คลินิกผู้ป่วยนอก/ Ambulatory Care Setting ระบุ.....แผนกผดุงครรภ์.....

3.2 ในชุมชน ระบบบริการสุขภาพ ระดับปฐมภูมิ

- ☐ ศูนย์บริการสาธารณสุข/โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล ระบุ.....
- ☐ โรงเรียน.....
- ☐ Home Health Care /Hospice Care.....
- ☐ ศูนย์พัฒนาเด็กปฐมวัย.....
- ☐ ศูนย์ผู้สูงอายุ.....
- ☐ อื่น ๆ (ระบุ).....

4 บทบาทการพยาบาลที่ต้องการไปปฏิบัติการพยาบาล

☒ Direct care

☐ Consultation

☒ พัฒนาระบบบริการและคุณภาพการพยาบาล

อื่น ๆ ระบุ

สาขาความเชี่ยวชาญหรือความสนใจเฉพาะทาง

๑. การดูแลสตรีตั้งครรภ์ที่มีน้ำหนักเกินหรืออ้วน

หัวข้อ/ประเด็นการปฏิบัติ Faculty Practice...การให้ความรู้เกี่ยวกับการปฏิบัติตัวขณะตั้งครรภ์ในสตรีตั้งครรภ์ที่มีน้ำหนักเกินหรืออ้วน

คำจำกัดความ

ภาวะน้ำหนักเกินขณะตั้งครรภ์เป็นภาวะที่ สตรีตั้งครรภ์มีค่าดัชนีมวลกาย (body mass index [BMI]) ก่อนการตั้งครรภ์มากกว่าเกณฑ์มาตรฐานที่กำหนด โดยสถาบันการแพทย์แห่งสหรัฐอเมริกา(the institute of medicine [IOM]) ได้กำหนดเกณฑ์เพื่อ วินิจฉัยและเฝ้าระวังภาวะแทรกซ้อนขณะตั้งครรภ์ซึ่งเป็นที่ยอมรับในระดับสากลรวมถึงประเทศไทยคือค่า BMI เท่ากับ ๒๓.๐๐-๒๔.๙๙ กิโลกรัมต่อตารางเมตร (กก./ม^๒)

ภาวะอ้วนในสตรีตั้งครรภ์ หมายถึง สตรีตั้งครรภ์มี ดัชนีมวลกายก่อนตั้งครรภ์ (prepregnancy BMI) มากกว่า หรือเท่ากับ ๓๐ กิโลกรัม/ตารางเมตร ภาวะอ้วนแบ่งเป็น ๔ ระดับคือ ระดับ ๑ ระดับ ๒ ระดับ ๓ และระดับ ๔ โดยมีดัชนีมวลกายก่อนตั้งครรภ์เท่ากับ ๓๐-๓๔.๙ , ๓๕-๓๙.๙ , ๔๐-๔๔.๙ และ ≥ 45 กิโลกรัม/ ตารางเมตร ตามลำดับ สำหรับประชากรเอเชีย ภาวะอ้วน หมายถึง การมีดัชนีมวลกายก่อนตั้งครรภ์ มากกว่าหรือเท่ากับ ๒๕ กิโลกรัม/ตาราง เมตร ภาวะอ้วนระดับ ๑a ระดับ ๑b ระดับ ๒ และ ระดับ ๓ คือ การมีดัชนีมวลกายก่อนตั้งครรภ์ เท่ากับ ๒๕.๐-๒๙.๙ ๓๐.๐-๓๔.๙ ๓๕.๐-๓๙.๙ และ ≥ 40.0 กิโลกรัม/ ตารางเมตร ตามลำดับ

กลุ่มเป้าหมาย/หน่วยงาน...สตรีตั้งครรภ์ที่มีน้ำหนักเกินหรืออ้วน ที่มารับบริการแผนกฝากครรภ์ โรงพยาบาลอุดรดิตถ์

ระยะเวลา.....มิถุนายน ๒๕๖๓ – พฤษภาคม ๒๕๖๔.....จำนวน...๘๔...ชั่วโมง

เป้าหมาย/ผลลัพธ์

ระยะสั้น

สตรีตั้งครรภ์ที่มีน้ำหนักเกินหรืออ้วน มีความรู้ ทักษะที่ดีต่อการจัดการตนเองในการควบคุม น้ำหนักและการเพิ่มขึ้นของน้ำหนักตามเกณฑ์

ระยะยาว

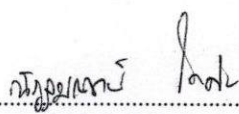
๑. สตรีตั้งครรภ์ที่มีน้ำหนักเกินหรืออ้วน มีความรู้ ทักษะที่ดี และสามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพโดยกำกับตนเองเพื่อให้มีน้ำหนักที่เหมาะสม
๒. จัดทำแนวปฏิบัติในการดูแลสตรีตั้งครรภ์ที่มีน้ำหนักเกินหรืออ้วน
๓. ติดตามน้ำหนักตัวและภาวะแทรกซ้อนที่อาจเกิดขึ้นกับทั้งสตรีตั้งครรภ์และทารกในครรภ์

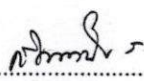
วันที่ (เวลา)	ขั้นตอน/รายละเอียดกิจกรรม	สถานที่	ผลผลิต
ครั้งที่ ๑ มิถุนายน ๒๕๖๓ (๔ ชม.)	๑. ประชุมวางแผนการทำงานร่วมกัน กับ พยาบาลวิชาชีพ แผนกฝากครรภ์ โรงพยาบาล อุตรดิตถ์	แผนกฝากครรภ์ โรงพยาบาลอุตรดิตถ์	รายงานการประชุม วางแผนการทำงาน
ครั้งที่ ๒ ๕ กรกฎาคม ๒๕๖๓ (๔ ชม.)	๒. จัดทำบัญชีรายชื่อสตรีตั้งครรภ์ที่มีน้ำหนัก เกินหรืออ้วน	แผนกฝากครรภ์ โรงพยาบาลอุตรดิตถ์	บัญชีรายชื่อสตรี ตั้งครรภ์ที่มีน้ำหนัก เกินหรืออ้วน
ครั้งที่ ๓ ๑๙ กรกฎาคม ๒๕๖๓ (๔ ชม.)	๒. จัดทำบัญชีรายชื่อสตรีตั้งครรภ์ที่มีน้ำหนัก เกินหรืออ้วน (ต่อ)	แผนกฝากครรภ์ โรงพยาบาลอุตรดิตถ์	บัญชีรายชื่อสตรี ตั้งครรภ์ที่มีน้ำหนัก เกินหรืออ้วน
ครั้งที่ ๔ ๓ สิงหาคม ๒๕๖๓ (๔ ชม.)	๓. ศึกษาสถานการณ์และปัญหาของการ บริการสตรีตั้งครรภ์ที่มีน้ำหนักเกินหรืออ้วน จากพยาบาลวิชาชีพที่แผนกฝากครรภ์ โรงพยาบาลอุตรดิตถ์	แผนกฝากครรภ์ โรงพยาบาลอุตรดิตถ์ วิทยาลัยพยาบาลบรมราช ชนนี อุตรดิตถ์	รายงานการศึกษา สถานการณ์และ ปัญหาของการ บริการสตรีตั้งครรภ์ ที่มีน้ำหนักเกินหรือ อ้วน
ครั้งที่ ๕ ๑๗ สิงหาคม ๒๕๖๓ (๔ ชม.)	๓. ศึกษาสถานการณ์และปัญหาของการ บริการสตรีตั้งครรภ์ที่มีน้ำหนักเกินหรืออ้วน จากพยาบาลวิชาชีพที่แผนกฝากครรภ์ โรงพยาบาลอุตรดิตถ์ (ต่อ)	แผนกฝากครรภ์ โรงพยาบาลอุตรดิตถ์ วิทยาลัยพยาบาลบรมราช ชนนี อุตรดิตถ์	รายงานการศึกษา สถานการณ์และ ปัญหาของการ บริการสตรีตั้งครรภ์ ที่มีน้ำหนักเกินหรือ อ้วน
ครั้งที่ ๖ กันยายน ๒๕๖๓ (๔ ชม.)	๔.วิเคราะห์ปัญหาของการให้บริการสตรี ตั้งครรภ์ที่มีน้ำหนักเกินหรืออ้วน	แผนกฝากครรภ์ โรงพยาบาลอุตรดิตถ์ วิทยาลัยพยาบาลบรมราช ชนนี อุตรดิตถ์	รายงานผลการ วิเคราะห์ปัญหาของ การให้บริการสตรี ตั้งครรภ์ที่มีน้ำหนัก เกินหรืออ้วน
ครั้งที่ ๗ กันยายน ๒๕๖๓ (๔ ชม.)	๔.วิเคราะห์ปัญหาของการให้บริการสตรี ตั้งครรภ์ที่มีน้ำหนักเกินหรืออ้วน	แผนกฝากครรภ์ โรงพยาบาลอุตรดิตถ์ วิทยาลัยพยาบาลบรมราช ชนนี อุตรดิตถ์	รายงานผลการ วิเคราะห์ปัญหาของ การให้บริการสตรี ตั้งครรภ์ที่มีน้ำหนัก เกินหรืออ้วน

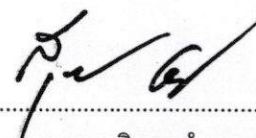
วันที่ (เวลา)	ขั้นตอน/รายละเอียดกิจกรรม	สถานที่	ผลผลิต
ครั้งที่ ๘-๑๗ ตุลาคม ๒๕๖๓ ถึง กุมภาพันธ์ ๒๕๖๔ (๑๐ ครั้งๆ ละ ๔ ชม. รวม ๔๐ ชม.)	๕. ให้บริการสตรีตั้งครรภ์ที่มีน้ำหนักเกินหรือ อ้วนที่มาฝากครรภ์ แผนกฝากครรภ์ โรงพยาบาลอุดรดิตถ์ (case ที่ ๑-๑๐) ๕.๑ สร้างสัมพันธภาพ และซักถามถึงความ คาดหวังของการบริการที่ต้องการได้จาก เจ้าหน้าที่พยาบาลและทีมสุขภาพอื่นๆ - โดยการประเมินความรู้ในการดูแล ตนเองในสตรีตั้งครรภ์ที่มีน้ำหนักเกินหรืออ้วน มีการสร้างสัมพันธภาพระหว่างเจ้าหน้าที่ สตรี ตั้งครรภ์ที่มีน้ำหนักเกินหรืออ้วนและครอบครัว เพื่อให้เกิดความไว้วางใจ บอกเล่าความรู้เดิม เพื่อให้สตรีตั้งครรภ์และสมาชิกในครอบครัวมี ความรู้ที่ถูกต้องเกี่ยวกับการดูแลภาวะน้ำหนัก ตัวเกินหรืออ้วน และภาวะแทรกซ้อนที่อาจเกิด ขึ้นกับทั้งสตรีตั้งครรภ์และทารกในครรภ์ และ สามารถปฏิบัติในการควบคุมน้ำหนักได้สำเร็จ ๕.๒ ประเมินดัชนีมวลกายก่อนตั้งครรภ์เมื่อ สตรีมาฝากครรภ์ครั้งแรก เพื่อประเมินความ รุนแรงของน้ำหนักเกินหรืออ้วนและควรให้ ความสำคัญในการให้คำแนะนำแก่สตรีตั้งครรภ์ ที่มีน้ำหนักเกินหรืออ้วนเกี่ยวกับน้ำหนักที่ควร เพิ่มขึ้นในขณะตั้งครรภ์ ๕.๓ ให้ความรู้ การส่งเสริมและสนับสนุนให้ สตรีตั้งครรภ์ควบคุมการเพิ่มขึ้นของน้ำหนักให้ อยู่ในเกณฑ์ปกติ โดยให้ปฏิบัติพฤติกรรม สุขภาพที่เหมาะสมอย่างต่อเนื่อง โดยเน้น พฤติกรรมด้านการรับประทานอาหาร และการ ออกกำลังกาย ๕.๔ แนะนำให้สตรีตั้งครรภ์รับประทานอาหาร ในสัดส่วนที่พอดีกับความต้องการของร่างกาย ทุกครั้งที่เข้ารับการฝากครรภ์ โดยอาหารที่ รับประทานนั้นควรมีความหลากหลาย ครบ ๕ กลุ่ม ๕.๕ กระตุ้นให้สตรีตั้งครรภ์มีการปรับเปลี่ยน พฤติกรรมการรับประทานอาหารที่ไม่เหมาะสม เช่น หลีกเลี่ยงการกินขนม หรือของขบเคี้ยว ขณะดูโทรทัศน์ หรือนั่งทำงาน การ รับประทานอาหารเพราะความเสียดาย หรือ การนอนหลังรับประทานอาหารอิ่ม		บันทึกการให้บริการ สตรีตั้งครรภ์ที่มี น้ำหนักเกินหรืออ้วน ในแต่ละครั้งที่ฝาก ครรภ์ สรุปคะแนนความรู้ เกี่ยวกับวิธีการ ปฏิบัติตัวขณะ ตั้งครรภ์ในสตรี ตั้งครรภ์ที่มีน้ำหนัก เกินหรืออ้วน สรุปผลการ ดำเนินงานของแต่ละ case

วันที่ (เวลา)	ขั้นตอน/รายละเอียดกิจกรรม	สถานที่	ผลผลิต
	๕.๖ ให้ความรู้เรื่องมด้านการออกกำลังกาย - กระตุ้นให้สตรีตั้งครรภ์ให้มีการเคลื่อนไหวของร่างกาย เช่น การทำงานบ้าน การลุกเดินผ่อนคลายในเวลาทำงานหรือหลังรับประทานอาหาร - กระตุ้นให้สตรีตั้งครรภ์ออกกำลังกายเป็นประจำ โดยมีการประเมินความพร้อม และความเสี่ยง หรือข้อห้ามในการออกกำลังกาย - ออกกำลังกายวันละ ๓๐ นาที อย่างน้อย ๓-๕ ครั้งต่อสัปดาห์ โดยในระยะเริ่มต้นวันละ ๕-๑๕ นาที แล้วจึงค่อย ๆ เพิ่มขึ้นจนถึงวันละ ๓๐ นาที		
ครั้งที่ ๑๘ มีนาคม ๒๕๖๔ (๔ ชม.)	ติดตามครั้งที่ ๑ ๑. ติดตามเพื่อประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดความผิดปกติขณะตั้งครรภ์ และให้คำแนะนำการปฏิบัติตัวเพื่อป้องกันการเกิดภาวะแทรกซ้อนในขณะตั้งครรภ์ ๒. ให้คำแนะนำการปฏิบัติตัวขณะตั้งครรภ์เรื่องทั่วไปแบบสั้นๆ ได้แก่การพักผ่อน การรับประทานอาหารเสริม อาการไม่สุขสบายที่อาจเกิดขึ้นจากการตั้งครรภ์ ภาวะแทรกซ้อนที่อาจเกิดขึ้นจากการตั้งครรภ์ และคำแนะนำเรื่องการควบคุมอาหาร	สตรีตั้งครรภ์ที่มีน้ำหนักเกินหรืออ้วน แผนกฝากครรภ์โรงพยาบาลอุดรดิตถ์	๑.รายงานสรุปผลการติดตามเยี่ยมครั้งที่ ๑ ประเมินความรู้และให้ความรู้/สุขศึกษาสตรีตั้งครรภ์ที่มีน้ำหนักเกินหรืออ้วนและครอบครัว
ครั้งที่ ๑๙ มีนาคม ๒๕๖๔ (๔ ชม.)	ติดตามครั้งที่ ๒ ๑. ติดตามเพื่อประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดความผิดปกติขณะตั้งครรภ์ และให้คำแนะนำการปฏิบัติตัวเพื่อป้องกันการเกิดภาวะแทรกซ้อนในขณะตั้งครรภ์ ๒. ให้คำแนะนำการปฏิบัติตัวขณะตั้งครรภ์เรื่องทั่วไปแบบสั้นๆ ได้แก่การพักผ่อน การรับประทานอาหารเสริม อาการไม่สุขสบายที่อาจเกิดขึ้นจากการตั้งครรภ์ ภาวะแทรกซ้อนที่อาจเกิดขึ้นจากการตั้งครรภ์ และคำแนะนำเรื่องการควบคุมอาหาร ๓. หากมีการเพิ่มขึ้นของน้ำหนักที่เกินเกณฑ์อย่างต่อเนื่องสตรีตั้งครรภ์จะได้รับคำแนะนำเกี่ยวกับการรับประทานอาหาร และการออก	สตรีตั้งครรภ์ที่มีน้ำหนักเกินหรืออ้วน แผนกฝากครรภ์โรงพยาบาลอุดรดิตถ์	๑.รายงานสรุปผลการติดตามเยี่ยมครั้งที่ ๒ ประเมินความรู้และให้ความรู้/สุขศึกษาสตรีตั้งครรภ์ที่มีน้ำหนักเกินหรืออ้วนและครอบครัว

วันที่ (เวลา)	ขั้นตอน/รายละเอียดกิจกรรม	สถานที่	ผลผลิต
	กำลังกายซ้ำอีกครั้งโดยพยาบาลวิชาชีพ และ พบแพทย์ผู้ติดตามเพื่อให้คำแนะนำเรื่องการ เกิดภาวะแทรกซ้อนในระยะตั้งครรภ์ ระยะ คลอด และระยะหลังคลอด		
ครั้งที่ ๒๐-๒๑ เมษายนถึง พฤษภาคม ๒๕๖๔ (๒ ครั้งๆ ละ ๔ ชม. รวม ๘ ชม.)	๖. ประชุมถอดบทเรียนเพื่อประเมินผลการ ดำเนินงานที่ผ่านมาร่วมกับพยาบาลวิชาชีพ และร่วมกันสรุปแนวทางการพัฒนาแนว ทางการดูแลสตรีตั้งครรภ์ที่มีน้ำหนักเกินหรือ อ้วน	แผนกฝากครรภ์ โรงพยาบาลอุดรดิตถ์	รายงานการประชุม ถอดบทเรียนเพื่อการ ประเมินผลและ สรุปผลการ ดำเนินงานที่ผ่านมา

ลงชื่อ..........ผู้ปฏิบัติ
(นางสาวณัฐมณณ์ โกศัย)

ลงชื่อ..........ผู้รับรอง
(นางสาวสิดานันท์ ศรีใจวงศ์)
หัวหน้าภาควิชาการพยาบาลมารดาและทารกหรือการผดุงครรภ์

ลงชื่อ..........ผู้กำกับติดตามแผน
(นางสุชาดา อินทรกำแหง ณ ราชสีมา)
ผู้อำนวยการวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี อุดรดิตถ์



แบบรายงานผลการปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์ (Faculty Practice)
วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี อุตรดิตถ์
ปีการศึกษา ๒๕๖๓ (มิถุนายน ๒๕๖๓ – พฤษภาคม ๒๕๖๔)

๑. ชื่อ-สกุล นางสาวณัฐธมน โกศัย
๒. ความเชี่ยวชาญเฉพาะในการปฏิบัติการพยาบาล การดูแลสตรีตั้งครรภ์ที่มีน้ำหนักเกินหรืออ้วน
๓. กลุ่มประชากรเป้าหมาย สตรีตั้งครรภ์ที่มีน้ำหนักเกินหรืออ้วน ที่มารับบริการแผนกฝากครรภ์ โรงพยาบาลอุตรดิตถ์
๔. สถานที่ปฏิบัติการพยาบาล แผนกฝากครรภ์ โรงพยาบาลอุตรดิตถ์
๕. ระยะเวลาการปฏิบัติงาน
มิถุนายน ๒๕๖๓ – พฤษภาคม ๒๕๖๔ จำนวน...๘๔...ชั่วโมง
๖. ผลการดำเนินงาน
 - ๖.๑ ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นแก่ผู้รับบริการ
 - ๖.๑.๑ สตรีตั้งครรภ์ที่มีน้ำหนักเกินหรืออ้วน ทั้งหมดจำนวน ๕ คน พบผลลัพธ์ดังนี้
 - ๑) สตรีตั้งครรภ์ที่มีน้ำหนักเกินหรืออ้วน ทั้งหมดจำนวน ๑๐ คน มีความรู้ ทักษะที่ดี เกี่ยวกับการจัดการตนเองในการควบคุมน้ำหนักอยู่ในระดับมากขึ้นไป จำนวน ๘ คน คิดเป็นร้อยละ ๘๐
 - ๒) หญิงตั้งครรภ์จำนวน ๑๐ คน คิดเป็นร้อยละ ๑๐๐ มีความรู้เกี่ยวกับการจัดการตนเองในการควบคุมน้ำหนักหลังให้ความรู้มากกว่าก่อนให้ความรู้
 - ๖.๒ ผลลัพธ์ที่เกิดต่อสถานบริการสุขภาพ (แผนกฝากครรภ์โรงพยาบาลอุตรดิตถ์)
 - ๑) ได้ฝึกพัฒนาทักษะการประเมินสภาพและการคัดกรองภาวะสุขภาพด้านร่างกายและด้านจิตใจของสตรีตั้งครรภ์ที่มีน้ำหนักเกินหรืออ้วนที่มาฝากครรภ์ ได้เหมาะสมกับความต้องการของสตรีตั้งครรภ์ที่มีน้ำหนักเกินหรืออ้วนที่มาฝากครรภ์ มากขึ้น
 - ๒) ได้นำความรู้จากการให้คำปรึกษาในการดูแลตนเองเพื่อป้องกันภาวะแทรกซ้อนของสตรีตั้งครรภ์ที่มีน้ำหนักเกินหรืออ้วนที่มาฝากครรภ์ ไปใช้ประโยชน์ในการให้คำแนะนำแก่สตรีตั้งครรภ์ที่มีน้ำหนักเกินหรืออ้วนรายอื่นที่มีภาวะแทรกซ้อนขณะตั้งครรภ์ได้เหมาะสม
 - ๓) บุคลากรที่แผนกฝากครรภ์ ได้พัฒนาความรู้ การประเมินสภาพและการพยาบาลที่เฉพาะแก่สตรีตั้งครรภ์ที่มีน้ำหนักเกินหรืออ้วนได้อย่างเหมาะสม
 - ๔) อาจารย์และบุคลากรที่แผนกฝากครรภ์ ได้ร่วมกันคิดและพัฒนาแนวทางการให้คำปรึกษาแก่สตรีตั้งครรภ์ที่มีน้ำหนักเกินหรืออ้วนในการดูแลสุขภาพตนเองด้านร่างกายและด้านจิตใจ

๖.๓ องค์ความรู้ที่ได้รับ

๑) ได้ฝึกพัฒนาทักษะการประเมินสภาพและการคัดกรองภาวะสุขภาพด้านร่างกายและด้านจิตใจของสตรีตั้งครรภ์ที่มีน้ำหนักเกินหรืออ้วนที่มาฝากครรภ์ ได้เหมาะสมกับความต้องการของสตรีตั้งครรภ์ที่มีน้ำหนักเกินหรืออ้วนที่มาฝากครรภ์ มากขึ้น

๒) ได้นำความรู้จากการให้คำปรึกษาในการดูแลตนเองเพื่อป้องกันภาวะแทรกซ้อนของสตรีตั้งครรภ์ที่มีน้ำหนักเกินหรืออ้วนที่มาฝากครรภ์ ไปใช้ประโยชน์ในการให้คำแนะนำแก่สตรีตั้งครรภ์ที่มีน้ำหนักเกินหรืออ้วนรายอื่นที่มีภาวะแทรกซ้อนขณะตั้งครรภ์ได้เหมาะสม

๓) สามารถนำองค์ความรู้ที่ได้ประโยชน์ในการจัดการเรียนการสอนภาคทฤษฎีในรายวิชา การพยาบาลมารดาทารกและการผดุงครรภ์ ๒ หัวข้อ การพยาบาลหญิงตั้งครรภ์ที่มีภาวะสตรีตั้งครรภ์ที่มีน้ำหนักเกินหรืออ้วนที่มาฝากครรภ์ และสอนภาคปฏิบัติ ในรายวิชาปฏิบัติการพยาบาลมารดาทารกและการผดุงครรภ์

๔) อาจารย์และบุคคลากรที่แผนกฝากครรภ์ ได้ร่วมกันคิดและพัฒนาแนวทางการให้คำปรึกษาแก่สตรีตั้งครรภ์ที่มีน้ำหนักเกินหรืออ้วนในการดูแลสุขภาพตนเองด้านร่างกายและด้านจิตใจ

๖.๔ แผนการพัฒนางานในปีการศึกษาถัดไป

พัฒนารูปแบบกิจกรรมและหัวข้อการให้ความรู้ เน้นการดูแลสุขภาพให้ครอบคลุมทางด้านจิตใจของสตรีตั้งครรภ์ที่มีน้ำหนักเกินหรืออ้วนและสนับสนุนให้สามีหรือครอบครัวเข้ามามีส่วนร่วมในการดูแลสุขภาพขณะตั้งครรภ์

๖.๕ ปัญหาอุปสรรค

เนื่องจากปัญหาโรคระบาดโควิด ส่งผลให้การมาฝากครรภ์ของสตรีตั้งครรภ์ที่มีน้ำหนักเกินหรืออ้วนมาได้ตามความเหมาะสมและเมื่อจำเป็น รวมถึงสถานการณ์ปัจจุบันทำให้เกิดความเครียด ความวิตกกังวลค่อนข้างสูง จึงมีโอกาสเกิดภาวะแทรกซ้อนได้ สำหรับการติดตามต้องใช้ช่องทางไลน์ หรือโทรศัพท์แทน เพื่อลดการแพร่กระจายเชื้อ

ลงชื่อ.....

(นางสาวณัฐมณีน โททัย)

อาจารย์ผู้ปฏิบัติการพยาบาล